Apstiprinu: Apstiprinu:

Valmieras BSS direktore L.Dzene VVK valdes priekšsēdētājs J.Upenieks

**NOLIKUMS**

**Valmieras BSS un Valmieras VK organizētajām sacensībām lodes grūšanā, diska mešanā, kārtslēkšanā, augstlēkšanā un barjerskriešanā**

**Mērķis un uzdevumi**

1. Popularizēt vieglatlētikas mešanu disciplīnas, kārtslēkšanu, augstlēkšanu, barjerskriešanu.
2. Pārbaudīt mācību treniņu darba rezultātus pirms Latvijas 2016. gada čempionātiem, Baltijas valstu mačsacīkstēm mešanu disciplīnās un daudzcīņās.

**Vieta un laiks**

Sacensības notiks Valmierā, J.Daliņa stadionā 2016.gada 17.maijā. Sacensību sākums

11.00. Sacensību galvenais tiesnesis Raitis Ravinskis.

**Sacensību dalībnieki**

Sacensībās uzaicināti piedalīties sporta skolu, sporta klubu un sporta centru sportisti no Latvijas un Igaunijas.

**Lodes grūšana un diska mešana**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Lodes grūšana | | Diska mešana | |
| U-14 grupa  2003. – 2004.g. | Meitenes (2 kg) | Zēni (3 kg) | Meitenes (0,75 kg) | Zēni (1 kg) |
| U-16 grupa  2001. – 2002.g. | Meitenes (3 kg) | Zēni (4 kg) | Meitenes (1 kg) | Zēni (1 kg) |
| U-18 grupa  1999. – 2000.g. | Jaunietes (3 kg) | Jaunieši (5 kg) | Jaunietes (1 kg) | Jaunieši (1,5 kg) |
| U-20 grupa  1997. – 1998.g. | Juniores (4 kg) | Juniori (6 kg) | Juniores (1 kg) | Juniori (1,75 kg) |
| Pieaugušie | Sievietes (4 kg) | Vīrieši (7 kg) | Sievietes (1 kg) | Vīrieši (2 kg) |

**Programma:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lodes grūšana** | | **Diska mešana** | |
| 11:35 | Meitenes U-14 | 11:00 | Meitenes U-14 |
| 12:10 | Zēni U-14 | 11:30 | Zēni U-14 |
| 12:45 | Meitenes U-16 | 12:00 | Meitenes U-16 |
| 13:30 | Zēni U-16 | 12:45 | Zēni U-16 |
| 14:30 | Jaunietes U-18 | 13:30 | Jaunietes U-18 |
| 15:30 | Jaunieši U-18 | 14:30 | Jaunieši U-18 |
| 16:30 | U-20 juniores, Sievietes | 15:30 | U-20 juniores, Sievietes |
| 17:30 | U-20 juniori | 16:30 | U-20 juniori |
| 18:30 | Vīrieši | 17:30 | Vīrieši |

**Sacensības kārtslēkšanā, augstlēkšanā un barjerskriešanā notiek 4 vecuma grupās – U-14, U-16, U-18 un U-20**

**Programma kārtslēkšanā:**

13:00 U-20 juniori, U-18 jaunieši 2.20-2.40-2.50- utt.

14:00 U-20 juniores, U-18 jaunietes, U-16 meitenes, U-16 zēni 2.00-2.20-2.30- utt.

15:10 U-14 meitenes, U-14 zēni 1.80-2.00-2.10- utt.

**Programma augstlēkšanā:**

16:00 U-14 meitenes, U-14 zēni 1.15-1.20-1.25-1.30-1.33-utt.

16:50 U-20 juniores, U-18 jaunietes, U-16 meitenes, U-16 zēni 1.30-1.35-1.40-1.45-1.48-utt.

18:10 U-20 juniori, U-18 jaunieši 1.55-1.60-1.65-1.70-1.73-utt.

**Programma barjerskriešanā:**

12:20 110m/b U-20 juniori, U-18 jaunieši

12:50 100m/b U-20 juniores, U-18 janietes

13:30 80m/b U-14 meitenes

13:40 80m/b U-14 zēni

15:30 100m/b U-16 meitenes

16:00 110m/b U-16 zēni

Barjerskriešanā **-** rokas hronometrāža

**Apbalvošana**

Lodes grūšanā un diska mešanā sacensību uzvarētāji izcīna kausus, 2. un 3. vietas ieguvēji medaļas. Augstlēkšanā, kārtslēkšanā, barjerskriešanā visi godalgoto vietu ieguvēji izcīna medaļas.

**Pieteikumi**

Pieteikšanās sacensībām līdz 16.05. plkst. 10:00 ( pēc LVS pieteikuma formāta) uz e-pastu [vbss@inbox.lv](mailto:vbss@inbox.lv)

**Finansiālie noteikumi**

Visus izdevumus, kas saistīti ar sacensību organizēšanu sedz Valmieras VK un Valmieras BSS. Izdevumus kuri saistīti ar sportistu piedalīšanos sacensībās sedz komandējošā organizācija. Dalības maksa par startu sacensībās EUR 1,- par disciplīnu.

Sīkāka informācija par sacensībām – Raitis Ravinskis 29542587

Austra Ķikāne 29830197