Valmieras vieglatlētikas kluba
20.skriešanas seriāls

MĒRĶIS

1. Popularizēt skriešanu kā vienu no vieglatlētikas pamatdisciplīnām.
2. Piesaistīt gan esošos, gan jaunus sportistus vieglatlētikas, popularizējot aktīvu un veselīgu dzīvesveidu.

SACENSĪBU VADĪBA

Sacensības organizē Valmieras vieglatlētikas klubs. Sacensību galvenais tiesnesis Megija Stalberga (tel. 27000440)

VIETA

Sacensības notiek J.Daliņa stadionā, Jāņa Daliņa iela 2 un tās apkaimē.

Dalībniekiem pieteikties sacensību dienā un vietā ne vēlāk kā 20 min. pirms sacensību sākuma.

SACENSĪBU DALĪBNIEKI

Sacensībās var piedalīties visi, kuri uzņemās atbildību par savu veselības stāvokli un fizisko sagatavotību. Par bērniem un jauniešiem līdz 18 gadu vecumam jāatbild to vecākiem, treneriem vai citiem piederīgajiem, par šo faktu informājot sacensību organizatorus.

SACENSĪBU PROGRAMMA

Kārta	Datums	Laiks	Izturības grupa
1.kārta	25.08	19:00	5000m
2.kārta	01.09	18:30	4 tonusa apļi (~10 km)
3.kārta	08.09	18:30	10000m
4.kārta	15.09	18:30	Pusstundas skrējiens
5.kārta	22.09	18:30	3000m
6.kārta	29.09	18:30	10000m
7.kārta	06.10	18:00	Stundas skrējiens
8.kārta	13.10	18:00	Pusstundas skrējiens

SKRIEŠANAS DISTANCE UN DROŠĪBA

Skrējieni norisinās J.Daliņa stadionā vai pa marķētu trasi. 1 tonusa aplis ~ 2,5 km

Stadionā DRĪKST skriet ar maiņas apaviem. Apavi NEDRĪKST būt ar protektoriem un netīras (ar dubļiem, smiltīm u.c.).

Apstiprinot savu dalību, sacensību dalībnieki atsakās no jebkādu pretenziju izvirzīšanas organizatoriem. Visiem dalībniekiem jāiepazīstas ar sacensību nolikumu, jo tā nezināšana neatbrīvo no personīgās atbildības.

Stadionā ienākt caur A ieeju gar J.Daliņa stadiona manēžas administratoru.

Iespējamās izmaiņas sacensību programmā tiks paziņotas savlaicīgi.
Laiks tiks fiksēts ar hronometru.

VĒRTĒŠANA UN APBAVLOŠANA

Skriešanas seriāla dalībnieki, kuri ņems dalību vismaz 8 kārtās izcīnīs medaļas un balvas.

FINANSIĀLIE NOTEIKUMI

Visus izdevumus, kuri saistīti ar sacensību organizēšanu, sedz Valmieras vieglatlētikas klubs.

Dalības maksa 2003.g. dzim. un jaunāki – 30 CENTI
2002.g. dzimušie un vecāki – 1 EUR

COVID-19 IZPLATĪBAS IEROBEŽOŠANAS PASĀKUMI

Sacensību organizatoriem, dalībniekiem, treneriem un citām personām, kuras atrodas sacensību norises vietā ir jāievēro valstī spēkā esošie MK 360.noteikumi ‘’Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai’’.

Kontakttālrunis: 27000440 – Megija Stalberga
29542587 – Raitis Ravinskis
29448010 – Līga Dzene

Sacensību nolikums un sacensību rezultāti mājaslapās: www.skriesim.lv un www.athletics.lv

Galvenais tiesnesis (paraksts) (M.Stalberga)