

Aizkraukles Stundas skrējiens 2022

(seriāla "Latvijas stunda 2022" 1. posms)

Skrien, soļo, ej, nūjo!

Nolikums

Mērķis: veicināt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu Aizkraukles novadā, popularizējot skriešanu kā tautas sportu.

Organizators: Aizkraukles novada sporta centrs.

Laiks un vieta: 2022. gada 1. maijs, Aizkraukles stadions, Draudzības krastmala 6, Aizkraukle.

Dalībnieki : *startē ikviens interesents, atbilstoši savām spējām un fiziskajai sagatavotībai. Dalībnieki uzņemas pilnu atbildību par savu veselības stāvokli, reģistrējoties online interneta pārlūkā vai aizpildot dalībnieka anketu sacensību vietā, par bērnu un jauniešu līdz 18 gadiem veselības stāvokli atbild viņu likumīgie pārstāvji. Organizatori neatbild par sacensību laikā gūtajām traumām. Pasākuma vietā organizators nodrošina pirmo medicīnisko palīdzību.*

Reģistrējoties sacensībām *online* interneta pārlūkā vai aizpildot dalībnieka anketu sacensību vietā, dalībnieks apliecina, ka ir iepazinies ar sacensību nolikumu un neiebilst sacensību laikā uzņemto foto un video izmantošanai sacensību mārketinga un reklāmas aktivitātēs.

Sacensību uzdevums: veikt pēc iespējas garāku distanci kontrollaikā.

Sacensību distance, kontrollaiks:

Distance - stadiona skrejceļa 1.-6. celiņš pa stadiona apli (viena stadiona apļa garums 400m), kopējo distances garumu veido katra dalībnieka veikto apļu kopsumma.

Kontrollaiks – 60 minūtes (maksimālais laiks, kad tiks veikta dalībnieka veikto apļu uzskaitē). Kontrollaiks tiek fiksēts katram dalībniekam individuāli no dalībnieka starta laika, dalībnieks pats seko pavadītajam laikam distancē uz lielā pulksteņa starta vietā. Dalībnieki sacensības drīkst beigt pirms kontrollaika beigām, piesakoties pie tiesneša starta – finiša vietā.

Iepriekšējā pieteikšanās, dalībnieku reģistrācija, numuru izņemšana:

Iepriekšējā pieteikšanās: www.aizkrauklessportacentrs.lv līdz 2022. gada 29. aprīļa plkst. 24.00.

Dalībnieki, kas pasākumam pieteiksies līdz 25. aprīļa plkst. 24.00, saņems personalizētus dalībnieku numurus (ar uzdrukātu dalībnieka vārdu).

Pieteikšanās sacensībām turpināsies sacensību vietā no plkst. 10.00 līdz plkst. 11.45

Dalībnieku numuri:

Dalībnieku numuri būs aprīkoti ar laika kontroles čipu.

Pēc finiša numurs paliek dalībniekam.

Numurs jāpiestiprina pie apģērba labi redzamā vietā (uz krūtīm).

Numurs nedrīkst būt salocīts vai bojāts.

Sacensību programma:

No plkst. 10.00 līdz plkst. 11.30 – numuru izņemšana, jaunu dalībnieku reģistrācija.

No plkst. 11.00 līdz plkst. 12.00 brīvais starts (starta vietā dalībniekam jāpiesakās pie tiesneša).

No plkst. 11.00 līdz plkst. 13.00 skrējieni.

Ap plkst. 13.45 apbalvošana, izloze.

Uzmanību!!! Izlozē par sacensību atbalstītāju un organizatoru sarūpētajam balvām, neatkarīgi no uzrādītā rezultāta, piedalīsies tikai tie dalībnieki, kas būs reģistrējušies *online* internetā.

Izlozes balvas saņems tikai tie dalībnieki, kas izlozes laikā atradīsies pasākuma vietā klātienē.

Lūgums dalībniekiem: ja esat reģistrējušies, bet nevarēsiet ierasties, lūdzu atsaukt reģistrāciju, rakstot uz e-pastu rasa.silina@aizkraukle.lv līdz 29. aprīļa plkst. 24.00.

Dalībnieku grupas, vērtēšana, apbalvošana:

Dalībnieku grupas:

B (bērni), S (meitenes, sievietes), V (zēni, vīrieši)

Dzimšanas gads	Dalībnieka grupa
2015. gads un jaunāki	B 6
2013.-2014.	B 8
2011.-2012.	SV 10
2009.-2010.	SV 12
2008.-2004.	SV 16
2003.-1993.	SV 20
1992.-1983.	SV 30
1982.-1973.	SV 40
1972.-1963.	SV 50
1962.-1953.	SV 60
1951. un agrāk	SV 70
Atklātā Nākotnes grupa (mazuļiem, kurus pavadošās personas stumj ratiņos)	N

Vērtēšana:

Dalībnieku rezultāti tiks vērtēti katrā vecuma grupā atsevišķi pēc veikto apļu skaita kontrollaikā.

Kontrollaika sākums katram dalībniekam tiek fiksēts individuāli, pēc pieteikšanās pie tiesneša starta laikā dalībniekam pirmo reizi šķērsojot starta – finiša līniju.

Tiek fiksēti pilnie dalībnieka veiktie apli (aplis tiek ieskaitīts, ja tiek šķērsota starta – finiša līnija pēc pilna stadiona apļa veikšanas pa skrejceļu).

Ierobežots ir tikai maksimālais laika limits, katrs dalībnieks var izvēlēties skriet, iet, soļot vai nūjot sev vēlamo un savai fiziskajai sagatavotībai atbilstošo laiku sev atbilstošā tempā. Ja dalībnieks izvēlas beigt distanci pirms kontrollaika beigām, dalībniekam jāpiesakās pie tiesneša finišā.

Īpašie nosacījumi:

Ja dalībnieks distanci veic nūjojot, nūjām jābūt aprīkotām ar speciālajām aso nūju galu uzlikām, kas nebojā skrejceļa segumu!

Laika kontrole tiks izmantota apļu uzskaitēi. Tiks fiksēts arī distances laiks, kas būs kā kontroles mehānisms katram dalībniekam savu spēku pārbaudei.

Ja vienā vecuma grupā vairāki dalībnieki kontrollaikā veiks vienādu apļu skaitu, dalībnieku vietu noteikšanai tiks vērtēta prioritārā secībā:

1. kopējais distances veikšanas laiks - augstāku vērtējumu iegūs dalībnieks ar uzrādīto ātrāko laiku distances veikšanā;
2. dalībnieka veiktais ātrākais aplis kontrollaikā - augstāku vērtējumu iegūs dalībnieks, kas būs veicis īsākā laikā pilnu apli, apļu laiks tiks vērtēts visā distancē.

Apbalvošana :

katrā vecuma grupā pirmo trīs vietu ieguvēji tiks apbalvoti ar medaļām,

Sacensību organizatori ir tiesīgi veikt izmaiņas un papildinājumus nolikumā, informējot par to www.aizkrauklessportacentrs.lv.

Dalība pasākumā bez maksas!

Galvenais tiesnesis: Rasa Siliņa (rasa.silina@aizkraukle.lv; tel. Nr. 25661300).

Seriāls "Latvijas stunda 2022".

Seriāls "Latvijas stunda 2022" norisinās divos posmos:

1. posms "Aizkraukles stundas skrējieni 2022" Aizkraukles stadionā, Draudzības krastmalā 6, Aizkrauklē (nolikums un pieteikšanās www.aizkrauklessportacentrs.lv) 2022. gada 1. maijā;
2. posms "Liepājas drosmes stunda" stadionā "Daugava", Jūrmalas parkā 3, Liepājā (nolikums un pieteikšanās www.drosmesskrejiens.lv) 2022. gada 23. oktobrī.

Katrā no posmiem dalībnieki, kas savā dalībnieku grupā iegūst 1. vietu, saņem 10 punktus kopvērtējuma vērtējumam seriālā "Latvijas stunda 2022". Attiecīgi 2. vietās ieguvēji saņem

9. punktu, 3. vietas ieguvēji 8. punktu, 10. vietas ieguvēji 1 punktu (proporcionāli samazinoties punktu skaitam par vienu pret izcīnīto vietu savā dalībnieku grupā).

Seriāla "Latvijas stunda 2022" uzvarētāji tiek noteikti summējot iegūto punktu skaitu abos posmos.

Dalībnieki, kas būs ieguvuši 20 un 19 punktus tiks apbalvoti ar speciālām balvām.

Dalībnieki, kas seriāla kopvērtējumā būs ieguvuši vairāk kā 10 punktus, piedalīsies balvu izlozē, kas notiks 2022. gada 23. oktobrī pasākumā "Liepājas drosmes stunda".