

Saskaņots:

Apstiprinu:

Latvijas Tautas Sporta Asociācijas
valdes locekle: G.Gorbotenkova

Pārgaujas novada pašvaldības
priekšsēdētājs: Hardijs Vents

VECGADA KAUSS SVARA STIĒŅA SPIEŠANĀ GUĻUS UZ ATKĀRTOJUMU SKAITU

NOLIKUMS

1.Mērķis un uzdevumi.

- 1.1. Tautas sporta popularizēšana
- 1.2. Visu vecuma grupu iesaistīšana sporta pasākumos.
- 1.3. Cīņa pret dopinga lietošanu.

2.Vieta un laiks.

- 2.1. Sacensības notiks **2014.gada 13.decembrī Pārgaujas novada Auciema Tautas namā.**
- 2.2. Dalībnieku reģistrēšana, svēršana no plkst. 9.00 līdz 10.00 (dalībniekiem jāuzrāda dzimšanas datu apliecināošs dokuments).
- 2.3. Sacensību sākums 11.00.

3.Sacensību vadība.

Sacensības organizē un vada Ziemeļvidzemes atlētu savienība(ZAS), sadarbībā ar Latvijas Tautas Sporta asociāciju. Uzziņas pa tālruni +37129495904

4.Dalībnieki.

Pie sacensībām tiks pieļauti dalībnieki vecumā no 14 gadiem, kas atzīst ZAS nostāju attiecībā pret dopinga lietošanu. Dalībnieki tiks dalīti vecuma un dzimuma kategorijās un vērtēti pēc relatīvā spēka rezultātiem.

1.kategorija- bērni no 10-12 gadiem

2.kategorija –pusaudži no13-15 gadiem

3.kategorija –jaunieši no16-18 gadiem

4.kategorija - juniori no 19-23 gadiem

5.kategorija –vīrieši no 24-39 gadiem

6.kategorija- jaunietes no-14-18 gadiem

7.kategorija -sievietes no 19 līdz 39 gadu vecumam

8.kategorija seniori no- 40-49 gadiem

9.kategorija – seniores no 40 gadiem

10.kategorija - seniori no 50 gadiem

5.Sacensību programma.

5.1. Svara stieņa spiešana guļus divos piegājenos uz 8.atkārtojumu skaitu.

6.Vērtēšana.

6.1.Uzvarētājus noteiks minētajās 10. kategorijās pēc relatīvā spēka rezultātiem.

7.Apbalvošana.

7.1.Pirmo vietu ieguvēji katrā minētajā kategorijā tiks apbalvoti ar kausiem un medaļām, otro un trešo vietu ieguvēji ar medaļām.

8.Īpašie nosacījumi

8.1.Juridiskā persona(organizācija) vai fiziskā persona,kura deleģējusi sportistu uz sacensībām,uzņemas pilnībā atbildību par startējošā sportista veselības stāvokli sacensību laikā.

8.2.Komandu pieteikumi obligāti jānosūta pēc adreses Ausekļa-31, Valmieras Ziemeļvidzemes atlētu savienībai LV-4201, vai pa e-pastu zas@e-apollo.lv, desmit dienas pirms sacensībām (standartizētu veidlapu var saņemt ZAS mājas lapā www.zas.lv)