

NOLIKUMS

Valkas novada skriešanas seriāla “Optimists” “Pavasaris 2016” un “Rudens – 2016” sacensībām

Mērķis

Radīt iespēju Valkas novada iedzīvotājiem iesaistīties skriešanas nodarbībās, lai stiprinātu veselību, iesaistītu pēc iespējas vairāk Valkas novada iedzīvotāju fiziskajās aktivitātēs, dot ģimenēm iespēju aktīvi pavadīt brīvo laiku.

Vieta un laiks

Seriāls notiek Valkā, mežā pie brīvdabas estrādes, pa viena kilometra garo, marķēto apli. Starts no pulksten 14.30 līdz 18.30.

“Pavasaris – 2016”

I kāрта – 21. aprīlis
II kāрта – 28. aprīlis
III kāрта – 5. maijs
VI kāрта – 12. maijs
V kāрта – 19. maijs
VI kāрта – 26. maijs

“Rudens – 2016”

I kāрта – 1. septembris
II kāрта – 8. septembris
III kāрта – 15. septembris
IV kāрта – 22. septembris
V kāрта – 29. septembris
VI kāрта – 6. oktobris

Vadība

Seriālu organizē un vada Valkas novada dome aktīvi sadarbojoties ar Valkas novada Bērnu un jaunatnes sporta skolu.

Galvenais tiesnesis Māris Koops, galvenā sekretāre Aija Lāce.

Dalībnieki

Skrējiena dalībnieku sastāvs un skaits nav reglamentēts.

Tiek aicināti visi ieinteresētie, neatkarīgi no vecuma, dzīves un darba vietas.

Par savu veselības stāvokli atbild pats dalībnieks!

Sadalījums pa vecuma grupām:

	Meitenes, sievietes	Zēni, Vīrieši
2009. gadā dzimušie un jaunāki	S – 0 – 1km	V – 0 – 1km
2005. – 2008.g. dzimušie	S – 1 – 1km	V – 1 – 1km
2002. – 2004.g. dzimušie	S – 2 – 1km	V – 2 – 2km
1999. – 2001.g. dzimušie	S – 3 – 2km	V – 3 – 3km
1987. – 1998.g. dzimušie	S – 4 – 2km	V – 4 – 3km
1977. – 1986.g. dzimušie	S – 5 – 2km	V – 5 – 3km
1968. – 1976.g. dzimušie	S – 6 – 2km	V – 6 – 3km
1957. - 1966. g. dzimušie	S - 7 - 2km	V – 7 – 3km
1956. gadā dzimušie un vecāki	S - 8 - 1km	V – 8 – 2km

Tautas grupa - dalībnieki, kas neskrien savai grupai atbilstošo distanci, bet ne mazāk kā vienu apli, netiek vērtēta, pēc dalībnieka vēlēšanās ar vai bez laika kontroles.

Aktīvākie dalībnieki tiek apbalvoti ar pārsteiguma balvām.

Nūjotāji – dalībnieki, kurus pieskaita tautas grupai, netiek vērtēti. Pēc dalībnieka vēlēšanās distanci veic ar vai bez laika kontroles. Aktīvākie dalībnieki tiek apbalvoti ar pārsteiguma balvām.

Vērtēšana

Nosakot uzvarētājus, summēs piecus labākos rezultātus.

Vienāda rezultāta gadījumā augstāku vietu iegūs dalībnieks ar lielāku starta skaitu un augstāku vietu katrā kārtā.

Apbalvošana

1.–3. vietu ieguvēji pa vecuma grupām tiks apbalvoti ar balvām gan pavasara, gan rudens kārtās. Dalībnieki, kuri ir startējuši vismaz 5 kārtās pavasarī un 5 kārtās rudenī, piedalīsies galvenās balvas – velosipēda izlozē! Apbalvošana notiek Valkas pilsētas kultūras namā plkst. 18.00 - pavasara kārtai 2016. gada 2. jūnijā, rudens kārtai - 2016. gada 13. oktobrī.

Vērtējums ģimenēm

I grupa – divi pieaugušie (vīrs un sieva).

II grupa – viens pieaugušais (māte, tēvs, vecmamma jeb vectēvs) un bērns vai bērni līdz 19 gadu vecumam.

III grupa - divi pieaugušie (māte un tēvs jeb vecmamma un vekaistēvs) un bērns vai bērni līdz 19 gadu vecumam.

Vērtē laika summu piecās kārtās:

I grupā – abiem dalībniekiem.

II grupā – pieaugušam + 1 bērna labākā laika summa.

III grupā – diviem pieaugušajiem un 1 bērna labākā laika summa.