

# *Apvidus šķēršļu skrējiens „Stipro skrējiens Ilzenē 2018”*

## **NOLIKUMS**

### **1. Mērķis**

- ✓ popularizēt aktīvu dzīvesveidu;
- ✓ iesaistīt fiziskās aktivitātēs dažāda vecuma dalībniekus;
- ✓ iespēju skrējiena dalībniekam pārbaudīt savu gribasspēku un fizisko spēju robežu;
- ✓ sniegt iespēju aizraujošā veidā iepazīt Ilzenes pagastu un popularizēt Ilzenes vārdu pasaulē;
- ✓ noskaidrot labākos dalībniekus dažādās distancēs un vecuma grupās

### **2. Organizatori**

Apvidus šķēršļu skrējienu rīko Ilzenes pagasta pārvalde sadarbībā ar Alūksnes novada pašvaldību, „Sporta, kultūras, interešu izglītības un mūžizglītības centrs „Dailes””.

### **3. Laiks un vieta**

- ✓ apvidus šķēršļu skrējiens notiek 2018.gada 21.jūlijā.
- ✓ Starta vieta – Alūksnes novada Ilzenes pagasta teritorijā pie Melnupes, autoceļu Līzespasts – Zeltiņi (P44) un Čonkas – Ilzenes Muiža (V375) krustojumā, GPS 57.382518 26.699189. (Norādes skatīt autoceļu P44 un V375 krustojumā).
- ✓ ierašanās un reģistrācija no plkst.10<sup>00</sup>. Starts plkst.12<sup>00</sup>. Apbalvošana pēc kultūras programmas skrējiena vietā.

### **4. Skrējiena dalībnieki**

- ✓ apvidus šķēršļu skrējienā var piedalīties ikviens aktīva dzīvesveida cienītājs, kurš sasniedzis 8 gadu vecumu (vecāku uzraudzībā, izvērtējot spējas pārvarēt šķēršļus, drīkst startēt arī jaunāki dalībnieki);
- ✓ apvidus šķēršļu skrējiena galvenais tiesnesis, nepaskaidrojot iemeslu, var nepieļaut dalībnieku startēt, ja rodas aizdomas, ka dalībnieks ir alkohola, narkotisko vai citu apreibinošu vielu ietekmē;
- ✓ dalībnieku atbilstību apvidus šķēršļu skrējienam izvērtē galvenais tiesnesis un atteikums dalībai nav pārsūdzams.

### **5. Pieteikšanās skrējienam un reģistrēšanās**

- ✓ organizatori aicina dalībniekus pieteikties elektroniski līdz 19. jūlija 16<sup>00</sup>, aizpildot dalībnieka [pieteikuma anketu](#) un nosūtot uz e-pastu [tn.ilzene@aluksne.lv](mailto:tn.ilzene@aluksne.lv). Pieteikšanos un reģistrēšanos varēs veikt arī apvidus šķēršļu skrējiena norises dienā. Sīkāka informācija: [tn.ilzene@aluksne.lv](mailto:tn.ilzene@aluksne.lv), tālrunis 26523025 (Jolanta) vai 26394436 (Inese);

- ✓ skrējiena dalībnieki norises vietā personīgi parakstās pieteikuma anketā. Parakstot dalībnieka pieteikuma anketu, dalībnieks apliecina, ka uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli, apņemas ievērot apvidus šķēršļu skrējiena „Stipro skrējieni Ilzenē” nolikuma prasības un necelt pretenzijas pret organizatoriem par iespējamām traumām vai ekipējuma bojājumiem, kas radušies paša dalībnieka vainas, pārslodzes vai apstākļu un savu spēju nenovērtēšanas dēļ, kā arī piekrist pasākuma fotografēšanai un filmēšanai un sekojošai parādīšanai publiskajā telpā;
- ✓ dalībniekiem, kas jaunāki par 18 gadiem, jābūt līdzīgi personai, kas paraksta pieteikuma anketu vai jābūt līdzīgi vecāku vai aizbildņu parakstītai atļaujai piedalīties sacensībās. Pasākuma organizatori neuzņemas atbildību par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā;
- ✓ dalībnieka pienākums ir piedalīties skrējienā ar dalībnieka reģistrācijas numuru, tas jāpiesprauž priekšpusē, krūšu rajonā, virs apģērba, tam jābūt saskatāmam visa skrējiena laikā;
- ✓ dalībnieks ir atbildīgs par izsniegtā reģistrācijas numura saglabāšanu līdz finišam;

## 6. Skrējiena dalībnieku dalības maksa

- ✓ dalībniekiem no 18 gadu vecumam (no 2000.g.dz.) piedaloties individuāli 8,00 EUR apmērā;
- ✓ dalībniekiem no 14 līdz 17 gadu vecumam (2001. - 2004.g.dz.) piedaloties individuāli 5,00 EUR apmērā;
- ✓ dalībniekiem no 8 līdz 13 gadu vecumam (2005.- 2010.g.dz.) piedaloties individuāli 3,00 EUR apmērā;
- ✓ komandām no 18 gadu vecumam (no 2000.g.dz.) 25,00 EUR apmērā;
- ✓ komandām no 14 līdz 17 gadu vecumam (2001.-2004.g.dz.) 16,00 EUR apmērā,
- ✓ Dalības maksā katram dalībniekam iekļauts: skrējiena dalībnieka reģistrācijas numurs un tā stiprinājums, rezultātu uzskaitē, ēdiens (*Stipro zupa*), iespēja noskaloties dušā, neatliekamā medicīniskā palīdzība, apbalvojumi skrējiena uzvarētājiem;
- ✓ dalības maksu dalībnieks iemaksā apvidus skrējiena norises vietā, reģistrējoties, saņemot “Ieejas biļeti”.

## 7. Skrējiena norise

- ✓ dalībniekiem reģistrējoties tiek izsniegts dalībnieka reģistrācijas numurs un tā stiprinājums;
- ✓ bērni no 8 – 13 gadu vecumā startē pirmie un veic bērnu trasi;
- ✓ pārējie dalībnieki dodas skrējienā vienlaicīgi, kad finišējuši visi bērnu skrējiena dalībnieki;
- ✓ apvidus šķēršļu skrējieni ietver klasiskā skriešanas krosa, dažādu veiklības un spēka disciplīnu elementus.;

- ✓ trasē ir izteikts reljefs un to papildina gan dabīgi, gan mākslīgi veidoti šķēršļi, tajā skaitā arī upes „Melnupe” šķērsošana. Katra šķēršļa pārvarēšanas norisi kontrolē šķēršļa tiesnesis;
- ✓ šķēršļa tiesnesis brīdina dalībnieku un informē par šķēršļa pārvarēšanas riskiem;
- ✓ distances garums 8 km\*, bērnu skrējiena distance 1km\*;
- ✓ organizatori dalībniekiem rekomendē sporta apavus, garās bikses un kreklu, jaku ar garajām piedurknēm, cimds;
- ✓ aizliegts visā trases garumā atrasties bez apaviem;
- ✓ aizliegts startēt apavos ar metāla radzēm;
- ✓ apvidus šķēršļu skrējienā dalībnieki piedalās šādās grupās:
  - **bērnu skrējieni:** 2005.-2010.g.dz. meitenes (8-13)  
2005.-2010.g.dz.zēni (8-13)
  - **1.grupa:** 2001. - 2004.g.dz. meitenes, (14-17)  
2001. - 2004.g.dz. zēni; (14-17)
  - **2.grupa:** 1994. –2000.g.dz. jaunietes, (18-24)  
1994. – 2000.g.dz. jaunieši; (18-24)
  - **3.grupa:** 1979. – 1993.g.dz. sievietes, (25-39)  
1979. – 1993.g.dz. vīrieši; (25-39)
  - **4.grupa:** līdz 1978.g.dz. sievietes, (40 un vecākas)  
līdz 1978.g.dz. vīrieši; (40 un vecāki)
  - **5.grupa:** komandas skrējieni. Komandas sastāvā 4 dalībnieki (no 14 gadu vecuma), komandā jābūt abu dzimumu pārstāvjiem\*\*

\* trases garums tiks precizēts pēc trases ierīkošanas. un publiskots skrējiena norises dienā, reģistrējoties

\*\* iespējama sieviešu komanda

## 7. Vērtēšana un apbalvošana

- ✓ par apvidus šķēršļu skrējiena uzvarētāju kļūst dalībnieks un komanda, kurš/a visātrāk veicis/veikusi distanci savā grupā. Katras grupas dalībniekus vērtē atsevišķi. Pirmo trīs vietu ieguvējus katrā grupā apbalvo ar diplomiem un medaļām, komandas ar kausiem ,diplomiem un medaļām;
- ✓ 1.-4. grupu dalībnieks, kuram deklarētā dzīvesvieta ir Ilzenes pagastā un kurš veicis distanci visātrāk, saņem īpašu balvu “Melnupe stiprais Ilzenietis”
- ✓ komandas dalībniekiem jāfīnišē kopā, komandas dalībniekus nevērtē atsevišķi;
- ✓ pretenziju gadījumā – protests rakstiskā veidā jāiesniedz galvenajam tiesnesim, iemaksājot drošības naudu – 20 EUR apmērā, pamatota protesta gadījumā drošības nauda tiks atgriezta.

## 8. Sodi

- ✓ ja dalībnieks nepārvar šķērsli, viņš var turpināt distanci .Šādā gadījumā dalībnieka rezultātam tiek pieskaitītas soda minūtes
  - par izkāpšanu no trases nožogojuma (ar nodomu samazināt distances garumu -1 minūte
  - par katru daļēji veiktu šķērsli - 2\*\*\* minūtes,
  - par pilnīgi neveiktu šķērsli vai tā apiešanu - 4\*\*\* minūtes;
- ✓ par jebkādu nesportisku, neētisku izturēšanos dalībnieku var diskvalificēt.

\*\*\* sodu apmērs var tikt precizēts pēc trases ierīkošanas

## 9. Serviss

- ✓ organizatori skrējiena dalībniekiem nodrošina noskalošanos dušā skrējiena norises vietā;
- ✓ organizatori dalībniekiem nodrošina neatliekamo medicīnisko palīdzību, par tās nepieciešamību skrējiena laikā un pēc tā, līdz apbalvošanas ceremonijas sākumam, dalībniekiem jāsažinās ar organizatoru pārstāvjiem vai trases tiesnešiem.

## 10. Atbildība

- ✓ gan dalībniekiem, gan līdzjutējiem jāievēro organizatoru izvirzītās prasības skrējiena gaitā. Katrs dalībnieks un viņa līdzbraucējs ir atbildīgs par apkārtējās vides saudzēšanu;
- ✓ skrējiena organizatoram ir tiesības izdarīt izmaiņas „Stipro skrējiena Ilzenē” nolikumā un skrējiena norisē (tajā skaitā arī skrējiena atcelšanu meteoroloģisku apstākļu dēļ), par to savlaicīgi informējot skrējiena dalībniekus.

Sagatavoja  
Inese Žīgure  
+371 26394436