

Apstiprinu:

Preiļu novada BJSS direktors E.Vaivods

Preiļu novada individuālo treniņu slēpošanā ar laika kontroli

“Mans ātrākais Preiļu parka aplis”

NOLIKUMS.

1. Mērķis un uzdevumi.

Iesaistīt Preiļu novada iedzīvotājus ziemas sporta aktivitātēs.

Popularizēt distanču slēpošanu un veicināt veselīgu dzīvesveidu pieaugušo un jauniešu vidū.

2. Vieta un laiks.

2021.gada 18., 25.februārī un 04.martā plkst.: 14.00 – 15.00 un 18.00-19.00 Preiļu parka distanču slēpošanas trase (apļa garums – 1,7 km). Reģistrācija - Skūpstu akmens pie ieejas estrādē, ievērojot visus ar Covid-19 saistītos ierobežojumus.

3. Pasākuma vadība.

Pasākumu organizē Preiļu novada BJSS , galvenais tiesnesis: Leonīds Valdonis (m.t.29556446), sekretārs Jānis Jaudzems (m.t.:29522996).

4. Pieteikumi.

Iepriekšēja pieteikšanās nav nepieciešama. Treniņnodarbības notiek bez maksas.

5. Dalībnieki.

Aicināts ikviens Preiļu novada iedzīvotājs un slēpošanas cienītājs bez vecuma ierobežojuma, kuram patīk izbaudīt sacensību garu ar distanču slēpēm. Katrs dalībnieks atbild par savu veselības stāvokli un fizisko sagatavotību.

6. Vecuma grupas un distance.

Līdz 20 gadu vecumam (jaunieši, jaunietes);

20 -29 gadi (vīrieši, sievietes);

30 – 39 gadi (vīrieši, sievietes);

40 -49 gadi (vīrieši, sievietes);

50 – 59 gadi (vīrieši, sievietes);

60 gadi un vecāki (vīrieši, sievietes);

Visu grupu dalībnieki veic vienu distanci – 1,7 km.

7. Rezultātu un distances fiksēšana.

Dalībnieki dodas trasē katrs individuāli norādīto dienu sev vēlamajā laikā (no diviem norādītajiem) , ievērojot valstī izsludinātos epidemioloģiskās drošības noteikumus. Rezultātu distancē fiksē tiesnesis.

8. Vērtēšana un apbalvošana.

Individuālais vērtējums abu dzimumu visās vecuma grupās – no trim posmiem summējot divus labākos. Ja laika apstākļu dēļ kādu posmu nevar sarīkot – no diviem posmiem vērtē labāko. Katrs dalībnieks nobeigumā saņems apliecinošu sertifikātu par dalību ar uzrādīto rezultātu un vietu grupā. Katram dalībniekam (kurš piedalījies vismaz divos posmos) piemiņas suvenīrs.

Lai visiem veiksmīgi starti un patīkama atpūta uz slēpēm Preiļu parka trasē!