

NOLIKUMS

Valkas novada skriešanas seriāla “Optimists” “Pavasaris 2015” un “Rudens – 2015” sacensībām

Mērķis

Radīt iespēju Valkas novada iedzīvotājiem iesaistīties skriešanas nodarbībās, lai stiprinātu veselību, dot ģimenēm iespēju aktīvi pavadīt brīvo laiku.

Vieta un laiks

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

“Pavasaris – 2015”	“Rudens – 2015”
I kāрта – 23. aprīlis	I kāрта – 3. septembris
II kāрта – 30. aprīlis	II kāрта – 10. septembris
III kāрта – 7. maijs	III kāрта – 17. septembris
VI kāрта – 14. maijs	IV kāрта – 24. septembris
V kāрта – 21. maijs	V kāрта – 1. oktobris
VI kāрта – 28. maijs	VI kāрта – 8. oktobris

Vadība

Seriālu organizē un vada Valkas novada dome aktīvi sadarbojoties ar Valkas novada Bērnu un jaunatnes sporta skolu, dalībniekiem un viņu vecākiem. 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
2008. gadā dzimušie un jaunāki	S – 0 – 1km	V – 0 – 1km
2004. – 2007. g. dzimušie	S – 1 – 1km	V – 1 – 1km
2001. – 2003. g. dzimušie	S – 2 – 1km	V – 2 – 2km
1998. – 2000. g. dzimušie	S – 3 – 2km	V – 3 – 3km
1986. – 1997. g. dzimušie	S – 4 – 2km	V – 4 – 3km
1976. – 1985. g. dzimušie	S – 5 – 2km	V – 5 – 3km
1966. – 1975. g. dzimušie	S – 6 – 2km	V – 6 – 3km
1956. – 1965. g. dzimušie	S – 7 – 2km	V – 7 – 3km
1955. 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. 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 2015. gada 4. jūnijā, rudens kārtai - 2015. gada 15. 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.

Atbildīgais - Valkas novada domes sporta speciālists Māris Koops, mob. tel. 2 9424580