

1.maija skriešanas un nūjošanas sacensības "Lubānas džunglis"

01.05.2018. AS "Latvijas valsts meži" atpūtas bāze "Ezernieki".

SACENSĪBU NOLIKUMS

Mērķis un uzdevumi

- Veicināt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu.
- Veicināt skriešanas popularitāti kā veselīga un sportiska dzīves veida sastāvdaļu.
- Popularizēt Lubānu kā veselīga dzīves veida novadu, izceļot galveno vērtību – mežus un neskarto dabu!
- Veidot kā 1. maija tradīciju Lubānas novadā, kas saistīta ar veselīgu dzīves veidu.
- Popularizēt nūjošanas aktivitātes fiziskās un garīgās veselības saglabāšanai un uzlabošanai, kā arī panākumu gūšanai sporta sacensībās.

Organizators

- Sacensības organizē Lubānas novada pašvaldība sadarbībā ar biedrību "Aborieši" un LVM atpūtas bāzi "Ezernieki".

Distances

Distance / Grupa	1km skrējiens bērniem	5 km veselības skrējiens	9 km skrējiens	Nūjošanas 5 km distance
Meitenes žiperīgās 2008-2010	x			
Puikiņu grupa 2008-2010	x			
Meiteņu grupa 2007-2005	x			
Puiku grupa 2007-2005	x			
Veselīgās sievas 2004 un vecākas		x		
Veselīgie rutki 2004 un vecāki		x		
Sieviešu grupa, kuras jau zina, kas ir kas 1977-1989			x	
Vīru grupa, kuri zina laimīgas dzīves noslēpumus 1977-1989			x	
Sieviešu grupa precību gados! 2004-1990			x	
Vīru grupa, kuri ne no kā vairs nebaidās 2004-1990			x	
Viedās 1976 un vecākas			x	
Viedie 1976 un vecāki			x	
Dabas baudītāji, startē bez vecuma ierobežojuma				x

1 km skrējiens bērniem. Trase izvietota starta finiša zonā. Startē bērni līdz 14 gadu vecumam.

5 km veselības skrējiens. Trase marķēta. Laika limits: 1,5 stundas.

9 km skrējiens. Trase marķēta. Laika limits: 2 stundas.

Nūjošana 5 km distance. Trase marķēta. Laika limits: 2 stundas. Dalībnieki startē vīriešu un sieviešu konkurencē bez dalījuma vecuma grupās.

Starta/finiša zona atrodas LVM atpūtas bāzē "Ezernieki" .

Trase vīsies caur LVM teritoriju garām Salas un Kapu ezeriem. 9km distances skrējējiem nāksies nopietnāk izbaudīt arī Lubānas "līdzenuma" reljefu šķērsojot Visagala (Brākaļu) pilskalnu, Liepu kalniņu un Baznīcas kalniņu. Dalībniekiem, kuri veiks 5 km un 9 km distanci jārēķinās ar to, ka šur tur nāksies samērcēt kājas.

Trasē būs viens dzērienu punkts.

Provizoriskā Sacensību programma

- Sacensības notiek 2018. gada 1. maijā.
- Starta/finiša zona atrodas LVM atpūtas bāzē "Ezernieki", Indrānu pag., Lubānas novads, LV 4830. 200 km no Rīgas, 25 km aiz Madonas,. N 56°48'43.7" E 26°33'58.3"

9:30	Sākas reģistrācija un numuru izsniegšana
11:00	Starts bērniem grupā līdz 14 gadiem
11:30	Starts 14+ un nūjotājiem

Apbalvošana paredzēta pēc apstākļiem

!!! Starta laiki var tikt nedaudz mainīti, atkarībā no dalībnieku skaita un laika apstākļiem, par to savlaicīgi paziņojot.

Dalības maksa un reģistrācija

Sacensībām nav piemērota dalības maksa.

Iepriekšējā reģistrācija sacensībām beidzas 28. aprīlī.

Reģistrēties iespējams sacensibas@lubana.lv vai elektroniski <http://lubana.lv/index.php/lv/homepage-3/sports/registresanas-sacensibam> (izmantojot sadaļas SPORTS elektroniskās pieteikšanās formu) norādot vārdu uzvārdu, vecuma grupu, distanci, kurā ir plānots piedalīties!

Vispārīgie noteikumi

Katrs sacensību dalībnieks, saņemot numuru, ar parakstu apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbilstību izvēlētajās distances veikšanai.

Piesakoties sacensībām visi dalībnieki apliecina, ka neiebilst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju izmantošanai sacensību mārketinga un reklāmas aktivitātēm.

Sacensību organizatori nav atbildīgi par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā, bet nodrošina neatliekamās medicīniskās palīdzības klātbūtni sacensībās.

Sacensību organizatori neuzņemas atbildību par dalībniekiem, kuri neiekļaujas trašu veikšanas noteiktajā laika limitā.

Sacensību distances veikšanas laikā jāievēro tiesneša norādītais maršruts.

Patvaļīgi saīsinot distanci, dalībnieks tiek diskvalificēts.

Tiesnešu kolēģijai kopā ar organizatoriem ir tiesības izlemt jautājumus, kuri nav minēti sacensību nolikumā.

Organizatori nav atbildīgi par dalībnieku nolikuma nezināšanu un neievērošanu.

Sacensību dalībnieki, distances veikšanas laikā, ar savu darbību nedrīkst ietekmēt citus sacensību dalībniekus un to rezultātus.

Provizoriskie rezultāti tiks publicēti mājas lapā www.lubana.lv.

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā.

Detalizētu informāciju var saņemt pa tālruni 26649344 (Māris).

Pasākumu atbalsta:



Sia "Lubānas aptieka"

