

NOLIKUMS
“Bērnu vieglatlētikas festivāls”
„U10” un „U12” vecumu grupām

Mērķis un uzdevums:

Popularizēt un attīstīt vieglatlētiku Ādažu novadā.
Pārbaudīt mācību treniņu darbu rezultātus.

Vieta un laiks:

Sacensības notiks 2023.gada 2. jūnijā plkst.16:00 Ādažu vidusskolas stadionā, Gaujas iela 30.

Sacensību vadība:

Sacensības organizē un vada Ādažu BJSS vieglatlētikas nodaļas treneri Liene Poļaka un Arvis Ješkins, galvenais tiesnesis Sandra Krūma.

Sacensību dalībnieki:

„U10” grupa (2014.-2015.g.dz.), „U12” grupa (2012.-2013.dz.g.). ĀBJSS audzēkņi un Ādažu novada izglītības iestāžu vieglatlētikas pulciņa audzēkņi, kā arī uzaicinātās sporta skolas.

Programma:

U10 - 60m/b (12-0.55-6.00m), bumbiņas mešana, tāllēkšana, 300m.

U12- 60m/b (12-0.60-6.50m), bumbiņas mešana, tāllēkšana, 500m.

Nosacījumi:

- Sacensības ir individuālas;
- Katrs dalībnieks startē visās 4 disciplīnās;
- Dalībniekus vērtē katrā vecuma grupā atsevišķi zēnus un meitenes;
- 60m/b (U12 no zemā starta);
- Bumbiņas mešanā 3 metieni;
- Tāllēkšanā 3 lēcieni;
- 300m un 500m skrien pa kopējo celiņu;
- Pāragra starta noteikumi pēc apstiprināta nolikuma vieglatlētikas daudzcīņās.

Sacensību pieteikumi:

- Pieteikšanās no plkst. 15:00 sacensību vietā;
- 15:30-15:55 kopīga iesildīšanās;
- 16:00 sacensību sākums.

Apbalvošana:

1.-3.vietu ieguvējus 4cīņas kopvērtējumā, kā zēniem tā meitenēm apbalvos ar medaļām un diplomiem.

Par dalībnieka veselību atbild vecāki/aizbildņi, organizācija vai treneris, kas piesaka dalībniekus startam. Sacensību laikā uzņemtas fotogrāfijas, sacensību organizatori drīkst izmantot uzskates materiālos bez saskaņošanas ar tajās redzamajiem cilvēkiem.