

## Veselības skrējieni Carnikava 2022

### Kopvērtējums punkti

Tiek apbalvoti 1.- 6.vietas, ja ir piedalījies vismaz 4 posmos

Meitenes 2013.g.dt. Un jaunāki						
Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Punkti
1	Nora	Lūkina	2013	29	23	52
2	Odrīja	Martinsonsone	2013	25	25	50
3	Katrīna	Trokša	2014	17	30	47
4	Meriela	Melngalīte	2015	26	18	44
5	Marta	Skudra	2013	7	9	16
6	Jasminā	Vanaga	2013	10	0	10
7	Gabriela	Melngalīte	2013	8	0	8
8	Katrīna	Eļekse	2014	8	0	8
9	Madara	Mattisona	2013	0	7	7
10	Dita	Broka	2013	0	7	7
11	Elīna	Bogdanova	2016	0	6	6

### 30min skrējieni aplī

Meitenes 2013.g.dt. Un jaunāki												
NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Nora	Lūkina	2013	13	10	12	9	12	10			29
2	Odrīja	Martinsonsone	2013	11	9	11	8	10	8			25
3	Gabriela	Melngalīte	2013	9	8	0	0	0	0			8
4	Katrīna	Eļekse	2014	9	8	0	0	0	0			8
5	Meriela	Melngalīte	2015	9	8	11	8	10	8			26
6	Katrīna	Trokša	2014	0	0	11	8	11	9			17
7	Marta	Skudra	2013	0	0	10	7	0	0			7
8	Jasminā	Vanaga	2013	0	0	13	10	0	0			10

### Zibens soēka skrējieni laiks \*1.-1.4km

Meitenes 2013.g.dt. Un jaunākas										
NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Katrīna	Trokša	2014	05:31	10	06:00	10	07:42	9	29
2	Odrīja	Martinsonsone	2013	05:44	9	06:30	8	08:14	8	25
3	Nora	Lūkina	2013	05:46	8	6:55.5	6	07:43	0	14
4	Madara	Mattisona	2013	06:46	7	-	0	-	0	7
5	Meriela	Melngalīte	2015	06:50	6	06:58	5	09:23	7	18
6	Marta	Skudra	2013	-	0	06:16	9	-	0	9
7	Elīna	Bogdanova	2016	-	0	-	0	12:45	6	6
8	Dita	Broka	2013	-	0	06:55	7	-	0	7

### Koovērtējums punkti

Zēni 2013.g.dt. Un jaunāki						
Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Punkti
1	Roberts	Pazars	2013	30	30	60
2	Jēkabs	Grudulis	2013	30	26	56
3	Bruno	Sēja	2013	27	21	48
4	Mārtiņš	Straume	2013	25	19	44
5	Egnars	Krūms	2015	15	24	39
6	Valters	Didriksons	2014	21	14	35
7	Bruno	Blaus	2015	22	6	28
8	Kārlis	Breidaks	2015	5	8	13
9	Everts	Jēkabsons	2016	0	4	4

### 30min skrējieni aplī

Zēni 2013.g.dt. Un jaunāki												
NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Roberts	Pazars	2013	14	10	14	10	14	10			30
2	Jēkabs	Grudulis	2013	14	10	14	10	14	10			30
3	Bruno	Sēja	2013	12	9	12	9	12	9			27
4	Bruno	Blaus	2015	11	8	9	6	9	8			22
5	Valters	Didriksons	2014	10	7	9	6	9	8			21
6	Mārtiņš	Straume	2013	10	7	12	9	12	9			25
7	Jēkabs	Kulikovskis	2014	0	0	10	7	9	8			15
8	Egnars	Krūms	2015	0	0	11	8	8	7			15
9	Kārlis	Breidaks	2015	0	0	8	5	0	0			5

### Zibens soēka skrējieni laiks \*1.-1.4km

Zēni 2012.g.dt. Un jaunāki										
NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Roberts	Pazars	2013	04:58	10	05:13	10	07:05	10	30
2	Egnars	Krūms	2015	05:25	9	05:50	8	07:58	7	24
3	Jēkabs	Grudulis	2013	05:29	8	05:49	9	07:33	9	26
4	Bruno	Sēja	2013	05:44	7	06:36	6	07:35	8	21
5	Mārtiņš	Straume	2013	06:27	6	06:33	7	08:00	6	19
6	Kārlis	Breidaks	2015	06:42	5	07:01	3	-	0	8
7	Valters	Didriksons	2014	06:44	4	06:49	5	09:13	5	14
8	Jēkabs	Kulikovskis	2014	07:03	3	07:24	2	09:17	4	9
9	Bruno	Blaus	2015	08:08	2	08:20	1	11:35	3	6
10	Everts	Jēkabsons	2016	-	0	06:56	4	-	0	4

## Veselības skrējiens Carnikava 2022

### Kopvērtējums

punkti

Tiek apbalvoti 1.- 6.vietas, ja ir piedalījies vismaz 4 posmos

#### Meitenes

2012.- 2009.dz.g

Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Punkti
1	Elza	Vītola	2012	28	24	52
2	Ketija	Edžiņa	2011	20	30	50
3	Ance	Ancverīga	2010	17	18	35
4	Alise	Brakovska	2011	25	8	33
5	Marta	Lukstiņa	2012	19	12	31
6	Annika	Ūle	2011	24	3	27
7	Tija	Broka	2011	16	9	25
8	Madara	Terentjeva	2011	18	6	24
9	Elza	Auziņa	2012	17	6	23
10	Beāte	Stepka	2011	16	4	20
11	Herta	Grantskalne	2012	7	13	20
12	Nikola	Jankovska	2012	15	4	19
13	Gerda	Grūbe	2011	8	8	16
14	Rebeka	Kokuma	2012	15	0	15
15	Sabīne Kate	Bārene	2011	8	4	12
16	Adele	Lietuviete	2012	8	0	8
17	Monta	Novikova	2011	0	8	8
18	Elza	Jukāme	2011	7	0	7
19	Sabīne	Krieva	2010	0	7	7
20	Emīlija	Baldiņa	2010	0	5	5
21	Keitija	Stabulniece	2001	0	2	2

### 30min skrējiens

apji

#### Meitenes

2012.- 2009.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Ketija	Edžiņa	2011	14	10	0	0	13	10			20
2	Marta	Lukstiņa	2012	13	9	13	10	0	0			19
3	Elza	Vītola	2012	13	9	13	10	12	9			28
4	Madara	Terentjeva	2011	13	9	0	0	12	9			18
5	Ance	Ancverīga	2010	12	8	0	0	12	9			17
6	Sabīne Kate	Bārene	2011	12	8	0	0	0	0			8
7	Alise	Brakovska	2011	12	8	13	10	10	7			25
8	Nikola	Jankovska	2012	11	7	11	8	0	0			15
9	Elza	Jukāme	2011	11	7	0	0	0	0			7
10	Annika	Ūle	2011	11	7	12	9	11	8			24
11	Herta	Grantskalne	2012	11	7	0	0	0	0			7
13	Gerda	Grūbe	2011	0	0	11	8	0	0			8
14	Elza	Auziņa	2012	0	0	11	8	12	9			17
15	Beāte	Stepka	2011	0	0	11	8	11	8			16
16	Tija	Broka	2011	0	0	11	8	11	8			16
17	Adele	Lietuviete	2012	0	0	11	8	0	0			8
18	Rebeka	Kokuma	2012	0	0	11	8	10	7			15

### Zibens soēka skrējiens

laiks ~1.-1.4km

#### Meitenes

2012.- 2009.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Ketija	Edžiņa	2011	05:20	10	05:19	10	06:44	10	30
2	Ance	Ancverīga	2010	05:38	9	05:56	9	-	0	18
3	Gerda	Grūbe	2011	05:43	8	-	0	-	0	8
4	Elza	Vītola	2012	05:45	7	5:56.5	8	07:36	9	24
5	Madara	Terentjeva	2011	05:46	6	-	0	-	0	6

6	Alise	Brakovska	2011	5:54.5	5	06:27	1	08:29	2	8
7	Herta	Grantskalne	2012	05:56	4	06:03	6	08:09	3	13
8	Sabīne Kate	Bārene	2011	06:17	3	-	0	08:48	1	4
9	Nikola	Jankovska	2012	06:43	2	06:56	1	10:49	1	4
10	Marta	Lukstiņa	2012	-	0	06:06	5	07:45	7	12
11	Annika	Ūle	2011	-	0	06:10	2	08:33	1	3
12	Beāte	Stepka	2011	-	0	06:08	3	08:22	1	4
13	Tija	Broka	2011	-	0	6:06.5	4	08:01	5	9
14	Keitija	Stabulniece	2001	-	0	06:55	1	10:36	1	2
15	Sabīne	Krieva	2010	-	0	06:00	7	-	0	7
16	Monta	Novikova	2011	-	0	-	0	07:43	8	8
17	Elza	Auziņa	2012	-	0	-	0	07:47	6	8
18	Emīlija	Baldiņa	2010	-	0	06:22	1	08:02	4	5

### Konvērtēiums

punkti

#### Zēni

2012.- 2009.dz.g

Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Punkti
1	Nikolajs	Skudra	2011	29	27	56
2	Augusts	Breidaks	2012	27	24	51
3	Gustavs	Pazars	2010	24	22	46
4	Markuss	Ruso	2011	22	15	37
5	Andrejs	Peredistijs	2011	22	10	32
6	Reinis	Sūna	2010	18	11	29
7	Adriāns	Jēkabsons	2011	14	13	27
8	Kristofers	Štegmanis	2009	10	10	20
9	Kristers	Didrihsons	2012	16	4	20
10	Ēriks	Veldre	2010	8	9	17
11	Daniels	Lagutins	2011	16	0	16
12	Rauls	Vītols	2011	15	0	15
13	Gustavs	Graudiņš	2011	7	6	13
14	Edvards	Krūms	2011	9	2	11
15	Roberts	Rudītis	2009	0	10	10
16	Edžus	Rubļevskis	2012	8	1	9
17	Patriks	Pavlovs	2011	6	1	7
18	Roberts	Kazaks	2011	6	1	7
19	Miķelis	Timrots	2012	4	1	5
20	Toms	Rožkalns	2010	0	2	2

### 30min skrējiens

apļi

#### Zēni

2012.- 2009.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Kristofers	Štegmanis	2009	17	10	0	0	0	0			10
2	Augusts	Breidaks	2012	15	9	15	9	15	9			27
3	Nikolajs	Skudra	2011	15	9	16	10	16	10			29
4	Gustavs	Pazars	2010	14	8	13	8	14	8			24
5	Daniels	Lagutins	2011	14	8	13	8	0	0			16
6	Ēriks	Veldre	2010	14	8	0	0	0	0			8
7	Gustavs	Graudiņš	2011	13	7	0	0	0	0			7
8	Andrejs	Peredistijs	2011	13	7	13	8	13	7			22
9	Markuss	Ruso	2011	13	7	13	8	13	7			22
10	Rauls	Vītols	2011	13	7	13	8	0	0			15
11	Adriāns	Jēkabsons	2011	12	6	13	8	0	0			14
12	Kristers	Didrihsons	2012	11	5	11	6	10	5			16
13	Reinis	Sūna	2010	11	5	12	7	11	6			18
14	Edžus	Rubļevskis	2012	11	5	0	0	7	3			8
15	Edvards	Krūms	2011	0	0	0	0	15	9			9
16	Roberts	Kazaks	2011	0	0	0	0	11	6			6
17	Miķelis	Timrots	2012	0	0	0	0	9	4			4
18	Patriks	Pavlovs	2011	0	0	0	0	11	6			6

Zibens spēka skrējiens			laiks ~1.-1.4km								
Zēni		2012.- 2009.dz.g									
NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā	
1	Nikolajs	Skudra	2011	04:41	10	05:04	8	06:20	9	27	
2	Augusts	Breidaks	2012	04:55	9	05:00	9	06:31	6	24	
3	Markuss	Ruso	2011	05:04	8	-	0	06:28	7	15	
4	Gustavs	Pazars	2010	5:04.5	7	05:12	7	06:27	8	22	
5	Gustavs	Graudiņš	2011	05:08	6	-	0	-	0	6	
6	Adriāns	Jēkabsons	2011	05:12	5	05:22	5	07:37	3	13	
7	Reinis	Sūna	2010	05:30	4	05:25	3	07:00	4	11	
8	Ēriks	Veldre	2010	05:37	3	05:21	6	-	0	9	
9	Edvards	Krūms	2011	05:42	2	-	0	-	0	2	
10	Kristers	Didrihsons	2012	05:54	1	06:26	1	07:54	2	4	
11	Kristofers	Štegmanis	2009	-	0	04:13	10	-	0	10	
12	Andrejs	Peredistijs	2011	-	0	05:22	5	06:53	5	10	
13	Roberts	Kazaks	2011	-	0	06:42	1	-	0	1	
14	Miķelis	Timrots	2012	-	0	06:35	1	-	0	1	
15	Patriks	Pavlovs	2011	-	0	05:44	1	-	0	1	
16	Edžus	Rublevskis	2012	-	0	-	0	09:23	1	1	
17	Emīls	Liepiņš	2010	-	0	-	0	09:50	1	1	
18	Roberts	Rudītis	2009	-	0	-	0	06:07	10	10	
19	Toms	Rožkalns	2010	-	0	05:29	2	-	0	2	

## Veselības skrējiens Carnikava 2022

### Kopvērtējums

punktos

Tiek apbalvoti 1.- 6.vietas, ja ir piedalījies vismaz 4 posmos

Meitenes 2008.- 2005.dz.g

Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Kopā
1	Elza	Jākobsons	2008	20	30	50
2	Elīna	Kronberga	2007	29	18	47
3	Evelīna	Misāne	2008	30	16	46
4	Paula	Blažēvica	2007	25	20	45
5	Tīna Roberta	Jučere	2007	26	15	41
6	Keita	Buķele	2008	23	17	40
7	Grieta	Preciniece	2007	10	7	17
8	Daniela	Belija	2007	9	0	9
9	Luīze	Jukāma	2007	9	0	9
10	Bernadeta	Auniņa	2008	9	0	9

### 30min skrējiens

apļi

Meitenes 2008.- 2005.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Grieta	Preciniece	2007	14	10	0	0	0	0			10
2	Evelīna	Misāne	2008	14	10	15	10	14	10			30
3	Elza	Jākobsons	2008	14	10	15	10	0	0			20
4	Elīna	Kronberga	2007	14	10	14	9	14	10			29
5	Paula	Blažēvica	2007	13	9	13	8	12	8			25
6	Daniela	Belija	2007	13	9	0	0	0	0			9
7	Luīze	Jukāma	2007	13	9	0	0	0	0			9
8	Bernadeta	Auniņa	2008	13	9	0	0	0	0			9
9	Tīna Roberta	Jučere	2007	12	8	14	9	13	9			26
10	Keita	Buķele	2008	11	7	12	7	13	9			23

### Zibens spēka skrējiens

laiks ~1.-1.4km

Meitenes 2008.- 2005.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Elza	Jākobsons	2008	05:02	10	04:52	10	06:26	10	30
2	Elīna	Kronberga	2007	05:09	9	-	0	06:46	9	18
3	Evelīna	Misāne	2008	05:15	8	-	0	06:47	8	16
4	Grieta	Preciniece	2007	05:16	7	-	0	-	0	7
5	Tīna Roberta	Jučere	2007	05:37	6	05:31	9	-	0	15
6	Paula	Blažēvica	2007	05:53	5	05:52	8	07:59	7	20
7	Keita	Buķele	2008	05:55	4	5:52.5	7	08:08	6	17

### Kopvērtējums

punktos

Zēni 2008.- 2005.dz.g

Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Kopā
1	Toms	Melderis	2008	30	20	50
2	Emīls	Balodis	2007	17	9	26
3	Adriāns	Gudermanis	2007	9	10	19
4	Daniels	Tupureins	2008	9	0	9
5	Ričards	Lācis	2008	0	9	9
6	Markuss	Krūze	2007	9	0	9

### 30min skrējiens

apļi

Zēni 2008.- 2005.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Toms	Melderis	2008	16	10	17	10	16	10			30
2	Emīls	Balodis	2007	15	9	15	8	0	0			17

3	Daniels	Tupureins	2008	15	9	0	0	0	0		9
4	Adrians	Gudermanis	2007	0	0	16	9	0	0		9
5	Markuss	Krūze	2007	0	0	0	0	14	9		9

**Zibens spēka skrējiens** laiks ~1.-1.4km

Zēni 2008.- 2005.dz.g

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Toms	Melderis	2008	04:12	10	-	0	05:39	10	20
2	Emīls	Balodis	2007	04:36	9	-	0	-	0	9
3	Adrians	Gudermanis	2007	-	0	04:22	10	-	0	10
4	Ričards	Lācis	2008	-	0	06:00	9	-	0	9

## Veselības skrējieni Carnikava 2022

### Kopvērtējums

punkti

Tiek apbalvoti 1.- 6.vietas, ja ir piedalījies vismaz 4 posmos

**Sievietes** 2004.dz.g.un vecaki

Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Kopā
1	Dace	Pārums	1979	27	28	55
2	Evija	Lonerte	1982	30	20	50
3	Sniedze	Brakovska	1980	20	8	28
4	Baiba	Broka	1981	0	9	9
5	Klinta	Ganguse	1989	8	0	8

### 30min skrējieni

apļi

**Sievietes** 2004.dz.g.un vecaki

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Evija	Lonerte	1982	13	10	13	10	13	10			30
2	Sniedze	Brakovska	1980	13	10	13	10	0	0			20
3	Dace	Pārums	1979	12	9	12	9	12	9			27
4	Klinta	Ganguse	1989	0	0	0	0	11	8			8
5												
6												

### Zibens spēka skrējieni

laiks ~1.-1.4km

**Sievietes** 2004.dz.g.un vecaki

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Evija	Lonerte	1982	05:25	10	-	0	07:23	10	20
2	Dace	Pārums	1979	05:54	9	05:54	10	07:56	9	28
3	Sniedze	Brakovska	1980	06:00	8	-	0	-	0	8
4	Baiba	Broka	1981	-	0	06:54	9	-	0	9

### Kopvērtējums

punkti

**Vīrieši** 2004.dz.g.un vecaki

Vieta	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	30min	ZB spēka	Kopā
1	Eduards	Pāķis	1976	29	30	59
2	Viesturs	Pazars	1972	20	27	47
3	Artūrs	Breidaks	1985	24	20	44
4	Māris	Lukins	1980	23	12	35
5	Jānis	Pārums	1984	22	13	35
6	Guntis	Kulikovskis	1985	18	16	34
7	Martiņš	Martinsons	1985	19	14	33
8	Emīls	Broks	1980	7	7	14
9	Pēteris	Kokums	1983	10	0	10
10	Jānis	Ābols	1990	10	0	10

### 30min skrējieni

apļi

**Vīrieši** 2004.dz.g.un vecaki

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	08.09.	Punkti	22.09.	Punkti	06.10.	Punkti	20.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Jānis	Ābols	1990	17	10	0	0	0	0			10
2	Viesturs	Pazars	1972	17	10	0	0	16	10			20
3	Eduards	Pāķis	1976	16	9	17	10	16	10			29
4	Artūrs	Breidaks	1985	13	8	14	8	14	8			24
5	Māris	Lukins	1980	13	8	14	8	13	7			23
6	Jānis	Pārums	1984	13	8	14	8	12	6			22

7	Martiņš	Martinsons	1985	11	7	12	6	12	6		19
8	Guntis	Kujikovskis	1985	0	0	15	9	15	9		18
9	Pēteris	Kokums	1983	0	0	11	5	10	5		10
10	Emīls	Broks	1980	0	0	0	0	13	7		7

**Zibens spēka skrējiens** laiks ~1.-1.4km

**Vīrieši** 2004.dz.g.un vecaki

NPK	Vārds	Uzvārds	Dz.g.	15.09.	Punkti	29.09.	Punkti	13.10.	Punkti	Punkti kopā
1	Eduards	Pāķis	1976	04:11	10	04:15	10	05:44	10	20
2	Viesturs	Pazars	1972	04:17	9	04:26	9	06:13	9	18
3	Guntis	Kujikovskis	1985	04:53	8	04:39	8	-	0	16
4	Māris	Lukins	1980	05:05	7	05:18	5	07:42	7	12
5	Artūrs	Breidaks	1985	05:14	6	05:16	6	06:55	8	12
6	Martiņš	Martinsons	1985	05:35	5	05:37	4	07:52	5	9
7	Jānis	Pārums	1984	05:51	4	05:50	3	07:51	6	7
8	Emīls	Broks	1980	-	0	05:10	7	-	0	7