

Apstiprinu:



Silvija Bartuševiča  
"Mārupes sporta centrs"  
vadītāja

## Skriešanas sacensības "Pavasara kross Mārupē"

### NOLIKUMS

#### 1. Mērķis

- uzlabot Mārupes novada iedzīvotāju fizisko veselību;
- mainīt iedzīvotāju paradumus par labu aktīvam dzīvesveidam;
- sekmēt Mārupes novada iedzīvotāju sportiskos sasniegumus;
- veicināt Mārupes novada bērnu un jauniešu kvalitatīvu brīvā laika pavadīšanu.

#### 2. Vieta, datums, laiks.

Jaunmārupe, Pie dīķa "Pavasaris":

Sacensības notiks 6 posmos:

<i>Skriešanas sacensības</i>		
1. Posms	17.aprīlis	18:00 – 20.00
2. Posms	24.aprīlis	18:00 – 20.00
3. Posms	8.maijs	18:00 – 20.00
4. Posms	15.maijs	18.00 - 20.00
5. Posms	22.maijs	18:00 – 20.00
6. Posms	29.maijs	18.00 - 20.00

#### 3. Sacensību vadība.

Sacensības organizē Mārupes sporta centrs. Sacensību galvenais tiesnesis Kārlis Stupmanis - 29177023.

#### 4. Dalībnieki un grupas.

Sacensībās piedalās Mārupes novada iedzīvotāji un viesi. Dalībnieki paši ir atbildīgi par savu veselības stāvokli sacensību laikā un to apliecina ar parakstu pieteikuma anketā. Sacensību organizatori neatbild par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā.

Dalībnieki startē sev atbilstošajās vecuma grupās un katrā posmā atļauts startēt tikai vienā grupā:

Grupas	Dzimšanas gadi
S 3 un V 3	2021 - 2020
S 5 un V 5	2019 - 2018
S 7 un V 7	2017 - 2016
S 9 un V 9	2015 - 2013
S 12 un V 12	2012 - 2011
S 14 un V 14	2010 - 2009
S 16 un V 16	2008 - 2007
S 18 un V 18	2006- 2005
S 21 un V 21	2004 - 2003

S 35 un V 35	2002- 1985
S 40 un V 40	1984- 1980
S 45 un V 45	1979 - 1975
S 50 un V 50	1974 - 1970
S 55 un V 55	1969 - 1965
S 60 un V 60	1964 - 1960
S 65 un V 65	1959 - 1955
S 70 un V 70	1954 un vecāki

Skriešanas krosa dalībniekiem, kuriem tiek sniegta palīdzība no malas tiešā saskarē ar dalībnieku, rezultātu tabulā nav rezultāta, nav izcīnītās vietas, bet ir atzīme par dalību ārpus konkurences(Ā.K).

## 5. Pieteikšanās un starta kārtība.

Dalībnieku pieteikšanās elektroniski, aizpildot anketu: [https://ej.uz/pavasara\\_kross\\_marupe](https://ej.uz/pavasara_kross_marupe).

### **Reģistrēšanās noslēdzas katras otrdienas plkst. 15:00.**

Numuru izsniegšana sacensību vietā no plkst. 17.30-18.00. Bērnu grupās (no S, V 3 – S, V 9) krosa dalībnieku anketas aizpilda un paraksta vecāki vai likumīgais pārstāvis. Dalībnieka numurs tiek izsniegts reģistrējoties, un tas lietojams visos posmos. Sabojājot vai nozaudējot numuru, dalībniekam tiek izsniegts jauns numurs.

Starts noteikts 5 laikos – 18:15, 18:30, 18:45, 19:00, 19:15. Dalībnieks var izvēlēties vienu sev piemērotāko starta laiku.

## 6. Distanču aptuvenie garumi.

Grupas	Garums
S 3 un V 3	0,2 km
S 5 un V 5	0,4 km
S 7 un V 7	1 km
S 9 un V 9	1 km
S 12 un V 12	2 km
S 14	2 km
V 14	3 km
S 16	2 km
V 16	3 km
S 18	3 km
V 18	4 km
S 21	3 km
V 21	4 km
S 35	2 km
V 35	4 km

S 40	2 km
V 40	3 km
S 45	2 km
V 45	3 km
S 50	2 km
V 50	3 km
S 55	2 km
V 55	2 km
S 60	1 km
V 60	2 km
S 65	1 km
V 65	2 km
S 70 un V 70	1 km

Dalībniekam, kas dotajā brīdī neveic sacensību skrējieni, aizliegts atrasties distancē ar redzamu dalībnieka numuru. Par īpašo noteikumu neievērošanu, dalībnieks tiek diskvalificēts attiecīgajā sacensību posmā.

## 7. Vērtēšana un rezultāti.

Par sacensību posma uzvarētāju attiecīgajā vecuma grupā kļūst dalībnieks, kurš visātrāk veicis distanci.

Par pirmo vietu dalībnieks saņem 50 punktus, par otro vietu 47, par trešo 45, par ceturto 43, par piekto 41, par sesto 40, utt. Jaunmārupē kopvērtējumu aprēķina pēc 4 labāko posmu punktu summas. Ja punktu summa ir vienāda, tad augstāku vietu izcīna dalībnieks, kurš ir uzrādījis labāku rezultātu pēdējā posmā. Rezultāti par iepriekšējām kārtām tiks izlikti sacensību centrā un publicēti Internetā: [www.marupe.lv](http://www.marupe.lv).

## 8. Īpaši noteikumi.

Dalībnieka numurs piestiprināms zem krūtīm, veicot distanci, tam jābūt redzamam.

Dalībniekam, kas dotajā brīdī neveic sacensību skrējieni, aizliegts atrasties finiša koridorā. Dalībniekam, kas dotajā brīdī neveic sacensību skrējieni, aizliegts atrasties distancē ar redzamu dalībnieka numuru.

Par īpašo noteikumu neievērošanu, dalībnieks tiek diskvalificēts attiecīgajā sacensību posmā.

## 9. Apbalvošana.

Kopvērtējuma 1. – 3. vietu ieguvējus attiecīgajās vecuma grupās apbalvo ar medaļām. Pirmās vietas ieguvējus apbalvo ar kausiem un veicināšanas balvām.

## 10. Izmaiņas sacensību nolikumā.

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas iepriekš saskaņojot ar Mārupes sporta centru un papildinājumus nolikumā. Izmaiņas tiek publicētas sacensību centrā, kā arī web lapā: [www.marupe.lv](http://www.marupe.lv).

Apstiprinot savu dalību sacensībās, dalībnieki ļauj izmantot foto un video materiālus organizatoru vajadzībām, atbilstoši Latvijas republikas likumdošanai. Nelabvēlīgu laika apstākļu gadījumā sacensības var tikt atceltas.