



AMATAS NOVADS

Vidzemes reģiona (Gauja) skolēnu sporta spēļu

NOLIKUMS



RUDENS KROSĀ 2016

1. **Mērķis** - Popularizēt skriešanu, kā veselību vecinošu nodarbošanos skolu jaunatnes vidū!
2. **Uzdevumi** -
 - 1.) Noteikt ātrākos krosa skrējējus Vidzemes reģiona (Gauja) skolu jauniešu vidū dažādās vecuma grupās;
 - 2.) Noteikt Vidzemes reģiona (Gauja) labākās skolas krosa skrējienā.
3. **Vieta un laiks** – Amatas novada Drabeši (pie Drabešu internātpamatskolas), 2016. gada 21. oktobrī, plkst. 11.00
4. **Sacensību vadība** – Sacensības organizē un vada sporta klubs „Ašais”, sadarbībā ar Amatas novadu. Galvenais tiesnesis – Austris Āboliņš. austris@sk-ašais.lv, GSM 26 180 160
5. **Dalībnieki** – Vidzemes reģiona (Gauja) skolu zēni un meitenes sekojošās vecuma grupās:
 - 1.) A grupa = 1997.-2000. gadā dzimušie;
 - 2.) B grupa = 2001. – 2002. gadā dzimušie;
 - 3.) C grupa = 2003. -2004. gadā dzimušie;
 - 4.) D grupa = 2005. – 2007. gadā dzimušie.
6. **Sacensību noteikumi** – Trases garums 500m! Katra vecuma grupa, kā arī zēni un meitenes startē atsevišķi.
 - 1.) A grupa = Jaunieši 1500m (3 apļi), jaunietes 1000m (2 apļi);
 - 2.) B grupa = 1000m (2 apļi);
 - 3.) C grupa = Zēni – 1000m (2 apļi), meitenes – 500m (1 aplis);
 - 4.) D grupa = 500m (1 aplis).

Par trases īsināšanu (izskriešanu ārpus norobežojuma vai noteiktu apļu skaita neveikšanu), dalībniekam tiek piešķirta diskvalifikācija (DQ)! Ja dalībnieks nokavē savu skrējienā, pie starta vairāk netiek pielaists (DNS)! Dalībnieki drīkst izmantot speciālos apavus (apvidus skriešanas utt.). Dalībnieka numuram jābūt piespraustam pie sporta (sacensību) krekliņa priekšpusē ar četrām saspraudēm! Nedrīkst nolocīt numuru malas!
7. **Vērtēšana** - Katrā vecuma grupā un dzimumā uzvar dalībnieks, kurš uzrāda ātrāko distances veikšanas laiku noteiktajā distancē! Pārējie dalībnieki ieņem vietas, atbilstoši uzrādītajam rezultātam secībā no ātrākā uz lēnāko! Komandu vērtējumā pamatskolām katrā grupā vērtē 4 labāko rezultātu vietu summu zēniem un meitenēm kopā. Uzvar komanda ar mazāko punktu summu. Vienādu punktu gadījumā augstāka vieta komandai, kurai augstākas individuālās vietas. Vidusskolu grupā vērtē 4 labāko rezultātu vietu summu zēniem un meitenēm kopā. Uzvar komanda ar mazāko punktu summu. Vienādu punktu gadījumā augstāka vieta komandai, kurai augstākas individuālās vietas.
8. **Pieteikumi** – Pieteikšanās sacensībām, aizpildot formu www.sk-ašais.lv
Sacensību dienā, jānodod pieteikums ar ārsta apstiprinājumu par dalībnieku veselības stāvokli un veikto drošības instruktāžu! Izmaiņas dalībnieku sarakstos pieņem ne vēlāk kā 1 stundu pirms sacensību sākuma!
9. **Apbalvošana** – 1. – 3. vietu ieguvējiem katrā vecuma grupā, zēniem un meitenēm, kā arī jauniešiem un jaunietēm: Medaļa, diploms, balviņa. Komandu vērtējuma – kauss! Apbalvošana notiek uzreiz pēc

attiecīgās vecuma grupas sacensību noslēguma.

10. **Tiesāšana** – Sacensības tiesā sastādīta tiesnešu brigāde. Laika ņemšana ar rokas hronometru!
11. **Protesta iesniegšanas kārtība** – Protesti par rezultātiem iesniedzami rakstiskā veidā, ne vēlāk kā 30 minūtes pēc sacensību beigām.
12. **Atbildība par disciplināriem pārkāpumiem** – Dalībnieki kā arī to pārstāvji, kuri neievēro citu dalībnieku un klātesošo drošību, kā arī citādi traucē sacensību norisi, tiek diskvalificēti un izraidīti no sacensību norisis zonas!
13. **Atbildība par veselības stāvokli** – Par sportistu veselības stāvokli (gatavību sacensībām) atbild sportista atbildīgā persona (komandējošā organizācija). Sacensību individuālie dalībnieki (bez atbildīgās personas) paši uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli un gatavību sacensībām!

PIETEIKUMS

/skolas nosaukums/

Vidzemes reģiona (Gauja) skolēnu sporta spēļu RUDENS KROSS 2016

/sacensību nosaukums/

Amatas novada Drabeši, 2016. gada 13. oktobrī

/sacensību laiks, vieta/

Nr.	Dalībnieka vārds, uzvārds	Personas koda pirmā daļa	Kad veikta medicīniskā pārbaude	Kad veikta instruktāža par drošības noteikumiem
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				

Nepieciešamības gadījumā tabulu pagarināt!

Skolas direktors-

_____ /paraksts/

_____ Vārds, uzvārds

Atbildīgā persona-

_____ /paraksts/

_____ Vārds, uzvārds