

1.maija skriešanas un nūjošanas sacensības "Lubānas džunglis"

01.05.2019. dabas takā "Aiviekstes ozoli".

SACENSĪBU NOLIKUMS

Mērķis un uzdevumi

- Veicināt skriešanas popularitāti kā veselīga un sportiska dzīves veida sastāvdaļu.
- Popularizēt Lubānu kā veselīga dzīves veida novadu, izceļot galveno vērtību – mežus, upi Aiviekste un neskarto dabu.
- Veidot 1. maija tradīciju, kas saistīta ar veselīgu dzīves veidu Lubānas novadā.
- 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".

Distances

| Grupa | 500m skrējiens bērniem | 1km skrējiens bērniem | 6 km | 12 km | Nūjošanas 6 km |
|--|------------------------------|-----------------------------|------|-------|-------------------|
| M 10 2009 un jaunāki | x | | | | |
| Z 10 2009 un jaunāki | x | | | | |
| M 12 2007-2008 | | x | | | |
| Z 12 2007-2008 | | x | | | |
| S 14 2005-2006 | | | x | | |
| Z 14 2005-2006 | | | x | | |
| S 16 2002-2004 | | | x | | |
| V 16 2002-2004 | | | x | | |
| S 2001+ | | | x | | |
| V 2001+ | | | x | | |
| SJ 1990- 2001 | | | | x | |
| VJ 1990-2001 | | | | x | |
| S 40 1980-1989 | | | | x | |
| V 40 1980-1989 | | | | x | |
| S 50 1970-1979 | | | | x | |
| V 50 1970-1979 | | | | x | |
| S 60 1960-1969 | | | | x | |
| V 60 1960-1969 | | | | x | |
| S 70 1950-1959 | | | | x | |
| V 70 1950-1959 | | | | x | |
| Dabas baudītāji, startē bez vecuma ierobežojuma | | | | | x |

Starta/finiša zona atrodas dabas takas "Aiviekstes ozoli" teritorijā .

500m skrējiens bērniem Trase izveidota starta finiša zonā . Startē bērni līdz 10 gadiem.

1 km skrējieni bērniem. Trase izvietota starta finiša zonā. Startē bērni 10 līdz 12 gadu vecumam.

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

12 km skrējieni. Trase marķēta. Laika limits: 2 stundas.

Nūjošana 6 km distance. Trase marķēta. Laika limits: 2 stundas. Dalībnieki startē vīriešu un sieviešu konkurencē bez dalījuma vecuma grupās.

Trases apraksts

Trase vīsies gar skaistajiem Aiviekstes upes krastiem, kur neraksturīgi Lubānas līdzenuma teritorijai ir mākslīgi veidoti krasta uzbērums, kas tika veidoti padziļinot upes gultni pirmajā Latvijas brīvvalsts laikā. Garās distancēs veicējiem būs apskatāms dolomīta sienas stāvkrasts - kaut kas līdzīgs Staburagam 😊 samazinātā formā. Tāpat neiztikt bez krāšņajām un augiem bagātīgajām palienu pļavām. Trasē apskatāmi teiksmainie un varenie vientuļie ozoli, kas ir ļoti līdzīgi attēlotajam zīmējumam uz piecu latu banknotes. Lielākā trases daļa sastāv no meža takām, ceļiem un stīgām skujkoku un lapu koku audzēm. Skrējiena beigu posms vīsies caur pilsētas centru, esam uzmanīgi un ievērojam ceļu satiksmes noteikumus šķērsojot ielu!

6km trasē būs viens dzirdinātavas punkts.

12km trasē būs divi dzirdinātavas punkti

Būs arī pieejama bufete "Gerdas garša"

Provizoriskā Sacensību programma

- Sacensības notiek 2019. gada 1. maijā.
- Auto stāvvietā- Lubānas ev.lut. baznīcas stāvlaukumā (Baznīcas iela 1, Lubāna).
- Starta/finiša zona atrodas Baznīcas iela 5, Lubāna, Lubānas novads, LV 4830.

| 9:30 | Sākas reģistrācija un numuru izsniegšana |
|-------|--|
| 11:00 | Starts bērniem S10 V10 |
| 11:20 | Starts bērniem S12 V12 |
| 12:00 | 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.

OBLIGĀTA iepriekšējā reģistrācija sacensībām.

Reģistrācijas beigu datums 29. aprīlī pl. 22:00

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 distancēs 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 mediķa klātbūtni sacensībās.

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

Sacensību distancēs veikšanas laikā jāievēro ar marķējumu norādītais maršruts.

Patvaļīgi sāisinot 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, distancēs veikšanas laikā, ar savu darbību nedrīkst ietekmēt citus sacensību dalībniekus un to rezultātus.

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:

