

Sporta skolas “Arkādija” direktors

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_J. Grants

2020.gada \_\_\_. septembrī

 **NOLIKUMS**

**Sporta skolas ARKĀDIJA slēgtās sacensības mešanu disciplīnās un kontroltestu sacensības metšanu grupām**

VIETA UN LAIKS

Sacensības notiks **2020. gada 28.09-30.09. plkst.15:00** Daugavas stadiona rezerves laukumā

SACENSĪBU VADĪBA

Sacensību galvenā tiesnese I.Eversone, galvenā sekretāre A.Vitte.

SACENSĪBU DALĪBNIEKI

Sporta skolas ARKĀDIJA vieglatlētikas grupu audzēkņi. Sacensībās piedalās:

**U10 vecuma grupa (2011.dz.g. un jaunāki)**

**U12 vecuma grupa (20010.-2009.dz.g.)**

**U14 vecuma grupa (2008.-2007.dz.g.)**

**U16 vecuma grupa (2005.-2006.dz.g.)**

**U18 vecuma grupa (2004.-2003.dz.g.)**

**U20 vecuma grupa (2002.-2001.dz.g.)**

**Pieaugušie (2000.dz. un vecāki)**

SACENSĪBU PROGRAMMA

 Sacensību disciplīnas notiek zēniem un meitenēm atsevišķi. Katram dalībniekam ir 4 mēģinājumi, pēc principa 2+2 (no katriem diviem metieniem vai grūdieniem, skaita labāko rezultātu)

|  |  |
| --- | --- |
| Vecuma grupa | Rīka svars |
|  | 28.09.2020. Šķēps | 29.09.2020. Lode | 30.09.2020.Disks |
| U10 | Zēni 400gMeitenes 400gZēni un meitenes- bumbiņa 150g | NavPildbumbas mešana ar abām rokām uz priekšu, 1kg | NavPildbumbas mešana no apakšas uz priekšu, 1kg. |
| U12 | Zēni 400gMeitenes 400gZēni un meitenes- bumbiņa 150g | Zēni 2kgMeitenes 2kg | Zēniem 0,75kgMeitenēm 0,75kg |
| U14 | Zēni 400gMeitenes 400g | Zēni 3kgMeitenes 2kg | Zēni 0,75kgMeitenes 0,75kg |
| U16 | Zēni 600gMeitenes 400g | Zēni 4kgMeitenes 3kg | Zēni 1kgMeitenes 1kg |
| U18 | Jauniešiem 700gJaunietēm 500g | Jauniešiem 5kgJaunietēm 3kg | Jauniešiem 1,5kgJaunietēm 1kg |
| U20 | Junioriem 800gJuniorēm 600g | Junioriem 6kgJuniorēm 4kg | Junioriem 1,75kgJuniorēm 1kg |
| Pieaugušie | Vīriešiem 800gSievietēm 600g | Vīriešiem 7kgSievietēm 4kg | Vīriešiem 2kgSievietēm 1kg |

30.09.2020.- paralēli diska mešanas sacensībām Norisināsies kontroltestu sacensības 30m sprintā, t/l no vietas un trīssoļlēkšanas kontroltestos. Piedalās U8, U10, U12, U14, U16, U18, U20 un pieaugušo vecuma grupas.

NOSACĪJUMI

 Sacensības ir individuālas un tajās var piedalīties ikviens Sporta skolas “Arkādija” audzēknis. Par dalībnieku veselības stāvokli, iekšējās kārtībasa un drošības noteikumu ievērošanu atbild audzēkņa treneris.

 APBALVOŠANA

1. – 3. vietu ieguvēji tiek apbalvoti ar diplomu.

 Kontroltestu sacensībasnotiek bez apbalvošanas.

REKLĀMAS NOTEIKUMI

Sacensību laikā oficiāli uzņemtās fotogrāfijas un video Sporta skola “Arkādija” un ir tiesīga izmantot pēc saviem ieskatiem, nesaskaņojot to izmantošanu ar attēlā redzamo personu.

PERSONAS DATU APSTRĀDE

Piesakoties sacensībām, dalībnieks apstiprina, ka ir iepazinies ar nolikumu un piekrīt savu personas datu apkopošanai un publiskošanai atbilstoši Fizisko personu datu aizsardzības likuma nosacījumiem, lai nodrošinātu sacensību kvalitatīvu norisi.

NOSACĪJUMI COVIT -19 IEROBEŽOŠANAI

Dalībnieki un sporta darbinieki apņemas ievērot SPKC noteiktos ierobežojumus un ievēro valdības noteiktos epidemioloģiskos pasākumus (MK not. NR.360, 09.06.2020. ‘’Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid 19 infekcijas izplatības ierobežošanai’’; distances un personīgās higiēnas ievērošana, personas, kuras ieradušās no ārzemēm un kontaktpersonas - karantīnas ievērošana, personas sacensībās piedalās bez augšējo elpceļu saslimšanas pazīmēm utt.

PIETEIKUMI

Pieteikumus iesūtīt elektroniski anete.sorokina@gmail.com vai mutiski piesakoties trenerei I.Eversone vai A.Vitte līdz **27.septembra plkst. 19.00.** Kā arī pieteikšanās uz vietas sacensību dienā.