

„Veselības aplī” 2023**NOLIKUMS****Mērķis un uzdevumi.**

1. Popularizēt skriešanu, kā vienu no vieglatlētikas pamatdisciplīnām.
2. Popularizēt veselīgu dzīvesveidu.
3. Noskaidrot labākos Ogres novada veselības skrējējus.

Sacensību laiks un vieta.**OGRE**

Starta laiks plkst. 18:30 un 19:30

Vieta – Ogres novada sporta centra stadionā – Skolas ielā 21, Ogre

mēnesis	skrējienu datumi
maijs	11., 18., 25.
jūnijs	1., 8., 15., 29.
jūlijs	6., 13., 20., 27.
augusts	3., 10., 17., 24., 31.
septembris	7., 14., 21.

Sacensību vadība.

Sacensības organizē Ogres novada sporta centrs sadarbībā ar biedrību „SK SKRĒJIENS”
Reģ.Nr.: 40008251399. Sacensību galvenais tiesnesis Zigurds Kincis (tel.nr.: 28356763, e-pasta
adrese: zigurds.kincis@ogresnovads.lv)

IKŠĶILE

Starta laiks plkst. 19:00

Vieta – Ikšķīles vidusskolas sporta laukums

mēnesis	skrējienu datumi
maijs	12., 19., 26.
jūnijs	2., 9., 16., 30.
jūlijs	7., 14., 21., 28.
augusts	4., 11., 18., 25.
septembris	1., 8., 15., 22.

Sacensību vadība.

Sacensības organizē Ogres novada sporta centrs sadarbībā ar biedrību „SK SKRĒJIENS”
Reģ.Nr.: 40008251399. Sacensību tiesnesis Ikšķilē Agita Kābele (tel.nr.: 28657029, e-pasta
adrese: agita.kabele@ogresnovads.lv)

MADLIENA

Starta laiks plkst. 19:00

Vieta – Madlienas vidusskolas sporta laukums

mēnesis	skrējienu datumi
maijs	5., 12., 19., 26.
jūnijs	2., 9., 16., 30.
jūlijs	7., 14., 21., 28.
augusts	4., 11., 18., 25.
septembris	1., 8., 15., 22.

Sacensību vadība.

Sacensības organizē Ogres novada sporta centrs sadarbībā ar biedrību „SK SKRĒJIENS”
Reģ.Nr.: 40008251399. Sacensību tiesnesis Madlienā Guna Brīvule (tel.nr.: 27704780, e-pasta
adrese: gunabrivule18@gmail.com)

ĶEGUMS

Starta laiks plkst. 19:00

Vieta – Ķeguma komernovirziena vidusskolas sporta laukums

mēnesis	skrējienu datumi
maijs	1., 8., 15., 22., 29.
jūnijs	5., 12., 19., 26.
jūlijs	3., 10., 17., 24., 31.
augusts	7., 14., 21., 28.
septembris	4., 11., 18.

Sacensību vadība.

Sacensības organizē Ogres novada sporta centrs sadarbībā ar biedrību „SK SKRĒJIENS”
Reģ.Nr.: 40008251399. Sacensību tiesnesis Ķegumā Agita Kaļva (tel.nr.: 29472366, e-pasta
adrese: agita.kalva@ogresnovads.lv)

REMBATE

Starta laiks plkst. 19:30

Vieta – Rembates centrā pie kultūras nama

mēnesis	skrējienu datumi
maijs	3., 10., 17., 24.
jūnijs	7., 14., 21., 28.
jūlijs	5., 12., 19., 26.
augusts	2., 9., 16., 23., 30.
septembris	6., 13., 20.

MEŅĢELE

Starta laiks plkst. 19:30

Vieta – Meņģeles sporta laukums

mēnesis	skrējienu datumi
maijs	12., 19., 26.
jūnijs	2., 9., 16., 23., 30.
jūlijs	7., 14., 21., 28.
augusts	4., 11., 18., 25.
septembris	1., 8., 15., 22.

Sacensību vadība.

Sacensību tiesnesis Meņģelē Olita Rudzīte (e-pasta adrese: olita.rudzite@inbox.lv)

Sacensību dalībnieki.

Sacensībās var piedalīties visi skriet gribētāji.

Skrējēji sacentīsies trijās vecuma grupās:

- 2008.g.dz. un jaunāki zēni un meitenes;
- 2007.-1978.g.dz vīrieši un sievietes;
- 1977.g.dz. un vecāki vīrieši un sievietes.

Sacensību norise.

30 minūšu skrējienš, kura laikā jāveic pēc iespējas vairāk pilni apļu stadionā.
(Katrs dalībnieks skrien savu spēju līmenī, skrējienš var beigt arī ātrāk)

Pieteikumi.

Pieteikšanās notiek 20 minūtes pirms skrējiena sākuma

Finansiālie noteikumi.

Dalības maksa 15.00 EUR par visām kārtām vienā Veselības apļu norises vietā vai 1.00 EUR par piedalīšanos konkrētajā skrējiena kārtā.

Samaksājot 20 EUR, dalībnieks saņem specializētu starta Nr. kas ļauj, bez ierobežojumiem, piedalīties visās skrējiena kārtās, visās norises vietās.

No maksas atbrīvoti Ogres novada sporta centra audzēkņi, kā arī Rembates, Meņģeles un Madlienas veselības apļu dalībnieki. Ķeguma bērniem līdz 18 gadu vecam dalība bez maksas.

Vērtēšana un apbalvošana

- Katram dalībniekam tiek skaitīts, cik pilnu apļu noskriets 30 minūšu laikā.
- Labākie skrējēji katrā vecuma grupā sacensību kopvērtējumā tiks apbalvoti ar balvām.
- Katra mēneša aktīvākie skrējēji piedalīsies balvu izlozē.
- Sacensību rezultāti un kopvērtējums būs apskatāms www.ogressportacentrs.lv
- Sezonas kopvērtējuma apbalvošana 21.septembrī plkst. 20:00 sporta centra telpās. Lai pretendētu uz kopvērtējuma balvu, jāpiedalās vismaz 15 no 19 skrējieniem.

Citi nosacījumi.

- **Dalībnieks pats atbildīgs par savu veselības stāvokli izvēlētajai slodzei.**
- **Par nepilngadīgo personu veselības stāvokli un uzvedību atbild bērna vecāki vai aizbildņi.**
- Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka neiebilst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju izmantošanai publiskajos materiālos.