

**Atlases kritēriji uz JOS (1998.dz.g. – 2001.dz.g.) un
Junioru izlasi kamaniņu sportā (1995.dz.g.-1996.dz.g.)
2015./2016.g.**

- | | | |
|----|---|--------------------------------|
| 1. | Kontroltesti vispārējā fiziskā sagatavotībā
(<i>skatīt Pielikumu Nr.1</i>) | 22.08.14. |
| 2. | Prezidenta kauss startos Siguldā | 1.- 3.v. |
| 3. | Lillehammeres kauss Norvēģija | 1.- 3.v.
labākais rezultāts |
| 4. | Latvijas kauss I kārtā | 1.- 3.v. |
| 5. | Kontroltreiņš Siguldā 2015.g. | 1.- 2.v. |

**Normatīvi iekļaušanai
Latvijas Izlases pamatsastāvā kamaniņu sportā**

- | | | |
|----|---|----------|
| 1. | Eiropas un Pasaules junioru čempionāts | 1.- 3.v. |
| 2. | Pasaules kauss junioriem kopvērtējumā | 1.- 3.v. |
| 3. | Latvijas čempionāts (pieaugušo kategorijās) | 1.v. |

**Normatīvi – kandidāts Latvijas
Izlase kamaniņu sportā**

- | | | |
|----|---|----------|
| 1. | Eiropas un Pasaules junioru čempionāts | 4.-10.v. |
| 2. | Pasaules kauss junioriem kopvērtējumā | 4.-10.v. |
| 3. | Latvijas čempionāts (pieaugušo kategorijās) | 2.- 3.v. |

Latvijas Junioru izlases
Vecākais treneris A.Kalniņš

Latvijas Nacionālās izlases
Vecākais treneris K.Dumpis

06.06.2014.

Kontrolnormatīvi VFS Juniori un Jaunieši

1. Skrējiens 30m no vietas
Zēni – 4,5sek
Meitenes – 4,9sek
2. Kamaniņu poza (10kg papildsvars)
Visiem – 1 min.
3. „Pingvīni” 10m no vietas (vasaras kamanas)
Zēni – 4,30
Meitenes – 4,80
4. Vēdera muskulatūras vingrinājums 1.min.
Visiem – 60 reizes
5. „Kūpera tests” – 12.min. skrējiens
Juniori zēni – 3000m
Juniores meitenes – 2500m
Jaunieši zēni – 2800m
Jaunietes meitenes – 2200m

Junioru Izlases Vecākais treneris - Aivars Kalniņš