

LATVIJAS KAMANIŅU SPORTA FEDERĀCIJAS VISPĀRĒJĀS FIZISKĀS SAGATAVOTĪBAS SACENSĪBU NOLIKUMS

1. ORGKOMITEJA

- 1.1 **Sacensības organizē** - Biedrība "Latvijas Kamaniņu sporta federācija" (LKSF), turpmāk tekstā – Orgkomiteja.
- 1.2 **Mērķi**– Popularizēt kamaniņu sportu Latvijā. Veicināt veselīgu dzīvesveidu un fizisko aktivitāti dažādās vecuma grupās. Uzlabot un stiprināt sportistu vispārējo fizisko sagatavotību.
- 1.3 **Uzdevumi** – Nodrošināt iespēju sportistiem sacensties un pārbaidīt savu fizisko sagatavotību. Noskaidrot specīgākos sportistus/es katrā vecuma grupā. Sniegt dalībniekiem iespēju uzlabot savas fiziskās spējas caur regulārām un organizētām sacensībām.

2. SACENSĪBU NORISES VIETA UN LAIKS

- 2.1 Sacensību vieta – Murjāņu sporta ģimnāzija, Klintslejas 4, Murjāņi, Saulkrastu novads, LV-2142
- 2.2 Datums – 07.09.2024.
- 2.3 Sacensību sākums – 10.00
- 2.4 Reģistrācija – 9.00-9.45
- 2.5 Sacensību nolikums, dalībnieku saraksts publicēts Latvijas Kamaniņu sporta federācijas oficiālajā mājas lapā www.kamanas.lv ne vēlāk kā 5 dienas pirms sacensībām.

3. ŽŪRIJA

- 3.1 Orgkomiteja nozīmē sacensību žūriju.
- 3.2 Sacensību žūrija sastāv no sekojošām sacensību oficiālajām personām: Sacensību direktors, tiesneši.

4. DALĪBNIEMI

Latvijas Nacionālās kamaniņu izlases sportisti, Junioru un jauniešu izlases sportisti, Murjāņu Sporta ģimnāzijas kamaniņu nodaļas izglītojamie, Bērnu un jaunatnes kamaniņu sporta skolas izglītojamie sekojošās vecuma kategorijās:

- 4.1 Vīrieši/sievietes (2003. dz. g. un vecāki/as);
- 4.2 Juniori/es (2004. dz. g. līdz 2006. dz. g.);
- 4.3 Jaunieši/tes „A” (2007. dz. g. līdz 2010. dz. g.);
- 4.4 Jaunieši/tes „B” (2011. dz. g. līdz 2012. dz. g.);
- 4.5 Jaunieši/tes „C” (2013. dz. g. līdz 2014. dz. g.);
- 4.6 Jaunieši/tes „D” (2015. dz. g. un jaunāki/as).

5. PIETEIKUMI

5.1 Dalībnieku pieteikuma anketa LKSF Vispārējās fiziskās sagatavotības sacensībām var iesniegt sportistu treneri, klubs vai komandas pārstāvis, kas pārstāv sportistu. Pieteikumi jāiesniedz Latvijas Kamanīņu Sporta federācijas ģenerāļsekretāriem Kristapam Mauriņam, nosūtot to uz epasta adresi kristaps@kamanas.lv. Pieteikumi jāiesniedz ne vēlāk līdz šī gada 30. augustam. Korekcijas dalībnieku pieteikumā var tikt veiktas līdz 2024. gada 7. septembra plkst. 9:00, nosūtot tās LKSF ģenerāļsekretāram augstāk minētajā epasta adresē.

6. SACENSĪBU NORISE

- 6.1 20 metru skrējiens no vietas ar 1 metru ieskrējienu – 2 mēģinājumi, ieskaita ātrāko rezultātu. Rezultāts tiek fiksēts līdz sekundes simtdaļai.
- 6.2 Svaru stieņa vilkšana pie dēļa guļus uz sola, ar kāju fiksāciju. Vingrinājumu izpilda jaunieši/tes “A”, juniori/es, vīrieši/sievietes. – 3 mēģinājumi, katrā piegājienu 1x reize. Ieskaita rezi, kurā pacelts visvairāk kilogramu. Tiek ieskaitīta reize, kurā svara stienis pieskaras pie sola apakšas. Rezultāts tiek fiksēts kilogramos
- 6.3 Kāriens ar saliektām rokām virstvērīenā, zoda pozīcija virs stieņa. Vingrinājumu izpilda jaunieši/tes “D”, jaunieši/tes “B” un jaunieši/tes “C” – 1 piegājiens. Rezultāts tiek fiksēts līdz sekundeī.
- 6.4 Pildbumbas grūšana ar abām rokām no krūtīm. Pildbumbas svars: jaunieši/tes “D” – 1kg, jaunieši/tes “C” un jaunieši/tes “B” – 2kg, jaunieši/tes “A”, juniori/es, vīrieši sievietes – 4kg. 2 mēģinājumi, ieskaita tālāko grūdienu. Rezultāts tiek fiksēts līdz centimetram.
- 6.5 Atspoles skrējiens ar bumbiņas nolikšanu – 4 x 5 metru distance. 1 piegājiens. Rezultāts tiek fiksēts līdz sekundes simtdaļai.
- 6.6 Slīpā pievilksnās pie stieņa, rokas virstvērīenā. Visiem dalībniekiem vingrinājuma izpildes laikā kājas atrodas uz vingrošanas sola. Tiek ieskaitītas reizes, kurās vingrinājuma izpildītāja krūšu daļa pieskaras pie stieņa. 1 piegājiens, maksimālais reižu skaits.
- 6.7 Tāllēkšana no vietas. Vingrinājumu izpilda jaunieši/tes “D”. 2 mēģinājumi, ieskaita tālāko rezultātu. Rezultāts tiek fiksēts līdz centimetram.
- 6.8 1000 m skrējiens stadionā. Rezultāts tiek ieskaitīts līdz sekundes desmitdaļai.

7. SACENSĪBU KOPVĒRTĒJUMS

- 7.1 Katras grupas sacensību uzvarētāji tiks noskaidroti pēc punktu sistēmas, summējot katrā disciplīnā iegūtos punktu skaitu. Pie Situācijas, ka ir vienāds punktu skaits diviem vai vairāk sportistiem, tad augstākā vietā būs sportists ar augstākām ieņemtajām vietām, katrā disciplīnā atsevišķi.
- 7.2 Punktu sadalījums:
 1. vieta – 1 punkts;
 2. vieta – 2 punkti;
 3. vieta – 3 punkti;Utt.

- 7.3 Ja dalībnieks nespēj izpildīt kādu no vingrinājumiem veselības vai citu apsvērumu dēļ, tādā gadījumā dalībniekam tiek piešķirti punkti par pēdējo vietu konkrētajā disciplīnā.

8. APBALVOŠANA

- 8.1 Katras grupas trīs labāko vietu ieguvēji tiks apbalvoti arī LKSF sarūpētām balvām un diplomiem. Vecuma grupās, kurās startē kopā vairāku vecuma grupu dalībnieki/es ir iespēja izcīnīt vietu un tikt apbalvotam arī vecākā vecuma grupā.
- 8.2 Dalībnieki, kuri nav ieradusies uz balvu pasniegšanas ceremoniju, zaudē tiesības uz jebkuru viņam pienākošos balvu, ieskaitot naudas un mantiskās balvas. Izņēmumu gadījumos, dalībnieku var pārstāvēt kāds cits viņa komandas biedrs, bet šai personai nav tiesību ieņemt viņa vietu uz pjedestāla.

9. REKLĀMA

- 9.1 Orgkomitejai ir ekskluzīvas reklāmas tiesības sacensību norises laikā.
- 9.2 Jebkurš reklāmas veids ir jāaskaņo ar orgkomiteju.

10. APDROŠINĀŠANA

- 10.1 Visi dalībnieki piedalās sacensībās, uzņemoties atbildību paši vai nepilngadīgo dalībnieku aizbildņi, aizgādņi. Par dalībnieku veselības atbilstību sacensībām atbild dalībnieka treneris.

11. DAŽĀDI

- 11.1 Orgkomiteja ir tiesīga veikt izmaiņas nolikumā.
- 11.2 Visiem sacensību dalībniekiem ir jāizrāda cieņpilna un sportiskā gara cienīga uzvedība pret pārējiem dalībniekiem, žūriju, skatītājiem un citiem klātesošajiem.
- 11.3 Ar savu ierašanos sacensībās dalībnieki, dalībnieku vecāki, žūrijas pārstāvji un citi apmeklētāji piekrīt, ka var tikt filmēti un fotogrāfēti. Uzņemtais materiāls tiks publicēts Latvijas Kamanīņu sporta federācijas interneta vietnēs.