



## Nolikums Skrējiens „Rembates aplī – 2019”

### Mērķis un uzdevumi:

- Popularizēt skriešanu kā vienu no vieglatlētikas pamatdisciplīnām.
- Popularizēt veselīgu dzīves veidu Ķeguma novadā.
- Noskaidrot labākos skrējējus individuāli, un labākās komandas kopvērtējumā.

### Vieta un laiks:

Sacensības notiks 2019.gada 18.novembrī Rembates pagastā, plkst. 12.00, starts – pie Rembates pagasta pārvaldes. Dalībnieku reģistrācija un numuru saņemšana – no 10.00 līdz 11.45.

### Vadība:

Sacensības organizē Ķeguma pašvaldības kultūras un sporta pārvalde.

Sacensību galvenis tiesnesis – Edgars Siliņš.

### Sacensību programma:

Sacensības notiek divās distancēs – **3 km (mazais aplis)** un **10.8 km (lielais aplis)**, sekojošās vecuma grupās:

#### **3 km distancē:**

- 10 gadi un jaunāki (2009.dz.g.) – zēni V10/3 meitenes S10/3
- 11 – 12gadi (2008. – 2007.dz.g.) – zēni V12/3 meitenes S12/3
- 13 – 14gadi (2006. – 2005.dz.g.) – zēni V14/3 meitenes S14/3
- 15 – 18gadi (2004. – 2001.dz.g.) – jaunieši V18/3 jaunietes S18/3
- 19 – 29gadi (2000. – 1990.dz.g.) – vīrieši V/3 sievietes S/3
- 30 – 39gadi (1989. – 1980.dz.g.) – vīrieši V30/3 sievietes S30/3
- 40 – 49gadi (1979. – 1970.dz.g.) – vīrieši V40/3 sievietes S40/3
- 50 – 59gadi (1969. – 1960.dz.g.) – vīrieši V50/3 sievietes S50/3
- 60 – 69gadi (1959. – 1950.dz.g.) – vīrieši V60/3 sievietes S60/3
- 70 + (1949.g.dz.un vecāki) – vīrieši V70/3 sievietes S70/3

#### **10,8km distancē:**

- 13 – 14gadi(2006. – 2005.dz.g.) – jaunieši V14/10 jaunietes S14/10
- 15 - 18gadi(2004. – 2001.dz.g.) – jaunieši V18/10 jaunietes S18/10
- 19 – 29gadi (2000. – 1990.dz.g.) – vīrieši V/10 sievietes S/10
- 30 – 39gadi (1989. – 1980.dz.g.) – vīrieši V30/10 sievietes S30/10
- 40 – 49gadi (1979. – 1970.dz.g.) – vīrieši V40/10 sievietes S40/10
- 50 – 59gadi (1969. – 1960.dz.g.) – vīrieši V50/10 sievietes S50/10
- 60 + (1959.g.dz.un vecāki) – vīrieši V60/10 sievietes S60/10

**Dalībniekiem, kuri ir jaunāki par 14 gadiem (ieskaitot) un vēlas startēt 10,8 km distancē, pirms skriešanas būs nepieciešams uzrādīt vecāku vai trenera rakstisku atļauju startēt.**

### **Vērtēšana un apbalvošana:**

Individuālos uzvarētājus visās vecuma grupās apbalvo ar medaļu un diplomu, **lielajā aplī** - 1.-3.absolūti labāko rezultātu uzrādītājus gan vīriešiem, gan sievietēm – **ar dāvanu kartēm(100,75,50EUR)** . Visi finišējušie sacensību dalībnieki piedalās „**lielās balvas**” izlozē, un pārsteiguma balvas izlozē. Komandu vērtējumā vērtē 16 labākos rezultātus pa vienai ieskaitei jebkurā vecuma grupā neatkarīgi no distances garuma un dalībnieku vecuma grupas un dzimuma. Vērtēšana ir sekojoša: 1.v.-21p,2.v.-18p,3.v.-16p,4.v.-15p, 6.v.-14p.,u.t.t.. 1.-3.v. izcīnījušās komandas (ar lielākajām punktu summām) tiek apbalvotas ar kausiem. Sacensību dalībnieki tiks nodrošināti ar pirmo medicīnisko palīdzību, siltu tēju un „spēka zupu”.

### **Pieteikšanās sacensībām:**

**Iepriekšējā pieteikšanās un dalības maksas apmaksa- līdz 14.novembrim - plkst.23.00** – elektroniski [www.kegums.lv](http://www.kegums.lv) **Rembates apli 2019** (dalības maksu samaksājot ar pārskaitījumu:).

Distances atļauts mainīt ne vēlāk, kā pusstundu pirms starta, par to samaksājot kasē EUR 5,00. Ja dalībnieks sacensību laikā patvaļīgi maina distanci ,tad viņš nepiedalās individuālajā un komandu ieskaitē. Piesakoties jānorāda vārds, uzvārds, dzimšanas gads, distance, komanda(ja nav – indiv.).

**Dalības maksa:** piesakoties iepriekš, līdz 15.11.2018. - līdz 12g.(ieskaitot)-bez maksas, 13.g.un vecākiem - EUR 5.-, piesakoties sacensību dienā visām vecuma grupām – EUR 10. –

Rekvizīti dalības maksas pārskaitīšanai:

ĶEGUMA NOVADA PAŠVALDĪBA  
Lāčplēša iela 1, Ķegums, Ķeguma novads, LV-5020  
Vienotais reģistrācijas Nr.90000013682

AS Swedbank, HABALV22  
konts LV80HABA0551015370070

AS "Citadele banka", PARXLV22  
konts LV16PARX0004769700001

AS DNB bank, RIKOLV2X  
konts LV31RIKO0002013266072