



## Stundas skrējiena '2017

### NOLIKUMS

Krosa sacensības STUNDAS SKRĒJIENS tiek rīkotas ar mērķi saglabāt un uzlabot cilvēku veselību, iesaistot ģimeņu, skolu, iestāžu pārstāvjus un individuālos skrējējus regulārās sporta nodarbībās, gūstot gandarījumu par brīvā laika lietderīgu pavadīšanu, popularizējot brīnišķīgo Apguldes apkārtni, noskaidrojot labākos pašmāju un viesu sportistus.

**Sacensību laiks un vieta:** Apgulde, ZS mācību komplekss (skola) **2017.gada 6.septembrī.**

**Kopējs starts 18:00**, dalībnieku reģistrācija no 17:00, pirmsstarta informācija 17:50.

**Iepriekšējie pieteikumi:** Biedrības "TSK Sprīdītis" mājas lapā <http://tsk-spriditis.lv/> līdz 04.09.2017. pl.23:59. Piesakoties jānorāda: vārds, uzvārds, dzimšanas gads, starta grupa, pārstāvamais kolektīvs (skola, klubs, darba vieta utt.), SI numurs (ja tas nav uzrādīts, organizatori uzskata, ka dalībniekam reģistrējoties jānodrošina SI karte). Dalībniekiem, kas plāno pārsniegt 13 km rezultātu, nepieciešama SI karte ar vairāk kā 30 staciju ietilpību.

**Noteikumi:** Sacensībās izmanto elektronisko atzīmēšanās sistēmu SPORTident (SI). Skrējienam izmantots 1 km aplis pa ZS mācību kompleksa teritorijas grantētiem ceļiem, finiša SI atzīmēšanās stacijas izvietotas ik pa 100 m. Kopējais starts. Katrā aplī obligāti jāatzīmējas 500 m un 1 km SI stacijās (vienā no trim paralēli novietotajām stacijām), pārējās stacijas neizmanto. Pēc 59 minūšu apritēšanas tiek dots Brīdinājuma signāls, pēc tā vēl jāatzīmējas jebkurā vienā sekojošajā SI stacijā (labākie skrējēji var pāspēt veikt apmēram 170-210

m, noskrienot gar 500 m vai 1 km atzīmi, jāfiksē arī tā). Finiša signāls – 1:00:00 pēc starta signāla. Atzīmes pēc finiša signāla netiks ņemtas vērā.

### **Dalības maksa:**

Pieaugušajiem – 2.00 EUR  
Jauniešiem (SV14, SV18 grupās) – 1.00 EUR  
Jaunākiem bērniem – bez maksas.  
SI kartes īre (ja nav pašam) – 1.00 EUR

Dalības maksa sedz tiesnešu darbu, balvu fondu un citus organizatoriskos izdevumus.

### **Starta grupas:**

---

<i>Grupa</i>	<i>Sievietes</i>	<i>Vīrieši</i>
T (ar pavadoni)	2011. gadā dzimušie un jaunāki	
S8, V8	2009- 2010.	
S10, V10	2007- 2008.	
S12, V12	2005- 2006.	
S14, V14	2003- 2004.	
S18, V18	1999- 2002.	
S, V	1983-98.	1978- 98.
S35	1973-82.	
V40		1968- 77.
S45	1972. un agrāk dzim.	
V50		1967. un agrāk dzim.

**Vērtēšana un apbalvošana:** Katras grupas trīs labākos apbalvo ar medaļām. Tiks apkopots arī katra kolektīva visu dalībnieku kopā veikto km apjoms. Iespējamās pārsteiguma balvas!

**PAR SACENSĪBU DALĪBNIEKU VESELĪBU ATBILDĪGI PAŠI DALĪBNIEKI, NEPILNGADĪGAJIEM - VIŅU VECĀKI, TRENERI VAI AIZBILDŅI!**

**Organizatori:** biedrība „TSK Sprīdītis” ar Zemessardzes kolektīva atbalstu.

**Atbildīgā persona:** Ilga Elksnīte, mob.tel.29215543, e-pasts: [majas@apollo.lv](mailto:majas@apollo.lv)

**Aktuālā informācija un rezultāti:** <http://tsk-spriditis.lv/>