

# „ČIEKURKAUSS 2019”

## NOLIKUMS

### Mērķi un uzdevumi

1. Popularizēt sporta tradīcijas un veselīgu dzīvesveidu Nīcas novadā.
2. Noskaidrot uzvarētājus atsevišķās sacensībās un komandu sacensībās.

### Vieta un laiks

Laiks: **2019. gada 31.augustā pl. 11:00.** Reģistrācija no pl.10.00.

Vieta: **Atpūtas bāze “Draudzība” Bernātos.**

Atklāšana - **pl. 11.00.**

### Dalībnieki

Visi sportot gribētāji.

### Pasākuma organizācija

1. Sacensības organizē un par spēļu rīkošanu atbild sacensību galvenais tiesnesis **Ingars Kalējs** (tel. 26174896)
2. Par konfliktsituāciju risināšanu atbild attiecīgā sporta veida tiesnesis. Ja konfliktsituāciju nevar atrisināt uz vietas, tad lēmumu pieņem turnīra galvenais tiesnesis.
3. **Pieteikumus komandām iesniedz sacensību dienā no pl.10:00 līdz pl. 11:00. Individuāli piesakās katrā disciplīnā pirms starta pie tiesneša.**

### Nodrošinājums

Organizatori nodrošina sacensības ar nepieciešamo aprīkojumu un apbalvojumus katrā sporta disciplīnā gan individuāli, gan komandu vērtējumā.

### Sacensību kārtība

#### *Komandu sacensības*

1. **Pludmales volejbols.** Komandā 2 vīrieši un 1 sievietē. Izspēles kārtību sacensību dienā nosaka pludmales volejbola tiesnesis, vadoties pēc pieteikto komandu skaita. Maksimālais komandu skaits - 16 komandas.
2. **Futbols.** Komandā 5 dalībnieki (5x5). Sacensības piedalās dalībnieki no 13 gadu vecuma. Izspēles kārtību sacensību dienā nosaka futbola tiesnesis, vadoties pēc pieteikto komandu skaita. Maksimālais komandu skaits - 10 komandas.

- 3. Kas meklē, tas atrod.** Komandā piedalās divi dalībnieki. Noslēgtā teritorijā jāatrod noslēptā manta. Uzvar komanda, kas uzdevumu veic visātrāk.

### ***Individuālās sacensības***

Individuālās sacensības notiek sekojošos sporta veidos:

- 1. Spēka divcīņa:** Dāmām un kungiem vērtējums atsevišķi. Kungiem: pievilksnās pie stieņa, vēdera prese no slīpa balsta. Dāmām: vēdera prese uz horizontāla balsta, lēcieni uz paaugstinājumu noteiktā laikā. Katrā disciplīnā dalībnieki sadala vietas. Kopvērtējumā uzvar tas, kurš ieguvis vismazāk punktu visās disciplīnās kopā (vieta=punkti). Vienādu punktu gadījumā augstāka vieta papildus disciplīnā kungiem - kas vairāk veic lēcienus uz paaugstinājumu noteiktā laikā, savukārt dāmām - kura ilgāk noturās pie stieņa.
- 2. Metieni basketbola grozā.** Uzvar dalībnieks, kur iegūst lielāko punktu daudzumu. Dāmām un kungiem atsevišķa ieskaite.
- 3. Šķēršļu josla velosipēdiem.** Uzvar dalībnieks, kurš trasi veic visātrāk un precīzāk. Dalībnieki trasi veic ar organizētāju izsniegtiem velosipēdiem. Sacensības notiek trīs grupās: līdz 12 gadiem (kopējā ieskaite) un no 13 gadiem dāmām un kungiem atsevišķa ieskaite.
- 4. Dārts.** Dalībnieki startē ar organizētāju izsniegtām šautriņām. Kopīga ieskaite dāmām un kungiem.
- 5. Dažādas sacensības ar čiekuriem.** Kopēja ieskaite dāmām un kungiem.
- 6. Disku golfs.** Uzvar dalībnieks ar lielāko rezultātu. Kopēja ieskaite dāmām un kungiem.
- 7. Aktivitātes bērniem** (līdz 10 gadu vecumam).

### **Dalībnieku veselība**

Dalībnieki, piesakoties sacensībām, uzņemas atbildību paši par savu veselības stāvokli, ņemot vērā savu fizisko atbilstību un sagatavotību atbilstošajam sporta veidam. Organizatori nodrošina dežūrējošo medicīnisko personālu.

### **Apbalvošana**

1. Komandu sacensībās apbalvo pirmo trīs vietu ieguvēju komandas.
2. Individuālajās sacensībās – apbalvo pirmo trīs vietu ieguvējus katrā disciplīnā.
3. Galvenās balvas – Čiekurkausa ieguvēju nosaka izlozējot no visu pasākuma dalībnieku vidus.
4. Sacensību kopējais balvu fonds līdz 400 EUR.