# Apstiprinu:

# 2019. gada 4. janvārī

# \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ K. Vecmane

Ģibuļu pagasta pārvaldes vadītāja

# ĢIBUĻU KAUSU IZCĪŅA SPĒKA DIVCĪŅĀ 2019

# NOLIKUMS

1. **Mērķi un uzdevumi**  
   1.1. Popularizēt spēka sportu, veicināt veselīgu un aktīvu dzīvesveidu.  
   1.2. Noskaidrot 2019. gada Ģibuļu kausu izcīņas uzvarētājus spēka divcīņā.

**2. Sacensību norises vieta un laiks**  
Sacensības notiek Pastendes sporta centrā “Akmeņkaļi” sestdien, 19.janvārī**.**

Sacensību sākums plkst. 11:00, pieteikšanās no 10:00 līdz 10:45. Informācija 28638803. Magnuss Vucāns

1. **Sacensību dalībnieki**  
   3.1. Sacensības notiek individuāli.   
   3.2. Katrs sacensību dalībnieks pats atbild par sava veselības stāvokļa atbilstību sporta sacensībām.

**4. Vērtēšana**

4.1. Spēka divcīņā vīri sacentīsies trijās vecuma grupās bez svara kategorijas; jaunieši un juniori (15-23 gadi), open (23-35 gadi), seniori (virs 35 gadiem). Spēka divcīņā sievietes sacentīsies vienā vecuma grupā bez svara kategorijas: open (jebkurš vecums).

4.2. Individuāli trīs labākie spēka divcīņā katrā vecuma grupā (kopā četras grupas) tiks noteikti pēc Wilksa formulas nevis pēc pacelto kilogramu summas.

**5. Sporta formas**

5.1. Dalībniekiem ir atļauts startēt IPF apstiprinātā ekipējumā, vai elastīgajās īsajās biksēs un vienkrāsainos T – kreklos.

**6. Sacensību noteikumi**

6.1. Sacensībās piedalās visi oficiāli pieteikušies sportisti.

6.2. Sacensības norisinās saskaņā ar rīkotāju noteikumiem.

6.3. Sacensībās tiek vērtētas un veiksmīgi izpildot tiek ieskaitīts rezultāts divās disciplīnās, kuras dalībniekam veido pacelto summu kilogramos spēka divcīņā: spiešanā guļus un vilkmē no zemes.

**7. Disciplinārie noteikumi**  
7.1. Sporta centrā aizliegts lietot alkoholiskos dzērienus un tabakas izstrādājumus, psihotropās vielas, kā arī sacensību vietā dalībniekiem aizliegts atrasties alkohola un psihotropo vielu reibuma stāvoklī. Dalībniekiem sacensību vietā jāievēro sabiedriskās kārtības noteikumi. Par noteikumu neievērošanu dalībnieks var tikt izslēgts no sacensībām un saukti pie administratīvās atbildības.  
7.2. Par nesportisku vai neētisku rīcību dalībnieks var tikt diskvalificēts un rezultāti var tikt anulēti.

**8. Apbalvošana**

Ģibuļu kausa izcīņā spēka divcīņā tiks apbalvoti ar medaļām, trīs labākie sportisti katrā vecuma svara grupā pēc Wilksa formulas rezultātiem.

Trīs labākie sportisti un viena sportiste spēka divcīņā absolūtajā vērtējumā starp visām vecuma grupām pēc Wilksa formulas tiks apbalvoti ar kausiem.

**9. Dažādi**

9. 1. Dalības maksa 2,00 EURO no dalībnieka.   
9. 2. Visus jautājumus, kas nav atrunāti šajā nolikumā, organizatori un dalībnieki risina, savstarpēji vienojoties.

Pastendes sporta centrs „Akmeņkaļi”