

## NOLIKUMS

### 2016. gada Līvērzes pagasta čempionāts - atklātās sacensības svāra stieņa spiešanā guļus

#### 1. Vieta un laiks

- ◆ Sacensības notiks Līvērzes veselības un atpūtas kompleksā 2016. gada 05. martā, Jelgavas ielā 9, Līvērzē;
- ◆ 11<sup>00</sup> – 12<sup>00</sup> dalībnieku reģistrēšanās, svēršanās;
- ◆ 12<sup>00</sup> – sacensību sākums.

#### 2. Mērķis un uzdevumi

- ◆ Svāra stieņa spiešana un spēka vingrinājuma popularizācija Jelgavas Novadā, Līvērzē;
- ◆ Jelgavas novada un Līvērzes pagasta labāko atlētu noskaidrošana.

#### 3. Sacensību vadība

- ◆ Sacensības organizē Jelgavas Novada Līvērzes pagasts;
- ◆ Sacensību galvenais tiesnesis Edgars Ludzītis
- ◆ Sacensību galvenais sekretārs Sandra Ludzīte

#### 4. Sacensību noteikumi

- ◆ Sacensībās piedalās Jelgavas Novada, Līvērzes pagasta iedzīvotāji, citu pagastu iedzīvotāji, un citi Latvijas valsts iedzīvotāji.
- ◆ Dalībniekiem startēt, īsajās biksēs un T – kreklos; **aizliegts startēt specializētā pauwerliftinga ekipējumā izņemot roku saites**
- ◆ Sacensības norisinās atbilstoši IPF pieņemtajai kārtībai;

#### 5. Vērtēšana

- ◆ Dalībnieki vīrieši tiek vērtēti divās svāra kategorijās līdz - 85, un virs 85 kg.
- ◆ Individuāli trīs labākie sportisti vīrieši tiks vērtēti pēc Vilksa tabulas;

#### 6. Apbalvošana

- ◆ Pirmo trīs vietu ieguvēji katrā svāru kategorijā neatkarīgi no vecuma grupām tiks apbalvots ar medaļām
- ◆ Labākais sportists pēc Vilksa tabulas tiks apbalvots ar balvu.

#### 7. Finansēšana

- ◆ dalības maksa netiek iekasēt;

#### 8. Pieteikumi

- Dalību var pieteikt arī tālruni 27068144.

#### 9. Īpašie nosacījumi

Katrs dalībnieks pats atbild par savu veselību sacensību laikā, to apliecinot ar parakstu