

## NOLIKUMS

### 2019. gada Līvērzes pagasta čempionāts – atklātās sacensības svāra stieņa spiešanā guļus

#### 1. Vieta un laiks

- ◆ Sacensības notiks Līvērzes veselības un atpūtas kompleksā 2019. gada 02. martā, Jelgavas ielā 19, Līvērzē;
- ◆ 10<sup>00</sup> – 10<sup>30</sup> dalībnieku reģistrēšanās, svēršanās;
- ◆ 10<sup>30</sup> – sacensību sākums.

#### 2. Mērķis un uzdevumi

- ◆ Svāra stieņa spiešana un spēka vingrinājuma popularizācija Jelgavas Novadā, Līvērzē;
- ◆ Jelgavas novada 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 pauwerlīftinga ekipājumā izņemot roku saites**
- ◆ Sacensības norisinās atbilstoši IPF pieņemtajai kārtībai;

#### 5. Vērtēšana

- ◆ Dalībnieki vīrieši tiek vērtēti trijās svāra kategorijās līdz - 85 kg - 95, un virs 95 kg.
- ◆ Individuāli trīs labākie sportisti vīrieši tiks vērtēti pēc Vilksa tabulas;
- ◆ Jaunieši līdz 17 gadi tiek vērtēti, trīs labākie radītāji, pēc Vilksa tabulās
- ◆ Sievietēm tiek vērtēti trīs labākie radītāji, pēc Vilksa tabulās.

#### 6. Apbalvošana

- ◆ Pirmo trīs vietu ieguvēji vīriešiem katrā svāru kategorijā tiks apbalvoti ar medaļām
- ◆ Trīs labākie sportisti vīrieši pēc Vilksa tabulas tiks apbalvoti ar balvu.
- ◆ Trīs labākās sievietes, jaunieši tiks apbalvoti, pēc Vilksa tabulas.

#### 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