**NOLIKUMS**

**2019. gada atklātajam Talsu novada Čempionātam klasiskajā spēka trīscīņā, spiešanā guļus vīriešiem un sievietēm (bez ekipējuma).**

1. **Vieta un laiks**

Sacensības notiks 2019. gada 13. aprīlī, Talsu sporta namā, Kareivju iela 14, Talsi,

**1000 – 1100** dalībnieku svēršanās;

**1130** sacensību sākums;

1. **Mērķis un uzdevumi**

* Spēka trīscīņas un spiešana guļus popularizācija Talsu novadā;
* Talsu novada 2019. gada spēka trīscīņas un spiešanas guļus čempionu noskaidrošana vīriešu un sieviešu grupās;
* Veselīga dzīvesveida popularizēšana;
* Jaunu interesentu piesaiste biedrības „Talsu Spēka Atlēti” rīkotajām sporta aktivitātēm Talsu novadā;
* **B**iedrības „Talsu Spēka Atlēti” rīkoto sporta aktivitāšu dažādošana;
* Talsu novada komandas atlase startam 2019. gada Latvijas spēka trīscīņas čempionātā.

1. **Sacensību vadība**

* Sacensības organizē Talsu novada pašvaldība kopā ar biedrību „Talsu Spēka Atlēti”.
* Sacensību galvenais tiesnesis un sekretārs: Magnuss Vucāns (28638803).

1. **Sacensību noteikumi**

* Sacensībās piedalās visi oficiāli pieteikušies Latvijas Republikas sportisti.
* Dalībniekiem ir atļauts izmantot IPF (Starptautiskās Pauerliftinga federācijas) noteikumos apstiprināto klasiskās spēka trīscīņas ekipējumu.
* Sacensības norisinās saskaņā ar rīkotāju noteikumiem.
* Sacensībās tiek vērtētas un veiksmīgi izpildot tiek ieskaitīts rezultāts trijās disciplīnās, kuras dalībniekam veido pacelto summu kilogramos spēka trīscīņā: pietupienā, spiešanā guļus un vilkmē no zemes.
* Dalībnieks pats uzņemas pilnīgu atbildību par savu veselības stāvokli sacensību laikā.
* Sacensību dalībniekiem sākuma svaru summa nav noteikta.

1. **Vērtēšana**

* Spēka trīscīņā vīri sacentīsies trijās vecuma grupās bez svara kategorijas; jaunieši un juniori (15-23 gadi), open (23-35 gadi), seniori (virs 35 gadiem).
* Spēka trīscīņā sievietes sacentīsies vienā vecuma grupā bez svara kategorijas: open (jebkurš vecums).
* Spiešanā guļus vīri sacentīsies divās svara grupās bez vecuma ierobežojuma. Pirmā svara kategorija līdz -83 kilogramiem un otra svara kategorija virs 83+ kilogramiem.
* Spiešanā guļus sievietes sacentīsies vienā vecuma grupā bez svara kategorijas: open (jebkurš vecums).
* Individuāli trīs labākie spēka trīscīņā katrā vecuma grupā (kopā četras grupas) un spiešanā guļus trīs svara grupas tiks noteikti pēc Wilksa formulas nevis pēc pacelto kilogramu summas;
* Komandas komandu vērtējumos nesacentīsies.

1. **Apbalvošana**

* Talsu novada trīscīņas čempionātā un spiešanā guļus tiks apbalvoti, ar diplomiem un medaļām, trīs labākie sportisti katrā vecuma vai svara grupā pēc Wilksa formulas rezultātiem.
* Trīs labākie sportisti un viena sportiste spēka trīscīņā absolūtajā vērtējumā starp visām vecuma grupām pēc Wilksa formulas tiks apbalvoti ar kausiem, un balvām.
* Trīs labākie sportisti spiešanā guļus absolūtajā vērtējumā starp abām svara kategorijām pēc Wilksa formulas tiks apbalvoti ar kausiem, un balvām.

1. **Finansēšana**

* Visus pieteikšanās izdevumus sacensībām sedz pats sacensību dalībnieks uz vietas sacensību svēršanās un reģistrēšanās laikā. Dalības iemaksas, dalībniekam, ir EUR 5.00.

1. **Īpašie nosacījumi**

* Reģistrēties sacensībām (pie svēršanās) iespējams vienīgi uzrādot personu apliecinošu dokumentu;
* Katram individuālajam dalībniekam ir nepieciešama ārsta atļauja startēt sacensībās. Startējot bez tās dalībnieks pats uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli;
* Izcīnītās un nepaņemtās medaļas un balvas netiks uzglabātas pēc sacensību beigām;
  + Piesakoties šīm sacensībām, jūs piekrītat un apņematies ievērot nolikumu un sacensību rīkotāju noteikumus.

**SACENSĪBAS ATBALSTA:**

Talsu novada Pašvaldība

Biedrība „Talsu Spēka Atlēti”

