**NOLIKUMS**  
**Impulss Iesācēju Kauss**   
**2020.g.15.februārī**

**Vieta un laiks**

Sacensības notiks 2020. gada 15. februārī, Jēkabpilī, Brīvības ielā 131  Impulss fitness telpās (vieta var mainīties)  
**800– 930** dalībnieku svēršanās;  
**930 – 1000** tiesnešu sanāksme;  
**1000**  noteikumu izskaidrošana, būtisku kļūdu  analizēšana, īsa demonstrācija, sacensību sākums;

**Mērķis un uzdevumi**

* Iesācēju sagatavošana Latvijas čempionātiem un Kausa posmiem.
* Svaru stieņa spiešanas guļus popularizēšana Latvijā;
* Veselīga dzīvesveida popularizēšana Jēkabpilī un visā Latvijā;
* Jaunu interesentu piesaiste rīkotajām sporta aktivitātēm;
* Jēkabpils pilsētas popularizēšana Latvijā.

**Sacensību vadība**

* Sacensības organizē SIA “Stiprs un Vesels” struktūrvienība Impulss Fitness  sadarbībā ar Jēkabpils Sporta centru un Latvijas Pauerliftinga Federāciju.
* Sacensību direktors: Aleksandrs Andronovs (27097807)

**Sacensību noteikumi**

* Sacensībās piedalās tikai iesācēji un tie dalībnieki, kuri 2019. gadā piedalījušies tikai vienu reizi  LPF Latvijas čempionātos vai Latvijas Kausa izcīņas posmā.
* Sacensības norisinās atbilstoši IPF pieņemtajai kārtībai pēc klasiskās trīscīņas (šai gadījumā spiešanas guļus noteikumiem).
* Juridiskā persona (organizācija), vai fiziska persona, kura deleģējusi sportistu uz sacensībām, uzņemas pilnīgu atbildību par startējošā sportista veselības stāvokli sacensību laikā (saskaņā ar MK not. Nr. 594 no 2016. gada 06. septembra prasībām).
* Sacensībās piedalās **vismaz 12 gadus veci** dalībnieki.
* Sacensību laikā var tikt veikta foto un video fiksācija

**Vērtēšana**

* Sacensības norisināsies šādās vecuma/dzimuma grupās un svara kategorijās:
* Jaunieši (U18) sacentīsies:  -66; -74; -83; 83+ kg kategorijās
* Juniori (U23) sacentīsies: -74; -83; -93; 93+ kg kategorijās
* Apvienota OPEN vīrieši un SENIORI sacentīsies:  -74; -83; -93; -105; 105+ kg kategorijās
* Sievietes sacentīsies: -52; -57; -63; 63+; kg kategorijās
* Komandu vērtējums netiks aprēķināts

**Apbalvošana**

* Trīs labākie sportisti pēc sacensību rezultātiem, katrā svara kategorijā jauniešiem, junioriem, apvienota OPEN vīriem  ar veterāniem un sievietēm, tiks apbalvoti ar diplomiem;
* Trīs labākie sportisti absolūtajā vērtējumā jauniešiem, junioriem, apvienota OPEN vīriem veterāniem  un  sievietēm tiks apbalvoti ar medaļām.

**Finansēšana**

* Visus komandējuma izdevumus sedz juridiska persona (organizācija) vai pats sacensību dalībnieks. Dalības iemaksas, komandas (un individuāli startējošajiem dalībniekiem), ar laicīgi atsūtītiem pieteikumiem, ir  EUR 5.00 par katru pieteikto dalībnieku.

**Pieteikumi**

* Komandu un individuālie pieteikumi izdarāmi līdz 2020. gada 13. februārim telefoniski uz nr. 27097807 informējot dalībnieku skaitu, svara un vecuma kategoriju;

**Īpašie nosacījumi**

* Piesakoties šīm sacensībām, jūs piekrītat, ka sacensības tiks fotografētas un filmētas un iegūtie foto un video materiāli būs publiski pieejami sabiedrības informēšanai par šīm sacensībām.
* Reģistrēties sacensībām (pie svēršanās) iespējams vienīgi uzrādot personu apliecinošu dokumentu;
* Katrai komandai vai individuālajam dalībniekam ir nepieciešama ārsta atļauja startēt sacensībās. Startējot bez tās dalībnieks pats uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli;
* Dalībnieki jaunāki par 18g. bez ārsta vai vecāku atļaujas vai klātbūtnes netiks pielaisti dalībai sacensībās; Vecākiem vai pārstāvim reģistrācijas laikā jābūt līdzi personas apliecinošam dokumentam.
  + Dalībnieki, kuri aizņem I; II vai III vietas un ja  nedēļas laikā pēc šīm sacensībām tiks konstatēts, kā dalībnieks ir pārkāpis šī nolikuma 4 punkta 1 noteikumu, aizņemta vieta tiks anulētā un godalgota vieta nodota nākamajam pretendentam.
  + Piesakoties šīm sacensībām, jūs apzināties, ka **uz sacensībām ir uzaicināti** un sacensībās var ierasties Valsts Antidopinga biroja pārstāvji, kas var no jebkura dalībnieka ievākt nepieciešamos paraugus aizliegtu vielu analīzēm;

***Atbalstītājiem un ierosinājumu izteikšanai, lūgums sazināties ar sacensību organizētāju/direktoru Aleksandru Andronovu pa tālruni 27097807***  
**NOVĒLĀM VEIKSMĪGUS STARTUS! LAIPNI LŪDZAM CIEMOS!**