

Līvberzes pagasta čempionāts sacensības svara stieņa spiešanā guļus Jelgavas novada ziemas sporta spēles NOLIKUMS

1. Vieta un laiks

- ◆ Sacensības notiks Līvberzes veselības un atpūtas kompleksā 2020. gada 19. janvārī, Jelgavas ielā 9, Līvberzē;
- ◆ 10⁰⁰ – 10³⁰ dalībnieku reģistrēšanās, svēršanās;
- ◆ 10³⁰ – **sacensību sākums.**

2. Mērķis un uzdevumi

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

3. Sacensību vadība

- ◆ Sacensības organizē Jelgavas novada Sporta centrs sadarbībā ar Līvberzes pagastu;
- ◆ Sacensību galvenais tiesnesis Edgars Ludzītis.

4. Sacensību noteikumi

Sacensībās piedalās Jelgavas novada, Līvberzes pagasta iedzīvotāji, citu pagastu iedzīvotāji, un citi Latvijas valsts iedzīvotāji.

Jelgavas novada ziemas sporta spēļu vērtējumam var pieteikt dalībniekus, kuri ir Jelgavas novada iedzīvotāji, strādājošie, Jelgavas novadu skolu skolnieki, Jelgavas novada sporta centra audzēkņi un Jelgavas novada skolu absolventi.

- ◆ 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 trijās svāra kategorijās līdz - 80 kg - 95, un virs 95 kg.
- ◆ Individuāli trīs labākie sportisti vīrieši tiks vērtēti pēc Vilksa tabulas;
- ◆ Jaunieši līdz 17 gadiem un sievietes tiek vērtēti, pēc Vilksa tabulās, trīs augstākiem rezultātiem
- ◆ **Jelgavas novada ziemas sporta spēļu vērtējumā pieteiktie un startējušie dalībnieki tiks vērtēti absolūtā kopvērtējumā pēc Vilksa tabulas 1.-3.vietu ieguvēji sievietes un vīrieši atsevišķi.**

6. Apbalvošana

- ◆ Pirmo trīs vietu ieguvēji vīriešiem katrā svāru kategorijā tiks apbalvoti ar medaļām
- ◆ Trīs sportisti vīrieši pēc Vilksa tabulas tiks apbalvoti ar balvu.
- ◆ Trīs sportistes sievietes vai jaunieši tiks apbalvoti, pēc Vilksa tabulas. (Ar medaļām)
- ◆ Sacensību 1.-3.vietu ieguvējus apbalvos ar medaļām.
- ◆ **Jelgavas novada ziemas sporta spēļu vērtējumā pieteiktie un startējušie dalībnieki, 1.-3.vietu ieguvēji tiks apbalvoti ziemas sporta spēļu noslēguma pasākumā 25.01.2020., Līvberzē.**

7. Pieteikumi

Piesakās sacensību vietā vai pa tālruni 27068144.

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