**NOLIKUMS**

**2022. gada atklātajam Talsu novada Čempionātam klasiskajā spēka trīscīņā un spiešanā guļus vīriešiem (bez ekipējuma).**

1. **Vieta un laiks, dalībnieki**

Sacensības notiks 2022. gada 21. maijā sestdiena, Talsu sporta namā, Kareivju iela 12, Talsi,

**0945 – 1030** dalībnieku svēršanās;

**1100** sacensību sākums;

* **Sacensībās tiks ievēroti aktuālie Epidemioloģiskās drošības pasākumi Latvijas Republikā, ka var būt mainīgi.**
* **Piesakoties šīm sacensībām, jūs apzināties, ka uz sacensībās var ierasties Valsts Antidopinga biroja pārstāvji, kas var no jebkura dalībnieka ievākt nepieciešamos paraugus aizliegtu vielu analīzēm;**

1. **Mērķis un uzdevumi**

* Spēka trīscīņas un spiešana guļus popularizācija Talsu novadā;
* Talsu novada 2022. gada spēka trīscīņas un spiešanas guļus čempionu noskaidrošana vīriešu grupās;
* Veselīga dzīvesveida popularizēšana;
* Jaunu interesentu piesaiste biedrības „Talsu Spēka Atlēti” rīkotajām sporta aktivitātēm Talsu novadā;
* Biedrības „Talsu Spēka Atlēti” rīkoto sporta aktivitāšu dažādošana;
* Talsu novada komandas atlase startam 2022. 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**

* Sacensības notiek stingri ievērojot valstī spēkā esošos piesardzības pasākumus - "Ministru kabineta 2020. gada 9. jūnija noteikumi Nr. 360 "Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai". **Piesardzības pasākumi ietver prasības roku higiēnai un virsmu dezinfekcijai.** Sacensību laikā sporta darbinieki un **sportisti var neievērot 2 metru distanci**, šis nosacījums ir attiecināms arī uz amatieru sportu.
* 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. Spiešanā guļus tikai viena disciplīna spiešana guļus, kura veido pacelto rezultātu.
* 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), pieaugušie (24-39 gadi), seniori (virs 40 gadiem).
* Spiešanā guļus vīri sacentīsies trijās vecuma grupās bez svara kategorijas; jaunieši un juniori (15-23 gadi), pieaugušie (24-39 gadi), seniori (virs 40 gadiem).
* Individuāli trīs labākie spēka trīscīņā katrā vecuma grupā (kopā trīs grupas) un spiešanā guļus (kopā trīs svara grupas) tiks noteikti pēc IPF GL punktiem nevis pēc pacelto kilogramu summas;
* Komandas komandu vērtējumos nesacentīsies.

1. **Apbalvošana, finansēšana**

* Talsu novada trīscīņas čempionātā un spiešanā guļus tiks apbalvoti, ar medaļām, trīs labākie sportisti katrā vecuma grupā pēc IPF GL punktu rezultātiem.
* Trīs labākie sportisti spēka trīscīņā absolūtajā vērtējumā starp visām vecuma grupām pēc IPF GL punktiem tiks apbalvoti ar kausiem un balvām.
* Trīs labākie sportisti spiešanā guļus absolūtajā vērtējumā starp visām vecuma grupām pēc IPF GL punktiem tiks apbalvoti ar kausiem un balvām.
* 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.
  + 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.

**SACENSĪBAS ATBALSTA:**

Talsu novada Pašvaldība

Biedrība „Talsu Spēka Atlēti”

