**NOLIKUMS**

**Edmunda Kēnigsvalda piemiņas kauss klasiskajā spiešanā guļus (bez ekipējuma).**

1. **Vieta un laiks, dalībnieki**

Sacensības notiks 2022. gada 03. decembrī sestdienā, Sporta klubā “Dandijs”, Talsu iela 16, Dundaga,

**1000 – 1045** dalībnieku svēršanās;

**1100** sacensību sākums;

1. **Mērķis un uzdevumi**

* Spēka trīscīņas un spiešana guļus popularizācija Dundagā un Talsu novadā;
* Veselīga dzīvesveida popularizēšana;
* Jaunu interesentu piesaiste sporta kluba “Dandijs” un Dundagas kultūras pils rīkotajām sporta aktivitātēm Talsu novadā;
* Sporta kluba “Dandijs” un Dundagas kultūras pils rīkoto sporta aktivitāšu dažādošana;

1. **Sacensību vadība**

* Sacensības organizē Dundagas Kultūras pils kopā ar sporta klubu “Dandijs”;
* Sacensību galvenais tiesnesis un sekretārs: Edgars Tīfentāls (27160889).

1. **Sacensību noteikumi**

* Sacensības norisinās vīriem trīs veidos – uz maksimāli pacelto svaru, uz uzspiesto atkārtojumu skaitu pusei no sava svara un sava svara.
* Sacensības norisinās jauniešiem trīs veidos – uz maksimāli pacelto svaru, uz uzspiesto atkārtojumu skaitu pusei no sava svara un sava svara.
* Sievietēm sacensībās divi veidi - uz maksimāli pacelto svaru un uzspiesto atkārtojumu svaru.
* Dalībniekam piedaloties sacensībās jāstartē obligāti visās disciplīnās, lai tiktu ņemts vērā kopvērtējumā.
* 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, taču tikai IPF tehnisko noteikumu ietvaros.
* Dalībnieks pats uzņemas pilnīgu atbildību par savu veselības stāvokli sacensību laikā.
* Sacensību rezultātu veido maksimāli paceltais svars uz svara stieņa, uz atkārtojuma skaitu rezultātu veido reižu skaits attiecīgi paceļot pusi no sava svara uz reizēm, tāpat arī paceļot savu svaru uz reizēm.
* Sievietēm sacensību rezultātu veido maksimāli paceltais svars uz svara stieņa un uz atkārtojuma skaitu rezultātu veido reižu skaits paceļot 20kg.

1. **Vērtēšana**

* Vīriešiem un jauniešiem rezultāts tiks ņemts pēc iegūtās vietas, kura atbilsoši pārveidosies punktos katrā disciplīnā. Gala kopvērtējumā tiks skaitīts kopā punktu skaits un mazāko punktu ieguvēji tiks apbalvoti ar diplomiem, kausiem un balvām.
* Sievietēm rezultāts tiks ņemts pēc iegūtās vietas, kura atbilsoši pārveidosies punktos katrā disciplīnā. Gala kopvērtējumā tiks skaitīts kopā punktu skaits un mazāko punktu ieguvējas tiks apbalvotas ar diplomiem, kausiem un balvām.
* Komandas komandu vērtējumos nesacentīsies.

1. **Apbalvošana, finansēšana**

* Edmunda Kēnigsvalda piemiņas kausā spiešanā guļus trīs labākie sportisti katrā grupā tiks apbalvoti, ar kausiem un diplomiem;
* Sacensības noritēs bez dalības maksas.

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.
  + **Piesakoties šīm sacensībām, jūs apzināties, ka uz sacensībām var ierasties Valsts Antidopinga biroja pārstāvji, kas var no jebkura dalībnieka ievākt nepieciešamos paraugus aizliegtu vielu analīzēm;**

**SACENSĪBAS ATBALSTA:**

Dundagas Kultūras pils

Sporta klubs “Dandijs”

Latvijas pauerliftinga federācija

 