# Apstiprinu:

# 2023. gada

# \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ģibuļu pagasta pārvaldes vadītāja

# ĢIBUĻU KAUSS SPĒKA DIVCĪŅĀ 2023

# NOLIKUMS

1. **Mērķi un uzdevumi**  
   1.1. Popularizēt spēka sportu, veicināt veselīgu un aktīvu dzīvesveidu.  
   1.2. Noskaidrot 2023. gada Ģibuļu kausu izcīņas uzvarētājus spēka divcīņā.

**2. Sacensību norises vieta un laiks**  
Sacensības notiek Pastendes sporta centrā “Akmeņkaļi” sestdien, 27.maijā**.**

Sacensību sākums plkst. 10:00, pieteikšanās no 09:15 līdz 09:45. Informācija 28638803. Magnuss Vucāns

* **Sacensībās tiks ievēroti aktuālie Epidemioloģiskās drošības pasākumi Latvijas Republikā, kas 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. **Sacensību dalībnieki un atļauja piedalīties**  
   3.1. Sacensības notiek individuāli, dalībnieki netiek dalīti vecuma vai dzimuma grupās.  
   3.2. Katram individuālajam dalībniekam ir nepieciešama ārsta atļauja startēt sacensībās. Startējot bez tās dalībnieks pats uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli;

3.3 Reģistrēties sacensībām (pie svēršanās) iespējams vienīgi uzrādot personu apliecinošu dokumentu;

3.4. Izcīnītās un nepaņemtās medaļas un balvas netiks uzglabātas pēc sacensību beigām;

3.5. Piesakoties šīm sacensībām, jūs piekrītat un apņematies ievērot nolikumu un sacensību rīkotāju noteikumus.

3.6. 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.

**4. Vērtēšana**

4.1. Spēka divcīņā (spiešana guļus un vilkme no zemes) dalībnieki sacentīsies divās svara grupās (-83, 83+) bez vecuma ierobežojuma.

4.2. Individuāli trīs labākie katrā grupā (kopā divas grupas) tiks noteikti pēc IPF punktu kalkulatora rezultāta nevis pēc pacelto kilogramu summas.

4.3. Komandas komandu vērtējumos nesacentīsies.

**5. Sporta formas**

5.1. Dalībniekiem ir atļauts startēt IPF apstiprinātā ekipējumā, vai elastīgajās īsajās biksēs un vienkrāsainos T – kreklos.

**6. Sacensību noteikumi**

6.1. Sacensībās piedalās visi oficiāli pieteikušies sportisti.

6.2. Sacensības norisinās saskaņā ar rīkotāju noteikumiem.

6.3. Spēka divcīņas sacensībās tiek vērtētas un veiksmīgi izpildot tiek ieskaitīti rezultāti divās disciplīnās, kuras dalībniekam veido pacelto summu kilogramos: spiešanā guļus un vilkmē no zemes. Spiešanas guļus sacensībās tiek vērtētas un veiksmīgi izpildot tiek ieskaitīts rezultāts vienā disciplīnā, kura dalībniekam veido pacelto rezultātu kilogramos: spiešanā guļus.

6.4. 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.

6.5. Dalībnieki startē triko vai elastīgajās īsajās biksēs un vienkrāsainos T – kreklos.

* 1. .Sacensības norisinās pēc IPF noteikumiem, vingrinājumu izpilde notiek atbilstoši šiem noteikumiem.

**7. Disciplinārie noteikumi**  
7.1. Sporta centrā aizliegts lietot alkoholiskos dzērienus un tabakas izstrādājumus, psihotropās vielas, kā arī sacensību vietā dalībniekiem aizliegts atrasties alkohola un psihotropo vielu reibuma stāvoklī. Dalībniekiem sacensību vietā jāievēro sabiedriskās kārtības noteikumi. Par noteikumu neievērošanu dalībnieks var tikt izslēgts no sacensībām un saukti pie administratīvās atbildības.  
7.2. Par nesportisku vai neētisku rīcību dalībnieks var tikt diskvalificēts un rezultāti var tikt anulēti.

**8. Apbalvošana**

Ģibuļu kausa izcīņā spēka divcīņā tiks apbalvoti ar medaļām, trīs labākie sportisti katrā svaru grupā (kopā divas) un trīs labākie ar kausiem pēc IPF punktu kalkulatora rezultāta.

**9. Dažādi**

9. 1. Dalības maksa 5,00 EURO no dalībnieka.   
9. 2. Visus jautājumus, kas nav atrunāti šajā nolikumā, organizatori un dalībnieki risina, savstarpēji vienojoties.

Pastendes sporta centrs „Akmeņkaļi”