



Pavasara stafestu skrējieni Kārsava-Ludza Nolikums

1. Mērķis un uzdevumi:

- 1.1. Popularizēt veselīgu dzīvesveidu un aktīva brīvā laika pavadīšanu;
- 1.2. Sekmēt iedzīvotāju iesaistīšanu regulārās fiziskās aktivitātēs;
- 1.3. Veicināt skriešanas popularizēšanu novada jaunatnes un citu iedzīvotāju grupu vidū;
- 1.4. Noskaidrot labākos skrējējus.

2. Sacensību vadība:

- 2.1. Sacensības organizē Ludzas novada Sporta skola.
- 2.2. Sacensību norisi vada Ludzas novada Sporta skolas direktora vietnieks darbā ar pieaugušajiem Andrejs Narnickis un apstiprinātā tiesnešu kolēģija.

3. Sacensību dalībnieki un noteikumi:

- 3.1. Sacensībās var piedalīties visi iedzīvotāji, kuriem to atļauj veselības stāvoklis.
- 3.2. Sacensībās piedalās komandā no 8 dalībniekiem : 6 vīrieši un 2 sievietes (vīriešus drīkst aizvietot ar sievietēm, kā arī vienam dalībniekam skriet vairākus etapus).
- 3.3. Drīkst arī piedalīties individuāli.
- 3.4. Sacensības notiek: 01.05.2022.
Distances skrējiena maršruts pielikumā kartē.

4. Sacensību vieta un laiks:

- 4.1. Sacensības notiek 01.05.2022.
- 4.2. Sacensību sākums plkst.11.00. Pulcēšanās: izbraucot no Kārsavas, pie pagrieziena uz Ludzu.

5. Programma:

Stafestu skrējieni no Kārsavas uz Ludzu.

6. Pieteikumi:

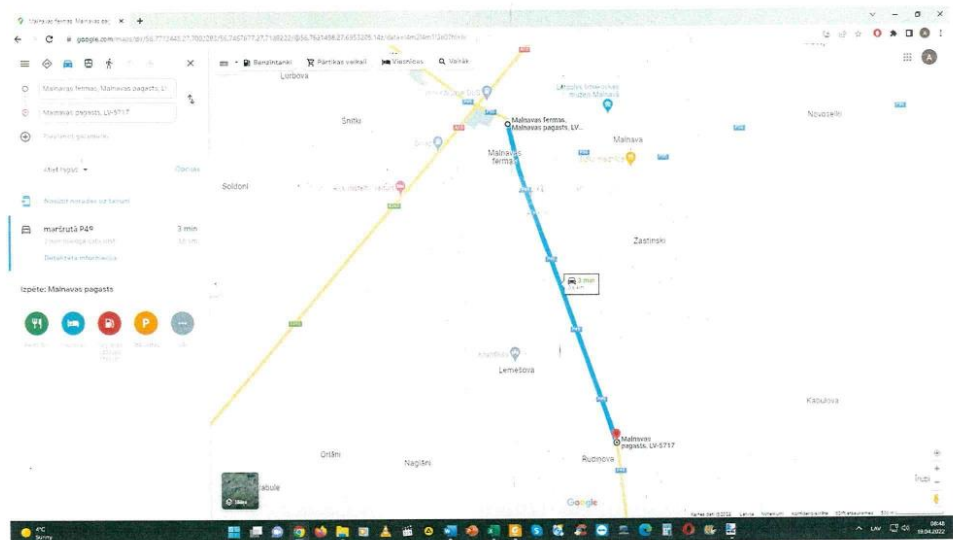
Dalībnieki sacensībām var pieteikties līdz 28.04.2022. plkst.10.00.
Komandas , kurām nav transports, tiks organizēts autobuss.
Ja kādam dalībniekam nebūs komandas , droši varat pieteikties. (komplektēsim komandas).
Pieteikumus sūtīt uz e-pastu ludza.sports@ludzasnovads.lv
Pieteikumā lūdzam pierakstīt: komandas nosaukumu, komandas sastāvu, vai nepieciešams transports, kontaktpersonas tālruna numuru.

7. Apbalvošana:

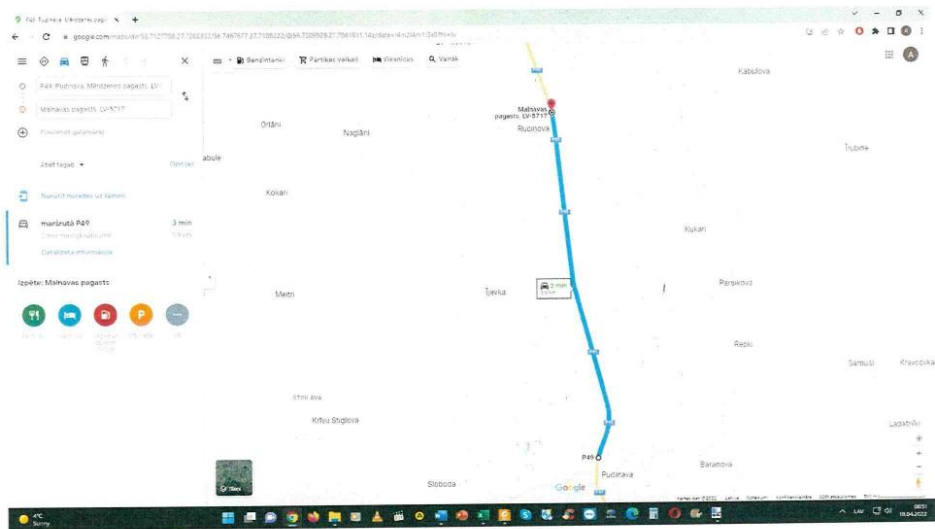
Pirmo trīs vietu ieguvēju komandas tiks apbalvoti ar diplomiem un medaļām un dāvanām.
Visi dalībnieki saņems piemiņas balvas.

Kontaktinformācija pa tālruni: 28351822 (Andrejs Narnickis).

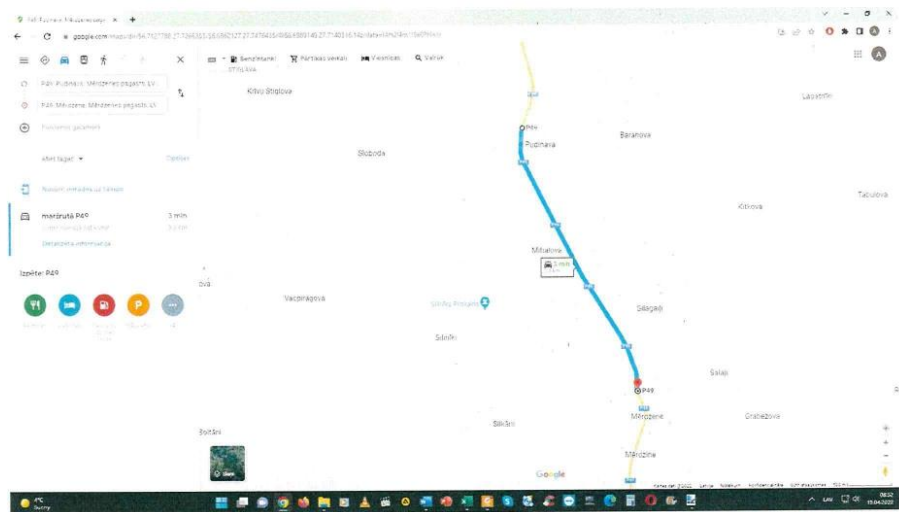
Pielikumā: skrējiena maršruta karte un pa posmiem.



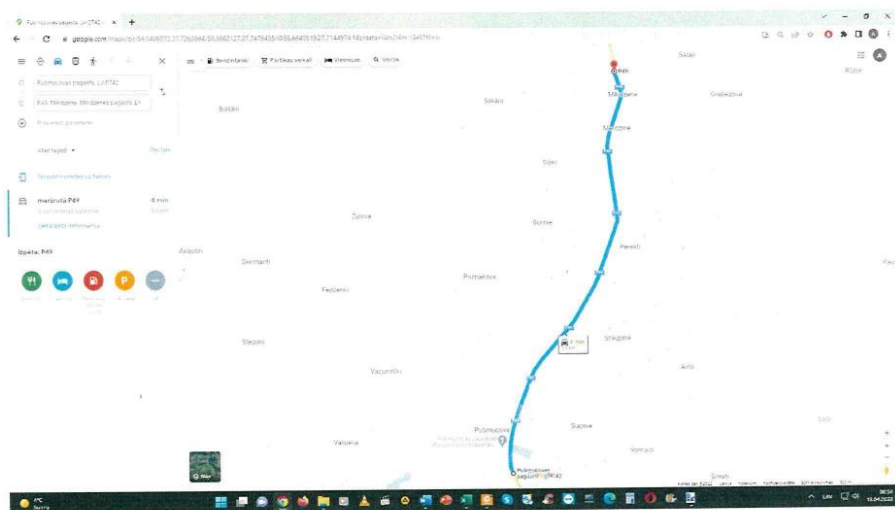
1. posms



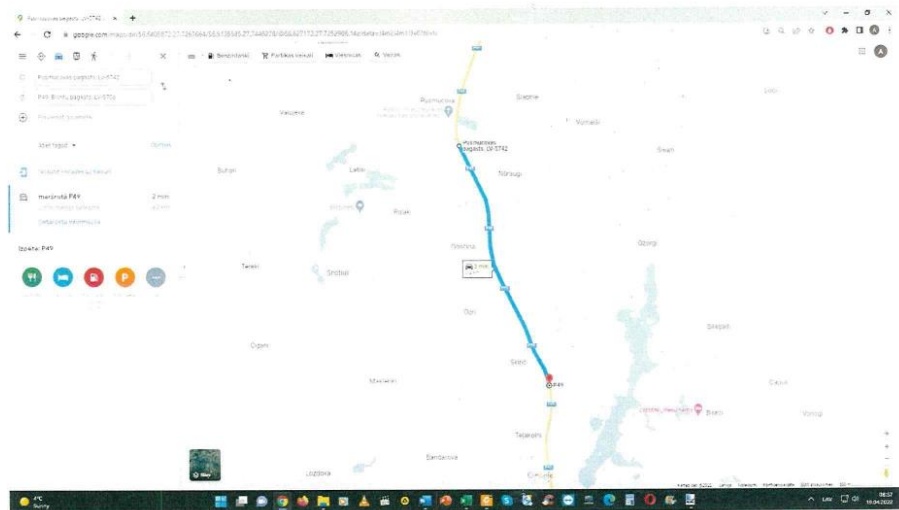
2. posms



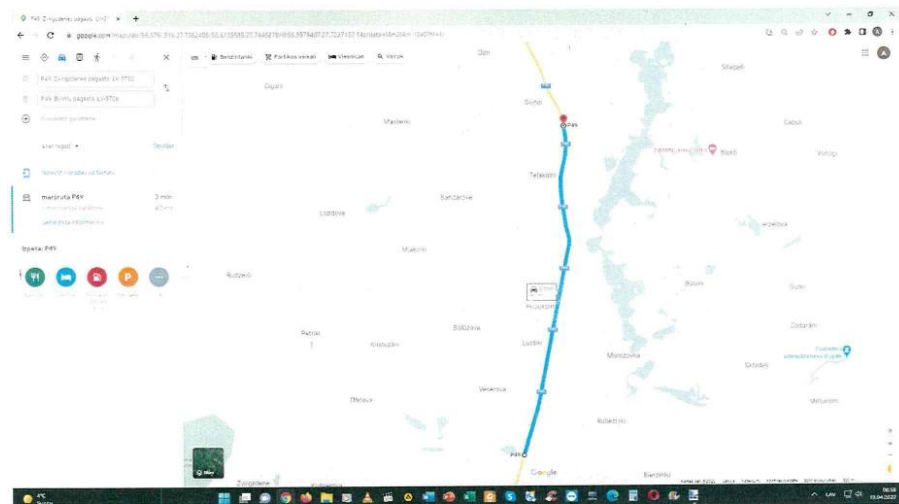
3. posms



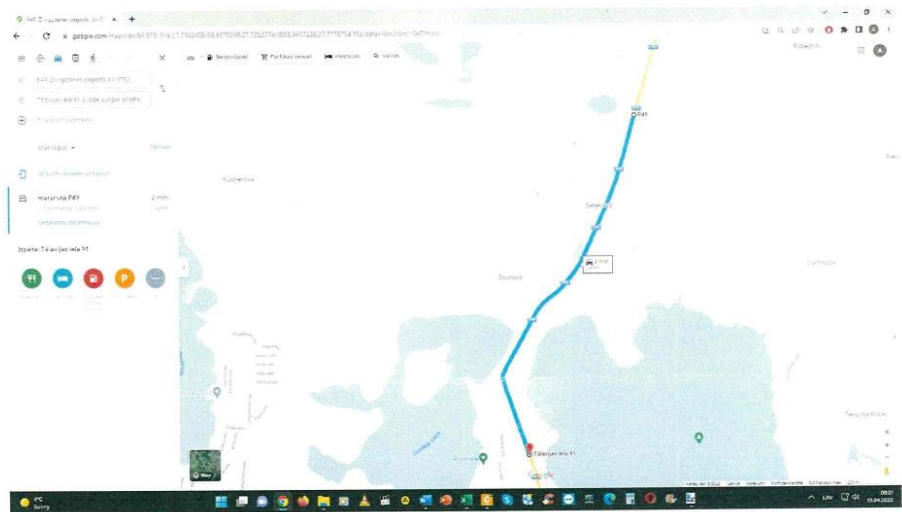
4. posms



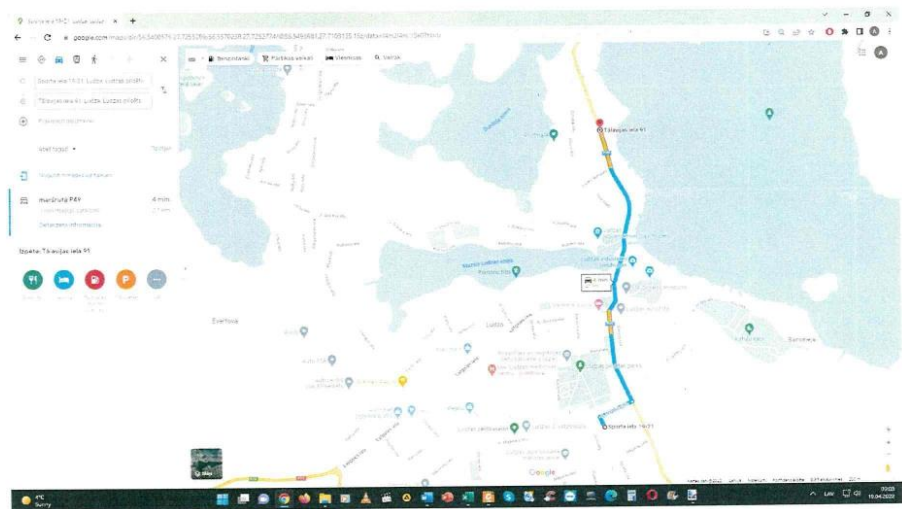
5. posms



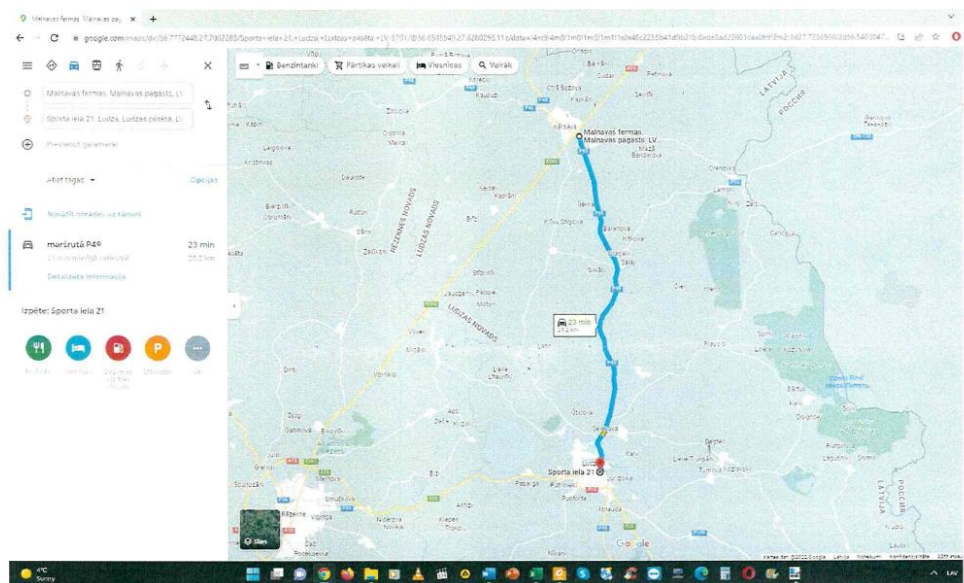
6. posms



7. posms



8. posms



KOPĒJAIS MARŠRUTS