

**SACENSĪBAS “LR RUDENS KAUSS”**

**N O L I K U M S**

1. **SACENSĪBU MĒRĶIS UN UZDEVUMI**
   1. Airēšanas sporta popularizācija un tā tālāka attīstība valstī.
   2. Noteikt spēcīgākos sportistus/-es uz airēšanas ergometra "Concept 2" 2018.gada rudenī.
   3. Noteikt spēcīgākos sportistus/-tes skriešanā 2018.gada rudenī.
   4. Aktīvas atpūtas veicināšana un veselīga dzīvesveida popularizēšana.
2. **SACENSĪBU LAIKS UN VIETA**
   1. 2018.gada 2.novembrī - braucieni uz airēšanas ergometra "Concept 2"– MSĢ TSV „Jūrmala”, MSĢ TSV „SASS” un Daugavpils 1. speciālā pamatskolā.
   2. 2018.gada 3.novembrī - skriešana – Jūrmalā, no Dzintaru viadukta pa veloceliņu Bulduru virzienā un atpakaļ vai Jūrmalas pilsētas Slokas stadionā.
   3. Sacensību sākums – 2.novembrī – nosaka atbildīgie tiesneši (sadarbībā ar norises vietu treneriem) pa sacensību vietām, 3.novembrī plkst. – 11.00.
3. **SACENSĪBU VADĪBA**
   1. Sacensības organizē Latvijas Airēšanas Federācija, atbildīgā persona – Elita Krūmiņa, mob.tel. Nr. 29269141.
   2. Atbildīgie tiesneši :
      1. MSĢ TSV „Jūrmala” bāzē Jaunā iela 64a, Jūrmalā – Elita Krūmiņa;
      2. MSĢ TSV „SASS” bāzē Vikingu iela 6, Jūrmalā – Andželika Krūmiņa;
      3. Daugavpils 1. speciālā pamatskolā 18.novembra ielā 197b, Daugavpilī – Vladimirs Pupels.
4. **SACENSĪBU NORISE**
   1. Sacensības notiek airēšanā uz ergometra “Concept 2” un skriešanā četrās vecuma grupās:

3.2.1. seniori (bez vecuma ierobežojuma – sievietes un vīrieši);

3.2.2. juniori „A” (2001.-2002.g. dz. jaunietes un jaunieši);

3.2.3. juniori „B” (2003.g.-2004.g.dz. jaunietes un jaunieši);

3.2.4. juniori „C” (2005.g.dz. un jaunākas/-ki meitenes un zēni).

4.2. Sacensību distances:

4.2.1. senioru un junioru „A” grupu dalībnieki airē 2000 m, skrien 3000 m;

4.2.2. juniori „B” airē 1000 m, skrien 1600 m;

4.2.3. juniori „C” airē 500 m, skrien 1600 m.

1. **SACENSĪBU PIETEIKUMI UN IZLOZE**
   1. Pieteikumi sacensībām (pa vecuma grupām, brīvā formā, atsevišķi pa disciplīnām):
      1. airēšanai uz ergometriem „Concept 2” - rakstveidā vai elektroniski jāiesūta atbildīgajiem tiesnešiem sacensību vietās līdz 2018.gada novembra plkst. 13:00;
      2. skriešanai - elekroniskā veidā jāiesūta uz e-pastu: [elitakrumina@inbox.lv](mailto:elitakrumina@inbox.lv) un [airesana@latnet.lv](mailto:airesana@latnet.lv) līdz 2018.gada novembra plkst. 13:00.
   2. Izloze skriešanai publicējama LAF mājas lapā [www.rowing.lv](http://www.rowing.lv) līdz 2018.gada novembrī plkst. 13:00.
2. **SACENSĪBU VĒRTĒŠANA**
   1. Uzvarētājus nosaka pēc vietu summas abās sacensību disciplīnās katrā vecuma grupā. Vienādas vietu summas gadījumā augstāku vietu ieņem sportists, kuram augstāka vieta skriešanā.
   2. Sacensību rezultāti publicējami LAF mājas lapā [www.rowing.lv](http://www.rowing.lv) līdz 2018.gada novembrī plkst. 14.00.
3. **APBALVOŠANA**
   1. 1.- 3.vietu ieguvējus visās vecuma grupās apbalvo ar kausiem.