




Apstiprinu:


P/a "Saldus TIKS centrs"
direktore vietniece
attīstības, sporta un tūrisma
Sintija Pileniece
2024. gada F. maijs

Triatlona disciplīnas – pārbaudi savas spējas! NOLIKUMS

1. Mērķis un uzdevumi

- 1.1. Popularizēt sportiskas aktivitātes pēc iespējas plašākā sabiedrības lokā Saldus novadā.
- 1.2. Veicināt veselīgu un sportisku dzīvesveidu.
- 1.3. Attīstīt triatlona atpazīstamību sabiedrībā un iesaistīt triatlonā pēc iespējas vairāk iedzīvotājus.

2. Vieta un laiks

- 2.1. Saldus pilsēta un apkārtnē 25.05.2024. no plkst. 10.00 līdz 16.00.

3. Distances (trases):

3.1.1. vīriešiem:

- peldēšana Saldus peldbaseinā - 400 m;
- riteņbraukšana, starts Cieceres pamatskolas sporta laukumā ~ 10 - 13 km;
- skriešana pa Saldus stadionu – 3 km.

3.1.2. sievietēm:

- peldēšana Saldus peldbaseinā - 400 m;
- riteņbraukšana, starts Cieceres pamatskolas sporta laukumā ~ 10 - 13 km;
- skriešana pa Saldus stadionu – 2 km.

4. Kārtība un laiks:

- 4.1. Dalībnieki sacensībās var piedalīties vienā, divās vai visās trijās disciplīnās.
- 4.2. No plkst. 10.00 līdz 12.00 peldēšana Saldus peldbaseinā (ierašanās sev vēlamā laikā).
- 4.3. Plkst.13.00 kopīgs starts riteņbraukšanā.
- 4.4. No plkst.14.00 līdz 16/00 skriešana (ierašanās sev vēlamā laikā).
- 4.5. Instruktaža pirms katra starta (informēšana par galvenajiem noteikumiem un trasi).

5. Vadība

- 5.1. Pasākumu organizē Saldus novada pašvaldības Saldus TIKS centrs sadarbībā ar biedrību "AKVA VITMĪNS", biedrību "Velo Saldus" un biedrību "Liesma".
- 5.2. Atbildīgā par pasākumu – Saldus TIKS centra sporta projektu vadītāja Elga Grota, mob. 29485523.
- 5.3. Piedalīties disciplīnās drīkst ikviens, kuram ir dalībai nepieciešamais inventārs un kurš vēlas pārbaudīt savus spēkus kādā no vai visās triatlona disciplīnās.
- 5.4. Dalībnieki parakstās, ka paši uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli un piekrīt, ka pasākuma laikā var tikt fotografēti un filmēti.
- 5.5. Ja dalībnieks ir nepilngadīgs, tad viņš iesniedz pasākuma organizatoram vecāka vai likumiskā pārstāvja parakstītu atļauju piedalīties disciplīnās, uzņemas atbildību par jaunieša veselības stāvokli un piekrīt, ka pasākuma laikā bērns var tikt fotografēts un filmēts.

- 5.6. Apstiprinot dalību disciplīnās, dalībnieki, bērnu vecāki vai pārstāvji atsakās no jebkādu pretenziju izvirzīšanas organizatoram vai citām pasākuma organizēšanā iesaistītām personām pēc iespējama nelaiemes gadījuma vai materiālo zaudējumu rašanās un necinās par zaudējumu atgūšanu tiesas ceļā.
6. **Pieteikšanās**
- 6.1. Pieteikšanās pasākuma norises vietās.
- 6.2. Iepriekšēja pieteikšanās, sūtot e-pastu uz elga.grota@saldus.lv līdz 23.05.2024., norādot savu vārdu, uzvārdu un vecumu.
7. **Vērtēšana**
- 7.1. Katrai disciplīnai tiks fiksēts laiks.
8. **Noteikumi**
- 8.1. Dalība ir bez maksas.
- 8.2. Piedalīties var dalībnieki vecumā no 16 gadiem.
- 8.3. Dalībnieks ir atbildīgs par savu veselības stāvokli un fizisko sagatavotību, lai varētu veikt triatlona distances.
- 8.4. Peldēšanai obligāti nepieciešams izmantot peldcepures, ieteicams - peldbrilles.
- 8.5. Velo ķiveres ir obligātas. Uzsākot braukšanu velo ķiveri jābūt galvā un ķiveres siksnīnai jābūt aizsprādzētai. Ķiveri drīkst noņemt tikai pēc finiša
- 8.6. Riteņbraukšanas trasē satiksme netiks slēgta vai regulēta. Dalībniekiem riteņbraukšanas laikā jāievēro ceļu satiksmes noteikumi.
- 8.7. Atļauts izmantot jebkura veida velosipēdu (izņemot elektrisko velosipēdu), tomēr, tā kā riteņbraukšanas trasē ir dažādi segumu veidi, tad ieteicams izmantot MTB vai velokrosa velosipēdu.
- 8.8. Skriešana pa stadionu, izskrienot attiecīgo apļu skaitu.
- 8.9. Katrs dalībnieks pirms starta, reģistrācijā, ar savu parakstu apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savu veselības atbilstību triatlona distances veikšanai un par savu rīcību un tās izraisītajām sekām triatlona disciplīnu laikā. Organizatori nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām triatlona disciplīnu laikā.
9. **Izmaiņas sacensību nolikumā**
- 9.1. Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā.
- 9.2. Organizatori nav atbildīgi par nolikuma nezināšanu.
10. **Apbalvošana**
- 10.1. Sieviešu un vīriešu grupās 1.-3. vietu ieguvējas un ieguvējus katrā disciplīnā un kopvērtējumā apbalvo ar organizatoru sagādātajām balvām.

Sagatavoja Elga Grota
p/a "Saldus TIKS centrs" sporta projektu vadītāja

