



Vadītājs _____
Aizkraukles novada sporta centra
V. Padoms
_____ .04.2024



VECBEBRU "PAVASARA KROSS" NOLIKUMS

Mērķis

- Popularizēt skriešanas disciplīnu un attīstīt trenētību Bebru pagasta iedzīvotāju vidū, satikties ar skriešanas entuziastiem no blakus pagastiem un novadiem.

Laiks un vieta

28.04.2024., plkst 12.00 pie Vecbebru Mežaparka estrādes.

Bērnu Starts- plkst. 12.05.

Krosa starts- plkst. 12.30.

Krosa trase-1,15 km aplis.

Reģistrēšanās-

Iepriekšēja dalībnieku pieteikšanās 'online'-

<https://forms.gle/4hUxJKxTKuyzCPsm7> līdz 26.04.2024. plkst. 23.59.00.

Pēdējā brīža reģistrēšanās- pasākuma dienā **no plkst. 11.30.**

Pasākuma veiksmīgai plānošanai būsīm pateicīgi par iepriekšēju pieteikšanos.

Vadība- Sacensības galvenais tiesnesis- Artis Zvejnieks un pieaicinātie tiesneši.

Dalībnieki.

Dalībnieki ir Bebru pāgasta iedzīvotāji un viesi.

Pasākumā nav dalības maksas..

Grupas un veicamā distance

"**Bērni**": (līdz 8 gadiem) 300-500 m aplis (apbalvojums ar saldumu balvu)

"**Veselība**": Meitenes; zēni 9- 12 gadi un (seniori) sievietes/ vīrieši no 61 gada -1 aplis,

Meitenes/ zēni 13-15 gadi; sievietes 16-50 gadi; sievietes/ vīrieši 51-60 - 2 apli,

Vīrieši 16-50 gadi - 3 apli.

"**Pro grupa**" sievietes/ vīrieši – 7 apli (8.05 km)- drīkst startēt neatkarīgi no vecuma.

"**Gājēji/ nūjotāji**" - 3 apli.

Kontrollaiks- 90 minūtes.

Pasākuma apraksts:

Bērni līdz 8 g. grupa veic skrējienu marķētā aplī estrādes tiešā tuvumā. (Vecāki drīkst pavadīt.)

Citu grupu dalībnieki veic skrējienu/gājienu marķētā, iepriekš izskaidrotā 1.15 km aplī.

Maršruts plānots pa cietu segumu. Aplī ir 200 m posms ar nepārtrauktu 18 m kāpumu.

Sacensību uzsāk ar kopēju startu. Uz startu stājas līdz 45 cilvēku grupās. Interesentu skaitam pārsniedzot 45, var tikt organizēti papildus starti.

Startēšana un finišēšana notiek ar Vecbebru ciemata numurkrekliem. Pēc iespējas tiks izmēģināta SportIdent lietošana.

Dzirdināšana: trasē tiks nodrošināts viens dzirdināšanas punkts.

Apbalvošana- "Veselības", "Pro" un "Gājēju/ nūjotāju" grupās 1.-3. vietas ieguvējus apbalvo ar tematisku pasākuma medaļu (dalot pa dzimumiem).

Par savu veselību atbildīgs katrs dalībnieks pats. Par bērnu veselību atbildīgi to vecāki.

Aizkraukles sporta centrs-Bebru pagasta sporta organizators Artis Zvejnieks