

“FIZ-KUL-TŪRE”

Skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas seriāls Valmieras novadā | 2024 |

NOLIKUMS**1. VISPĀRĪGIE NOTEIKUMI:**

Šis nolikums nosaka kārtību kādā kārtībā Valmieras novada Sporta pārvalde organizē Valmieras novada skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas seriālu “Fiz-Kul-Tūre”.

2. MĒRĶIS UN UZDEVUMI:

Skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas seriāla Valmieras novada “Fiz-Kul-Tūre” rīkošanas mērķis ir:

- Popularizēt skriešanu, nūjošanu un velosportu, kā visiem pieejamus aktīvas atpūtas un veselību veicinošus sporta veidus Valmieras novadā;
- Popularizēt velosipēdu, kā videi un cilvēkam draudzīgu transportlīdzekli;
- Pilnvērtīgs gatavošanās process citiem nozīmīgiem skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas pasākumiem un sacensībām;
- Veicināt interesantu un veselīgu brīvā laika pavadīšanu bērniem, jauniešiem, pieaugušajiem un ģimenēm, dažādās sportošanai neierastās vietās Valmieras novadā;
- Papildināt un paplašināt sportiskās aktivitātes Valmieras novadā.

3. VADĪBA:

- Skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas seriālu “Fiz-Kul-Tūre” organizē Valmieras novada Sporta pārvalde;
- Atbildīgā persona: Valmieras novada Sporta pārvaldes vadītāja vietniece, sporta organizatore Elīna Karlivāne: +371 25971154, elina.karlivane@valmierasnovads.lv.

4. LAIKS UN VIETA:

Iepriekšēja reģistrācija aizpildot pieteikšanās anketu www.valmierasnovads.lv sadaļā “FizKulTūre”. Skriešanas un nūjošanas dalībniekiem posma norises vietā SPORTident Active Card (turpmāk- Idents) izsniegšana: 1. un 5. posmā no plkst.16.00 – 18.20; 2., 3. un 4. posmā brīvais starts no plkst.17.00 līdz plkst.19.00 dalībniekam vēlamā laikā (dalībnieki var izmantot personīgo SPORTident Active Card, kas jāpiereģistrē startā).

PAVASARA/VASARAS NORISES DATUMI UN VIETAS:

Posms	Norises datums	Distances		Norises vieta	
1. posms	1.maijs	LABDARĪBAS POSMS* Skriešana, nūjošana. Kopējs starts plkst.18.30	Velobraukšana individuāli izvēlēta vietā posma norises dienā. Rezultāti tiks fiksēti iepriekš reģistrējoties www.distantrace.com	Valmiera	Starta vieta Ziloņu iela pie mākslas objekta “Krodera ābele”
2. posms	15.maijs	Skriešana, nūjošana. Brīvais starts no plkst. 17.00-19.00		Ēvele	Ēveles muižas parks un klēts
3. posms	29.maijs	Skriešana, nūjošana. Brīvais starts no plkst. 17.00-19.00		Naukšēni	Naukšēnu muižas pils

4. posms	12.junijs	Skriešana, nūjošana. Brīvais starts no plkst. 17.00-19.00		Dikļi	Neikenkalns un dabas koncentzāle
5. posms	19.jūnijs	Skriešana, nūjošana. Kopējs starts plkst.18.30		Brenguļi	Kempings "Jaunarāji"- Brenguļi

* **LABDARĪBAS POSMĀ paredzēta dalības maksa.** Lai piedalītos 1.maija labdarības skrējienā aicinām dalībniekus aicinām iepriekš aizpildīt pieteikšanās anketu un iepriekš veikt ziedojumu šī gada izraudzītajai biedrībai "Sadzirdēt". Savukārt maksājumu uzdevumu par veikto ziedojumu būs jāuzrāda saņemot dalībnieku SPORTident Active Card 1.maijā starta norises vietā no plkst. 16.00.

Biedrības "Sadzirdēt" bankas konts
LV31HABA0551055962833

RUDENS/ZIEMAS NORISES DATUMI:

Posms	Norises datums	Norises vieta
1. posms	11.septembris	Konkrētas norises vietas Valmieras novada pilsētās tiks precizētas un publicētas pirms Rudens/Ziemas sezonas sākuma.
2. posms	25.septembris	
3. posms	9.oktobris	
4. posms	23.oktobris	
5. posms	6.novembris	

5. DALĪBNIEKI:

- Startē ikviens interesents atbilstoši savām spējām un fiziskajai sagatavotībai;
- Dalībnieki paši atbild par savu veselības stāvokli, par nepilngadīgo personu veselības stāvokli atbild viņu likumīgie pārstāvji;
- Apstiprinot bērna vai audzēkņa dalību sacensībās vecāki vai pārstāvji, atsakās no jebkādu pretenziju izvirzīšanas organizatoram vai citām pasākuma organizēšanā iesaistītām personām pēc iespējama nelaimes gadījuma vai materiālo zaudējumu rašanās un necinās par zaudējumu atgūšanu tiesas ceļā;
- Organizatori neatbild par sacensību laikā iegūtām traumām;
- Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka piekrīt sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju un videomateriālu izmantošanai sacensību organizatoru vajadzībām;

Velobraukšanas dalībnieki:

- Reģistrējās vietnē [www.distantrace.com](https://distantrace.com) (<https://distantrace.com/lv/pasakumi/>)
- Velobraukšanas dalībnieki posma norises dienā individuāli veic maršrutu sev izvēlētajā vietā Valmieras novadā un laika posmā no 00:01 – 23:59. Rezultāti tiks fiksēti [www.distantrace.com](https://distantrace.com)
- Velobraukšanā divriteņu izvēle ir brīva - braucēji var piedalīties individuāli ar jebkāda veida divriteņiem, izņemot divriteņus ar elektropiedziņu;
- Organizatori atgādina dalībniekiem, ka velobraukšanas laikā jāievēro ceļu satiksmes noteikumi, jālieto aizsargķiveri un jābūt uzmanīgiem par savu drošību.

6. PIETEIKŠANĀS:

Iepriekšēja pieteikšanās aizpildot reģistrēšanās anketu (saite atrodama mājas www.valmierasnovads.lv sadaļā "Fiz-Kul-Tūre") līdz katra posma iepriekšējās dienas plkst.12.00 vai sacensību norises dienā norises vietā no plkst. 16.00. Apmaksu par dalību iespējams veikt posma norises vietā.

7. DISTANCES, DALĪBNIEKU VECUMA GRUPAS, DALĪBAS MAKSA:
SKRIEŠANAS DISTANCE, DALĪBNIEKU VECUMA GRUPAS UN KONTROLLAIKS:

Dzimšanas gads	Grupa		Veicamās distances garums*	Kontrollaiks*	Dalības maksa 1 posmam
2017. gadā dzimušie/-ās un jaunāki/-as	S7	V7	1. posmā 1,07km un 5.posmā 1km 2; 3; 4; posmos 1-2km aplū formāta sacensības	1.un 5.posmā bez kontrollaika 2; 3; 4;. posmos līdz 30 min	BEZMAKSAS
2014. – 2016. gadā dzimušie/-ās	S10	V10	1. posmā 1,07km 2; 3; 4; posmos 1-2km aplū formāta sacensības. 5.posmā - 6km	1.un 5.posmā bez kontrollaika 2; 3; 4;. posmos līdz 30 min	BEZMAKSAS
2011. - 2013. gadā dzimušie/-ās	S13	V13			BEZMAKSAS
2007. - 2010. gadā dzimušie/-ās	S17	V17			BEZMAKSAS
1985. – 2006. gadā dzimušie/-ās	S	V	1.posmā -10,7km 2.;3.;4.posmos 1-2km aplū formāta sacensības. 5.posmā - 6km	1.un 5.posmā bez kontrollaika 2; 3; 4;. posmos līdz 60 min	3,00 EUR
1970. - 1984. gadā dzimušie/-ās	S40	V40			3,00 EUR
1969. - 1960. gadā dzimušie/-ās un vecāki/-as	S55	V55			3,00 EUR
1959. gadā dzimušie/-ās un vecāki/-as	S65	V65			2,00 EUR

*

NŪJOŠANAS DISTANCE, DALĪBNIEKU VECUMA GRUPAS UN KONTROLLAIKS:

Dzimšanas gads	Grupa		Veicamās distances garums	Kontrollaiks	Dalības maksa 1 posmam
Līdz 1960.gadā dzimušie/ās	S	V	1.posmā -10,7km (2apļos) 2.;3.;4. - posmos aplū formāta sacensības 1-2km. 5.posmā - 6km	1.un 5.posmā bez kontrollaika 2; 3; 4;. posmos līdz 60 min	3,00 EUR
1959. gadā dzimušie/-ās un vecāki/-as	SV	VV	1.posmā - 5 km (1aplis) 2.;3.;4. - posmos aplū formāta sacensības 1-2km. 5.posmā - 6km	1.un 5.posmā bez kontrollaika 2; 3; 4;. posmos līdz 60 min	2,00 EUR

VELOBRAUKŠANAS DISTANCE UN DALĪBNIEKU GRUPAS:

Dzimšanas gads	Grupa		Distance	Dalības maksa posmam 1
2007. gadā dzimušie/-ās un jaunāki/-as	S17	V17	10km	BEZMAKSAS
1990. – 2006.gadā dzimušie/-ās	S	V	20km	3,00 EUR
1975. - 1989. gadā dzimušie/-ās	S35	V35	20km	3,00 EUR
1974. – 1960.gadā dzimušie/-ās un vecāki/-as	S50	V50	20km	3,00 EUR
1959. gadā dzimušie/-ās un vecāki/-as	S65	V65	20km	2,00 EUR

*Jebkuram velobraukšanas dalībniekiem iespēja bezmaksas reģistrēties www.distantrace.com un piedalīties šajās attālinātās sacensībās. Taču, ja dalībnieks vēlās sacensties par vietu kopvērtējumā, piedalīties apbalvošanā un balvu izlozē, dalībniekam jāveic dalības maksa. Apmaksu par dalību iepriekš iespējams veikt Valmieras novada pašvaldībā, Lāčplēša ielā 2 vai posmu norises vietās.

SKRIEŠANA, NŪJOŠANA

- Distance marķēta ar norādēm, brīdinājuma zīmēm un pamanāmiem elementiem;
- Skriešana un nūjošana norisināsies gan pilsētas, apdzīvotas vietas vidē, gan meža takās un pļavās ar dabīgiem šķēršļiem un dažādiem reljefiem;
- Visu vecuma grupu dalībnieki atkarībā no konkrētā posma - skrien, nūjo, iet pa vienu vai dažādām distancēm noteiktā laika limita ietvaros vai veic distanci ar kopēju startu bez noteikta laika limita;
- Apļu formāta posmos ar laika limitu, dalībnieks pats seko pavadītajam laikam distancē uz pulksteņa starta vietā;
- Apļu formāta posmos tiek fiksēti pilnie veiktie apļi dalībnieku grupas noteiktajā laika limitā. Ierobežots ir maksimālais laika limits, t.i. var skriet īsāku laika posmu nekā noteikts konkrētajai vecuma grupai, bet pārsniedzot noteikto maksimālo laika limitu - tas netiek ņemts vērā;
- Apļu laika kontroles un konkrētas distances laika uzskaitē tiks izmantota bezkontakta SPORTident laika/apļu uzskaites sistēma. Distances laika atskaite tiek uzsākta, šķērsojot STARTA līniju. Apļa laiks un to skaits tiek uzskaitīts automātiski, šķērsojot līniju ar atzīmi NĀKAMAIS APLIS. Finišējot pēdējā apļa laiks un apļu skaits tiek uzskaitīts automātiski, šķērsojot līniju ar atzīmi FINIŠS. Konkrētas distances kopējais pavadītais laiks tiek fiksēts šķērsojot līniju ar atzīmi FINIŠS.

VELOBRAUKŠANA

- Velobraukšanas dalībnieki posma norises dienā individuāli veic maršrutu sev izvēlētajā vietā un laika posmā no 00:01 – 23:59. Rezultāti tiks fiksēti iepriekš reģistrējoties www.distantrace.com
- Velobraukšanai var izvēlēties maršrutu sev vēlamā vietā Valmieras novada pilsētās, apdzīvotas vietas, gan pa grants, meža takām un dažādiem reljefiem.
- Katras grupas dalībnieki brauc vecuma grupai atbilstošu distanci. Dalībnieks pats seko pavadītajam laikam distancē.
- Tiek fiksēti nobrauktie kilometri atbilstoši vecuma grupai.

8. SACENSĪBU NORISE:

- Skriešanas, nūjošanas dalībniekiem: apļu laika kontroles un konkrētas distances laika uzskaitē tiks izmantota bezkontakta SPORTident laika/apļu uzskaites sistēma;
- SPORTidents jāpiestiprina uz rokas (attēls Nr.1);
- Distances laika atskaite tiek uzsākta, šķērsojot STARTA līniju;
- Apļa laiks un to skaits tiek uzskaitīts automātiski, šķērsojot līniju ar atzīmi NĀKAMAIS APLIS;
- Finišējot pēdējā apļa laiks, apļu skaits tiek uzskaitīts automātiski un konkrētās distances laika tiek uzskaitīts, šķērsojot līniju ar atzīmi FINIŠS;
- Pēc finiša, ieteicams nekavējoties doties uz sacensību sekretariātu, Identā informācijas nolasīšanai;
- Organizatoru Idents jānodod sekretariātā.

*Attēls Nr.1***9. VĒRTĒŠANA****Seriāla kopvērtējums SKRIEŠANA, NŪJOŠANA:**

- Posma uzvarētāja noteikšanai tiek ņemti vērā sekojoši nosacījumi (prioritārā secībā):
 - lielākais veiktais apļu skaits;
 - pie vienāda veikto apļu skaita tiek vērtēts ātrākais pavadītais laiks;
 - Veicot konkrētu distanci tiek vērtēts ātrākais pavadītais laiks.
- Dalībnieks par posmā iegūto vietu saņem punktus (1.v. – 1000 p., 2.v. – 900 p., 3.v. – 800 p., 4.v. – 770 p., 5.v. – 740., 6.v. - 710 p., 7.v – 680 p., 8.v – 650 p., 9.v. – 620 p, 10.v. – 590, 11.v – 560, 12.v – 530, ..., pārējie finišējušie dalībnieki saņem par 10 punktiem mazāk kā iepriekšējais dalībnieks (piem., 13.v – 520, 14.v – 510, ..);
- Lai ieņemtu vietu kopvērtējumā dalībniekam jāpiedalās vismaz 3 posmos, dalībniekiem, kuri pretendē uz godalgotu vietu kopvērtējumā, jāpiedalās seriāla noslēdzošajā posmā;
- Kopvērtējumā tiek iekļauta dalībnieka 3 (trīs) labāko posmu punktu summa. Augstāku vietu izcīna dalībnieks, kurš 3 (trīs) labākajos posmos ieguvis visaugstākos punktus. Vienāda punktu skaita gadījumā augstāku vietu nosaka pēdējās posma rezultāts.

Seriāla kopvērtējums VELOBRAUKŠANAI:

- Posma uzvarētāja noteikšanai tiek ņemti vērā sekojoši nosacījumi:
 - ātrākais pavadītais laiks vecuma grupai atbilstošās distances veikšanā.
- Dalībnieks par posmā iegūto vietu saņem punktus (1.v. – 1000 p., 2.v. – 900 p., 3.v. – 800 p., 4.v. – 770 p., 5.v. – 740., 6.v. - 710 p., 7.v – 680 p., 8.v – 650 p., 9.v. – 620 p, 10.v. – 590, 11.v – 560, 12.v – 530, ..., pārējie finišējušie dalībnieki saņem par 10 punktiem mazāk kā iepriekšējais dalībnieks (piem., 13.v – 520, 14.v – 510, ..);
- Lai ieņemtu vietu kopvērtējumā dalībniekam jāpiedalās 3 posmos, dalībniekiem, kuri pretendē uz godalgotu vietu kopvērtējumā, jāveic velobrauciens sezonas noslēdzošā posma dienā un jāierodās uz pavasara/vasaras sezonas apbalvošanu 19.jūnijā un rudens/ziemas sezonas noslēgumu 6.oktobrī (informācija tiks precizēta);

- Kopvērtējumā tiek iekļauta dalībnieka 3 (trīs) posmu punktu summa. Augstāku vietu izcīna dalībnieks, kurš 3 (trīs) posmos ieguvis visaugstākos punktus. Vienāda punktu skaita gadījumā augstāku vietu nosaka pēdējās posma rezultāts.

10. APBALVOŠANA:

- Visi rezultāti un foto/videofiksācijas tiks publicēti www.valmierasnovads.lv;
- Seriāla Pavasara/Vasaras sezonas un Rudens/Ziemas sezonas 1.- 3. vietas ieguvēji vecuma grupās atbilstoši nolikumam sieviešu un vīriešu konkurencē tiks apbalvoti ar piemiņas balvām;
- Dalībniekiem, kuri piedalīsies vismaz trīs posmos pavasara/vasaras sezonā (trīs no pieciem skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas distances posmos) būs iespējams iegūt **Sporta apavus no MySport 150EUR vērtībā**. Kopvērtējuma apbalvošana un sporta apavu uzvarētāja noteikšana notiks noslēguma posmā, Brenguļos, 19.jūnijā. Informācija tiks precizēta;
- Dalībniekiem, kuri piedalīsies vismaz trīs posmos rudens/ziemas sezonā (trīs no pieciem skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas distances posmiem) būs iespējams iegūt **Sporta apavus no MySport 150EUR vērtībā**. Kopvērtējuma apbalvošana un uzvarētāja noteikšana notiks noslēguma posmā, 6.novembrī. Informācija tiks precizēta;
- Dalībniekiem, kuri piedalīsies visos 2024. gada “Fiz-Kul-Tūre” posmos gan pavasara/vasaras sezonā (skriešanas, nūjošanas vai velobraukšanas distances posmos), gan rudens/ziemas sezonas (skriešanas, nūjošanas, velobraukšanas distances posmos), kopā 10 posmos, tiks apbalvoti ar piemiņas suvenīriem un būs iespējams iegūt **atpūtu brīvdienā mājā “Pļavas vidū”** (www.plavasvidu.lv). Uzvarētāja noteikšana notiks 2024. gada noslēguma posmā, 6.novembrī. Informācija tiks precizēta.
- “FizKulTūre normatīvu” uzvarētāji sieviešu un vīriešu konkurencē iegūs 3 mēnešu **abonementu Spēka zonā**. Uzvarētāja noteikšana notiks 2024. gada rudens/ziemas noslēguma posmā, 19.jūnijā un rudens/ziemas sezonas noslēguma posmā 6.novembrī. Informācija tiks precizēta.

11. ĪPAŠIE NOTEIKUMI:

- Organizatora Identa nozaudēšanas vai nenodošanas gadījumā sods jauna Identa iegādes cena (65,- Euro);
- Ja dalībnieks kaut vienā aplī saīsinās distanci, viņa rezultāts tiks anulēts;
- Sacensību laikā uzņemtās fotogrāfijas sacensību organizatori drīkst izmantot pašreklāmas materiālos bez saskaņošanas ar tajās redzamajiem cilvēkiem;
- Sacensību organizatori ir tiesīgi veikt izmaiņas un papildinājumus nolikumā, informējot par to www.valmierasnovads.lv;
- Atkārtoti šķērsojot finiša līniju, dalībnieks saņem pēdējo šķērsošanas laiku un vietu rezultātos.

12. PERSONAS DATU AIZSARDZĪBA:

- Piesakoties sacensībām, dalībnieks piekrīt savas personas datu apstrādei sacensību organizēšanas vajadzībām. Sacensību rezultātu objektīvai nodrošināšanai ir nepieciešams norādīt dalībnieka vārdu, uzvārdu, dzimumu, dzimšanas datus un izvēlēto distanci. Citi dati iesniedzami brīvas izvēles kārtībā.
- Publiski redzamajā starta sarakstā un rezultātos ir redzams dalībnieka vārds, uzvārds, dzimšanas gads, dalībnieka grupa, starta numurs, komanda. Ja dalībnieks nevēlas tikt uzrādīts publiski redzamajos sarakstos, viņam par to jāinformē sacensību organizators uz e-pastu: elina.karlivane@valmierasnovads.lv. Šajā gadījumā publiski redzamajos sarakstos dalībnieks tiks norādīts kā “Anonīms”. Anonīms dalībnieks nevar pretendēt un atsakās no jebkādam balvām, kas tiek pasniegtas sacensību dalībniekiem.
- Jebkurā brīdī sacensību dalībniekam ir iespēja pieprasīt dzēst vai veikt labojumus savas personas datus.
- Sacensību dalībnieki, piesakoties sacensībām, piekrīt sacensību laikā uzņemto foto un videomateriālu izmantošanai sacensību organizatora vajadzībām.