

Lauku sacensību 1.posms
Elejas pagasta 2026.gada sporta svētku
staigāšanas, nūjošanas un skriešanas sacensību “Rīta tēja Elejā” nolikums

1. MĒRĶIS UN UZDEVUMI

1.1. Iedrošināt jebkuru iedzīvotāju savu sportisko spēju apzināšanai un izpratnes veidošanā par tautas sporta iespēju pieejamību, rosināt ģimeņu kā vienotas komandas iesaisti kopīgās aktivitātēs, veidojot un dažādojot aktīva dzīvesveida ieradumus, tādējādi uzlabojot dzīves kvalitāti un nostiprinot tautas sporta tradīcijas gan ģimenē, gan kopienā.

1.2. Popularizēt Elejas pagastu kā tautas sporta sacensību tūrisma galamērķi, veicināt dalību Elejas pagasta sporta un veselības veicinošās aktivitātēs, rosināt sporta svētku dalībnieku interesi iepazīt arī pagasta vēsturi, kultūrvidi un piedāvātos pakalpojumus.

1.3. Popularizēt aktīvu staigāšanu, nūjošanu un skriešanu gan kā vispārpieejamu veselības aktivitāti un sporta disciplīnu, veicināt šo aktivitāšu atpazīstamību un iedzīvināšanu laukos.

1.4. Pievērst Latvijas vadošo institūciju un amatpersonu uzmanību infrastruktūrai, lai veicinātu bērnu, jauniešu un vecāka gadagājuma iedzīvotāju staigāšanas, nūjošanas un skriešanas aktivitāšu īstenošanai laukos.

2. LAIKS, VIETA, DISTANCE

2.1. Sacensības notiek 2026.gada 11.jūlijā, Elejā. Ceļa segums – asfalts un grants.

2.2. Sacensību starta un finiša vieta: **Elejas vidusskolas stadions, Meža prospekts 5, Eleja**

2.3. Sacensībām paredzētas šādas distances:

2.3.1. Sporta svētku **iesildīšanās distance** (un arī **Ģimenes distance**) – 2 km. Laika limits – 25min.

2.3.2. **Mazā tautas distance** – 5 km (viens aplis). Laika limits 1h 30 min.

2.3.3. **Aktīvā fitnesa distance** – 10 km (divi apli). Laika limits 2h 30 min.

2.3.4. **Nūjošanas pusmaratons** = 20 km (četri apli) . Laika limits 3 h 30 min.

3. DALĪBNIEKI

3.1. Ikviens veselīga un aktīva dzīvesveida cienītājs, kas apzinās savas spējas veikt izvēlēto distanci.

3.2. Sacensību trasē patstāvīgi bez vecākiem var doties bērni sākot no 10 gadu vecuma.

3.3. Dalībnieki - nūjotāji startē tikai ar nūjošanai paredzētām nūjām. Nūjot var gan ar asfalta segumam paredzētiem uzgaļiem, gan bez tiem.

3.4. **Ģimenes distanci veic staigājot** ģimene – viens vai divi vecāki **kopā** ar vienu vai vairākiem bērniem līdz 7 gadu vecumam vai **jebkurš sporta svētku dalībnieks**.

3.5. Lai saglabātu sportisko konkurenci un sacensību garu, **balvas par godalgotajām vietām tiek piešķirtas tikai tad, ja uz starta iziet vismaz 3 dalībnieki**. Ja konkurence ir mazāka, dalībnieki netiek šķiroti vietās, bet gan saņem īpašas organizatoru veicināšanas balvas vai piemiņas veltes par dalību un sportisko uzdrīkstēšanos, kā arī iegūst novērtējuma punktus kopvērtējumam.

4. VECUMA GRUPAS UN STARTA LAIKS

4.1. Nūjotāji: Dalībnieki dalījumā pēc distancēm (**5, 10, 20 km**), bez dalījuma vecuma vai dzimuma grupās.

4.2. Staigātāji:

4.2.1. Ģimenes ar bērniem līdz 7 gadu vecumam (tikai **2km distance**) - viens vai divi vecāki **kopā** ar vienu vai vairākiem bērniem līdz 7 gadu vecumam.

4.2.2. Dalībnieki dalījumā pēc distancēm (**5, 10 km**), bez dalījuma vecuma vai dzimuma grupās.

4.3. Skrējēji: Dalībnieki dalījumā pēc distancēm (**5, 10 km**), bez dalījuma vecuma vai dzimuma grupās.

4.4. Sacensību dalībnieki startē dalījumā pēc distancēm un virzās pa noteiktām norādēm uz ceļa uz finišu, kas garāko distanču veicējiem ir arī katra veiktā apļa kontrolpunkts.

4.4.1. Starts 20 km distancei - **plkst. 10.30**;

4.4.2. Starts 5 un 10 km distancei - **plkst. 11.20** (~10min pēc atklāšanas ceremonijas sākuma);

4.4.3. Starta Ģimenes distancē (arī dalībnieku iesildīšanās distancē) – uzreiz pēc tam, kad ir startējuši dalībnieki 5 un 10 km distancē.

4.5. Pirmie startē skrējēji, tad nūjotāji, pēc tiem staigātāji.

5. ĒRTĪBAS UN LAIKA KONTROLE

5.1. Dalībnieku **reģistrācija** tiek veikta elektroniski sākot no 2026.gada 1.jūnija līdz 2026.gada 10.jūlija plkst.17.00

5.2. Dalībnieki var reģistrēties 2km, 5km **un 10.km** distancēm arī sacensību norises dienā – **2026.gada 11.jūlijā no plkst. 10.30 līdz 11.00**, bet **20 km nūjošanas distancē sacensību dienā no plkst. 10.00 līdz 10.15.**

5.3. Katram reģistrētajam dalībniekam tiek izsniegts numurs un laiks tiks fiksēts ar elektroniskās laika kontroles sistēmas palīdzību.

5.4. **Ģimenes distancē** ģimene (viens vai divi vecāki **kopā** ar vienu vai vairākiem bērniem līdz 7 gadu vecumam) startē un finišē kopā. **Ģimenes laiks** tiks fiksēts pēc pēdējā ģimenes dalībnieka distancē.

5.5. Ūdens ņemšanas punkts tiks izvietots startā/finišā.

6. ORGANIZATORI

6.1. Sacensības organizē biedrība “Iepazīsti laukus” ar Jelgavas novada Sporta pārvaldes atbalstu.

6.2. Sacensību organizators var veikt izmaiņas nolikumā, kā arī sacensību vietas un laika izvēlē.

7. DROŠĪBA

7.1. Dalībnieks, reģistrējoties un saņemot sacensību numuru, apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbilstību distances veikšanai, kā arī ievēro sacensību noteikumus un nolikumu.

7.2. Sacensību organizatori rekomendē konsultēties ar ģimenes ārstu ikvienu dalībnieku, kas nejūtas pārliecināts par savu veselības stāvokli, lai veiktu izvēlēto aktivitāti distancē.

7.3. Sacensību organizatori nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām vai veselības traucējumiem sacensību laikā.

7.4. Sacensību dalībniekus sacensību laikā trasē aizliegts pavadīt ar velosipēdiem vai skrituļslidām.

7.5. Sacensību dalībniekiem trasē **startēt kopā ar suņiem ir aizliegts**. Pasākuma teritorijā līdzjutēju un dalībnieku suņiem obligāti jābūt pavadā un ar uzpurni. Ja šie noteikumi netiek ievēroti, tiesniešiem ir tiesības aizliegt dalībniekiem un to līdzjutējiem turpināt dalību pasākumā.

7.6. Sacensībās dalībniekiem ir jāievēro spēkā esošie ceļa satiksmes noteikumi.

8. NUMURU SAŅEMŠANA

8.1. Starta numuri dalībniekiem tiek piešķirti reģistrācijas kārtībā.

8.2. Numurus dalībnieki varēs saņemt sacensību dienā **no plkst. 10:00 līdz 11.00.**

8.3. Numura saņemšanai nav iespējams pilnvarot citu personu, kā arī numuru nav tiesības nodot citai personai.

9. NUMURA PIESTIPRINĀŠANAS LIETOŠANAS NOTEIKUMI

9.1. Dalībnieka numurs jāpiestiprina dalībniekam priekšpusē redzamā vietā.

9.2. Dalībnieki starta koridorus ieņem individuāli. **Pirmie startē** tie, kas pieteikušies skriešanas aktivitātēm, pēc tiem nūjotāji un pēc viņiem staigātāji.

9.3. Distances laikā jāievēro norādītais maršruts un distances koridors.

9.4. Pēc finiša numurus dalībnieki saglabā piemiņai.

10. REZULTĀTU APKOPOŠANA UN PUBLICĒŠANA

10.1. Sacensību rezultāti tiek apkopoti, vietas piešķirot pēc distancē pavadītā laika, laika skaitīšanu sākot no galvenā tiesneša dotā starta signāla brīža līdz finiša līnijas šķērsošanas brīdim.

10.2. Sacensību organizatori patur tiesības publicēt sacensību rezultātus drukātā veidā.

10.3. Piesakoties sacensībām, visi dalībnieki apliecina, ka neiebilst sacensību laikā uzņemto fotogrāfiju izmantošanai biedrības “Iepazīsti laukus” reklāmas aktivitātēm.

11. APBALVOŠANA

11.1. Apbalvošanas pasākums notiks sacensību dienā.

11.2. Apbalvojumu saņem **trīs ātrākie dalībnieki** (1., 2., 3. vieta) šādās grupās:

- **Skrējēji:** 5 km un 10 km distancēs.
- **Nūjotāji:** 5 km, 10 km un 20 km distancēs.
- **Staigātāji:** 5 km un 10 km distancēs.
- **Īpašā nominācija:** Ātrākā ģimene (2 km Ģimenes distancē).

11.3. Organizatori un pasākuma sponsori var apbalvot dalībniekus arī citās nominācijās (piemēram, "**Labākais jauniešs/jauniete līdz 18 gadu vecumam**"), ja reģistrējas pietiekams dalībnieku skaits), kā arī mainīt apbalvošanas nosacījumus.

12. PASĀKUMA FINANŠU ATBALSTS

12.1. Jelgavas novada pašvaldības atbalsts;

12.2. Dāvinājumi biedrības labdarības, sporta un veselības veicināšanas aktivitātēm.

Biedrība "Iepazīsti laukus" valde

2026.gada 30.maijā