

## VENTSPILS ZIEMAS SACENSĪBAS VIEGLATLĒTIKĀ SENIORIEM

### VIETA UN LAIKS.

Sacensības notiks Olimpiskā centra "Ventspils" vieglatlētikas manēžā, Sporta ielā 7/9.  
2023.gada 5.februārī, sacensību sākums plkst.12:00

### SACENSĪBU PROGRAMMA.

**Sievietēm** – 60m, 200m, 800m skrējieni, tāllēkšana, augstlēkšana, trīssoļlēkšana, 3 km soļošana, lodes grūšana (2 kg, 3 kg, 4 kg) (lēkšanas disciplīnās un lodes grūšanā četri mēģinājumi bez fināla);

**Vīriešiem** – 60m, 200m, 1500m skrējieni, tāllēkšana, augstlēkšana, trīssoļlēkšana, 3 km soļošana, lodes grūšana(3 kg, 4 kg, 5 kg, 6 kg, 7kg) (lēkšanas disciplīnās un lodes grūšanā četri mēģinājumi bez fināla).

### SACENSĪBU DALĪBNIKI.

1. Sacensībās piedalās sievietes un vīrieši kuri sasnieguši 30 gadu vecumu uz 2023.gada 5.februāri.
2. Sacensībās startē:
  - 2.1. Dāmas I grupa (30 gadi līdz 59 gadi);
  - 2.2. Dāmas II grupa (60 gadi un vecāki);
  - 2.3. Kungi I grupa (30 gadi līdz 59 gadi);
  - 2.4. Kungi II grupa (60 gadi un vecāki).
3. Dalībnieki sacensību reģistrācijā ar parakstu apliecina, ka personīgi atbild par savu veselības stāvokli un tā atbilstību izvēlētai fiziskai slodzei.
4. Sacensībās ir nodrošināta pirmā medicīniskā palīdzība.
5. Katram dalībniekam atļauts startēt ne vairāk kā 3 disciplīnās.

### SACENSĪBU VĒRTĒŠANA UN APBALVOŠANA

1. Sacensības ir individuālas, divās vecuma grupās.
2. Katrā vieglatlētikas disciplīnā I un II vecuma grupā dāmām un kungiem uzvarētājus nosaka pēc vecuma koeficientu tabulām;
3. 1.vietu ieguvēji pēc koeficientu sistēmas abās grupās tiek apbalvoti ar diplomu, medaļu un piemiņas balvu, bet 2. – 3.vietu ieguvēji ar diplomu un medaļu.
4. Labāko rezultātu uzrādītājiem paredzētas individuālas balvas.
5. Sacensību rezultāti skatāmi LVVA (Latvijas Viegatlētikas veterānu asociācijas) mājas lapā
6. Šo sacensību rezultāti LVVA (Latvijas Viegatlētikas veterānu asociācijas) biedriem tiek iekļauti konkursa „LVVA 2023.gada labākais vieglatlēts” vērtējumā.

### DALĪBNIĒKU UZŅEMŠANA, PIETEIKUMI UN DALĪBAS MAKSA

1. Izdevumi, kas saistīti ar ierašanos sacensību vietā un piedalīšanos tajās uz pašu dalībnieku rēķina.
2. Dalībnieku iepriekšējie pieteikumi, norādot disciplīnas kurās startēs, [www.lvva.lv](http://www.lvva.lv) mājas lapā online reģistrācijā līdz 2023.gada 4.februāra plkst. 12:00.
3. Dalības maksa sacensībās EUR 10,00 no dalībnieka. Iepriekšējais pieteikums tiek uzskatīts kā garantija dalības maksai sacensību dienā.
4. Dalībnieki, kuri sacensībām piesakās sacensību dienā, dalības maksa EUR 15,00. Pieteikšanās no plkst. 11:00.
5. No dalības maksas atbrīvoti Ventspils valstspilsētas sportisti.

# VENTSPILS ZIEMAS SACENSĪBAS VIEGLATLĒTIKĀ SENIORIEM

Ventspilī, 2023.gada 5.februārī

## SACENSĪBU PROGRAMMA PROJEKTS

Sacensību programma visām vecuma grupām:

### SIEVIETES

12:00	Sacensību atklāšana
12:15	60m (sākot ar vecāko gadu)
12:15	Augstlēcšana (visas grupas)
13:25	800m
13:30	Trīssollēcšana
14:00	200m (sākot ar vecāko gadu)
14:40	Tāllēcšana
14:35	3km soļošana
15:30	Lodes grūšana

### VĪRIEŠI

12:15	Tāllēcšana (30-40-50 g.v.)
12:45	60m (sākot ar vecāko gadu)
13:00	Tāllēcšana (60 g. un vecāki)
13:35	1500m
13:35	Augstlēcšana
14:20	200m (sākot ar vecāko gadu)
14:00	Trīssollēcšana
15:00	3km soļošana
16:10	Lodes grūšana

Atkarībā no pieteikušos dalībnieku skaita sacensību programmas laikos var tikt izdarītas korekcijas, par ko tiks sniegta papildus informācija.