**APSTIPRINU:**

RNP Nautrēnu apvienības pārvaldes vadītāja

L. Plavinska

 NAUTRĒNU APVIENĪBAS PAGASTU VALSTS SVĒTKU SKRĒJIENA

**“ROGOVKA 2023”**

**NOLIKUMS**

**MĒRĶIS**

Kopīgā, sportiskā sajūtā atzīmēt Valsts svētkus.

Popularizēt aktīvu sporta dzīvesveidu.

**UZDEVUMI**

1. Veicināt aktīvu dzīvesveidu, iesaistot pasākuma dalībniekus skriešanas sacensībās, kas sekmē atjautīgumu, izveicību, spēku, ātrumu, dzīvesveida maiņu un nepieciešamību pēc fiziskām aktivitātēm sacensību dalībniekiem ikdienā.

2. Iesaistīt Rēzeknes novada iedzīvotājus, tuvākās un tālākās apkārtnes izturīgākos garo distanču skrējējus, entuziastus, iesācējus, bērnus, skriešanas pasākumā.

**ORGANIZATORI**

Pasākumu organizē Nautrēnu apvienības pagastu sporta speciālisti un kultūras pasākumu organizatori.

**VIETA UN LAIKS**

Pasākums notiks Rēzeknes novada Nautrēnu pagasta teritorijā **2023. gada 11. novembrī plkst. 10.00** (Starts sacensību dalībniekiem plkst.10.20) pie Nautrēnu sporta halles – KN.

**DALĪBNIEKI.**

 Pasākumā piedalās Rēzeknes novada pagastu apvienību iedzīvotāji atbilstoši vecumam.

Stafetes komanda tiek pārstāvēta ar 4 dalībniekiem, kuru sastāvā vismaz 2 sievietes (distance tiek dalīta posmos: 300m+300m+600m+600m).

**SVARĪGI**

**Jebkuram pasākuma dalībniekam, piedaloties pasākumā :**

* **jāreģistrējas pasākuma dalībnieku reģistrācijas lapā konkrētajā distancē** *(pasākuma norises dienā no plkst. 9.30 Nautrēnu sporta hallē – KN)*

**PASĀKUMA PROGRAMMA**

|  |  |
| --- | --- |
| **Plkst. 9.30** | **Dalībnieku reģistrācija** |
| **Plkst. 10.10** | **Pasākuma atklāšana***Rēzeknes novada pašvaldības pārstāvju, pasākuma vadītāju uzruna* |
| **Starts plkst. 10.20** | **Starts 5 km distance** |
|  |  |
| **Starts plkst. 10.25** | **Starts 2 km distance**  |
|  | **Nūjotājiem (2 km)** |
| **Starts plkst. 11.00****Starts plkst. 11.10****Starts plkst. 11.20**  | **Starts - bērnu distance (6 g un jaunāki)****Starts – bērnu distance (7-9.g.v.)****Komandu stafetes skrējiens ( 2+2 dalībnieki)** |
|  **Plkst. 11.40** | **Uzvarētāju apbalvošana, pasākuma noslēgums.** |
|  |  |

**GRUPAS**

**VĪRIEŠI UN SIEVIETES - 5 km distancē:**

**BĒRNU SKRĒJIENS (Zēni un meitenes)**

 Līdz 6 g.v.

7-9 g.v.

**Vīrieši un sievietes - 2 km:**

**NŪJOŠANAS DISTANCE**

Bez vecuma un dzimuma ierobežojuma.

**REZULTĀTU APKOPOŠANA UN UZVARĒTĀJU NOTEIKŠANA**

Ātrākie skrējēji savās vecuma grupās tiks apbalvoti ar pasākuma specbalvām.

Sacensību katrs dalībnieks saņem piemiņas balvu par piedalīšanos sacensībās.

**DALĪBAS MAKSA**

**Dalība pasākumā – jebkuram interesentam bez maksas.**

**DAŽĀDI**

Skrējiena trase būs marķēta, ar trases shēmu varēs iepazīties starta vietā, līdz starta vietai būs norādes. Pasākumā būs pieejams bezmaksas dzeramais ūdens, silta tēja, uzkodas. Tiks nodrošināta medicīnas personāla klātbūtne pasākuma laikā. Pasākuma organizatori ir tiesīgi mainīt sacensību starta laikus, atkarībā no startējošo dalībnieku skaita.

Galvenais tiesnesis – Zaiga Mihailova tel. nr. 29151650

**KATRS SACENSĪBU DALĪBNIEKS IZVĒRTĒ UN ATBILD PAR SAVU VESELĪBAS STĀVOKLI UN FIZISKO SAGATAVOTĪBU!**