

2023.gads. 12.janvāris.

## Latvijas Alpīnistu un ceļotāju asociācijas atklātās sacensības kāpšanā „ Individuāli ”

### N O L I K U M S

#### I. Mērķis un uzdevumi

1. Popularizēt kāpšanu kā sporta veidu un aktīvās atpūtas sastāvdaļu.
2. Veicināt kāpšanas tehnikas elementu pielietošanu un pilnveidot kvalifikāciju.
3. Sagatavoties kalnu maršrutu veikšanai.

#### II. Laiks un vieta

4. Atklātās individuālās sacensības ātruma, grūtās un tradicionālās kāpšanas veidos (turpmāk - sacensības) notiek 2023.gada 26.februārī. Aglonas ielā 39, Rīgā.  
Sacensību nolikums un informācija par sacensībām tiek publicēta interneta vietnēs <http://www.laca.lv> un [www.climbing.lv](http://www.climbing.lv).

#### III. Organizatori

5. Sacensības organizē Latvijas Alpīnistu un ceļotāju asociāciju (LACA) sadarbībā ar Bērnu un jauniešu centru “Daugmale” (tālāk BJC), Latvijas augstkalnu klubu (LAK), Latvijas Alpīnistu Savienība (LAS). Par sacensībām atbildīgā un galvenā tiesnese – Linda Ansonē, tālr. 26729913. Distanču priekšiece Linda Ansonē. Galvenā sekretāre Gundega Skagale.

#### IV. Dalībnieki

6. Sacensībās piedalās LACA, BJC “Daugmale, LAK un citu interesentu (turpmāk - dalībnieki) vīriešu, sievietes šādās vecuma grupās:

Vīrieši:

- 1.grupa - 1978.g.dz.-1969.g.dz.
- 2.grupa.-1968.g.dz.-1959.g.dz.
- 3.grupa – 1958.g.dz. un vecāki.

Sievietes:

- 4.grupa - 1983.g.dz.- 1974.g.dz.
- 5.grupa.-1973.g.dz.-1964.gdz.
- 6.grupa - 1963.g.dz.un vecākas.

Dalības maksa 5 euro iemaksājama LAK kontā.

#### V. Sacensību programma

7. Sacensības visām grupām notiek 2023.gada 26.februārī.
  - 7.1. no plkst.10.00 - 10.30 - pieteikumu iesniegšana;
  - 7.2. plkst.10.30 - izloze, konsultācijas, iepazīstināšana ar vīriešu distancēm, iepazīstināšana ar sievietes distancēm.
  - 7.3. plkst. 11.00 – starts sievietēm atbilstošā secībā no 1.-3.grupai.

Pēc tam startē vīrieši. Dalībnieku starta secība tiek noteikta izlozes veidā.

- 7.4. Galvenais tiesnesis var veikt izmaiņas reglamentā.
- 7.5. Apbalvošana 30 min pēc pēdējā dalībnieka finiša;

8. Sacensības notiek uz kāpšanas sienas un sporta zāles konstrukcijām, kuras augstums ir 7,8 m, platums - 18m.
9. Dalībnieki startē trijās distancēs. Visās distancēs tiesneši drošina 2., 3., 5. un 6. grupas dalībniekus ar augšējo drošināšanu, izņemot 1. un 4. grupas dalībniekus grūtajā kāpšanā ar apakšējo drošināšanu. Dalībniekam jāveic 3 distances pa noteiktu maršrutu - ātrumpāpšanas, grūtās kāpšanas un tradicionālas kāpšanas distance.
10. Par nepareizi izpildītiem elementiem dalībnieki saņem soda punktus.
11. Sacensības notiek saskaņā ar Latvijas Alpīnistu savienības 06.07.2021. noteikumiem Nr. 1 "Alpīnisma tehnikas sacensību noteikumi", pieejami LAS mājas lapā.

#### **VI. Vērtēšana**

12. Rezultātus vērtē atsevišķi vīriešu un sievietes distancēs.
13. Rezultātus nosaka, summējot vietu summu katrā distancē. Uzvar tas, kuram ir vismazāk punktu.
14. Vienāda rezultāta gadījumā dalībnieki veic fināla distanci, lai noteiktu uzvarētāju.

#### **VII. Apbalvošana**

15. Pirmo trīs vietu ieguvējus katrā grupā apbalvo ar diplomiem, medaļām un balvām.

#### **VIII. Pieteikšanās**

16. Iepriekšējie pieteikumi jāiesūta līdz 2023.gada 23.februārim. (ieskaitot) uz e-pastu: [lindatrenere@gmail.com](mailto:lindatrenere@gmail.com)
17. Rakstiski pieteikumi iesniedzami sacensību vietā 2023.gada 26. februārī. Pieteikuma forma pielikumā.

#### **IX. Papildus informācija**

18. Katrs sacensību dalībnieks ir personīgi atbildīgs par sava veselības stāvokļa atbilstību sacensībām.
19. Sacensību laikā būs nodrošināta neatliekamās medicīniskās palīdzības sniegšana.
20. Dalībnieki uz sacensībām ierodas un startē ar savu sacensību inventāru, nepieciešamības gadījumā tiks nodrošināti ar vienu pamatvirvi.
21. Nepieciešami maiņas apavi. Ar ielas apaviem zālē ieeja aizliegta.
22. Organizators nodrošina Fizisko personu datu apstrādes likuma prasības.
23. Piedaloties sacensībās, dalībnieki izsaka savu piekrišanu organizatoram veikt personu datu apstrādi, vienlaikus ļaujot paust savu vēlmi nepublicēt personas datus. Fotografijas un/vai video attēli var tikt publicēti.

#### **Iemaksas veikt:**

Latvijas Augstkalnu klubs  
Reģ. Nr. 50008002321  
[LV52UNLA0055003138762](https://www.laca.lv)

Saskaņots: LACA prezidents

A.Opmanis

BJC "Daugmale" direktora p. i.

M.Karaševska

LAS prezidents

N.Reinbergs

**Pieteikums** (paraugs)

Organizācija vai individuāli \_\_\_\_\_

<i>N.p.k.</i>	<i>Vārds, Uzvārds</i>	<i>Dzimšanas gads</i>	<i>Grupa</i>	<i>Paraksts par veselības stāvokļa atbilstību sacensībām</i>
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

*Treneris (pārstāvis) (ja ir)*

.....paraksts