**Rudens kross Kazdangas parkā**

NOLIKUMS

**Mērķis un uzdevumi:**

1. Noteikt labākos krosa skrējējus dažādās distancēs un vecuma grupās.
2. Veicināt saturīgu brīvā laika pavadīšanu bērnu, jauniešu un pieaugušo vidū.
3. Popularizēt skriešanu un sporta aktivitātes kā veselīgu dzīvesveidu.

**Sacensību organizatori:**

 Sacensības organizē Dienvidkurzemes novada pārvalde. Galvenā sacensību tiesnese – Ieva Babre, piedalās brīvprātīgie tiesneši.

**Laiks, vieta un grupas:**

Sacensības notiks 2022.gada 25.septembrī plkst. 11:00 Kazdangā, atpūtas laukumā pie Dzirnezera – tautā sauktajā “Kaplejā”.

|  |  |
| --- | --- |
| **Vecuma grupas** | **Distances** |
| 1.grupa | 2016 un jaunāki | 300 m  |
| 2.grupa | 2015 – 2012 | 600 m |
| 3.grupa | 2011 – 2008 | 1200 m  |
| 4.grupa | 2007 – 2004 | 3000 m |
| 5.grupa | 2003 – 1988 | 7000 m |
| 6.grupa | 1987 – vecāki | 7000 m |
| Nūjošana | Bez vecuma ierobežojuma | 3000 m |

**Pieteikumi:**

 Dalībnieku pieteikšanās sacensību dienā no plkst. 10:00 – 10:50.

**Vērtēšana:**

1. Katrā vecuma grupā uzvarētāji tiek noteikti pēc labākā uzrādītā laika.
2. Nūjošanā apbalvos pirmos 3 dalībniekus, kuri būs ātrāk veikuši distanci.

**Apbalvošana:**

1. Pirmo 3 vietu ieguvēji katrā vecuma grupā tiks apbalvoti ar diplomu un medaļu.
2. Nūjošanā apbalvos pirmos 3 dalībniekus, kuri būs ātrāk veikuši distanci.

**Piezīmes:**

1. Par savu veselības stāvokli katrs sacensību dalībnieks atbildīgs personīgi!
2. Visi finišējušie dalībnieki saņems piemiņas medaļas.
3. Sacensību laikā var tikt filmēts un/vai fotografēts!

**VEIKSMĪGU STARTU!**