

Apstiprinu:
Latvijas Kanoe federācijas
viceprezidente D.Zaļupe
08.01.2024.

LATVIJAS KANOE FEDERĀCIJAS VFS SACENSĪBU NOLIKUMS

Mērķis un uzdevumi

1. Smaiļotāju un kanoe airētāju fiziskās sagatavotības pārbaude.
2. Smaiļošanas, kanoe airēšanas un airēšanas slaloma sporta popularizēšana.

Laiks un vieta

Sacensības notiek 2024. gada 03.februārī plkst. 11:00 Olimpiskā centra „Limbaži” sporta hallē un airēšanas bāzē. Pārstāvju sanāksme 03.02. plkst. 10:30, sporta hallē.
Iepriekšējie Vārdiskie pieteikumi pa vecuma grupām (zēni un meitenes atsevišķi) jāiesūta līdz 30.01.2024. e-pastā: sporta.skola@limbazunovads.lv.

Sacensību vadība

Sacensības organizē Latvijas Kanoe federācija sadarbībā ar Limbažu novada sporta skolu un Olimpisko centru „Limbaži”, SK “Limbažu Vārpa”. Sacensību galvenā tiesnese Diāna Zaļupe.

Sacensību programma un dalībnieki

Sacensībās piedalās Latvijas sporta skolu un sporta klubu sportisti.

	vīrieši	sievietes	2006.-2007. g.		2008.-2009.g.		2010.-2011.g.		2012.-2014.g.	
			juniori	j-res	j-ši	j-tes	zēni	meit.	zēni	meit.
Svara stieņa spiešana guļus 1' (bez stieņa nolikšanas)	40kg	30kg	40kg	30kg	30kg	20kg	20kg	15kg	-	-
Svara vilkšana pie dēļa 1'	40kg	30kg	40kg	30kg	-	-	-	-	-	-
Pievilkšanās kārienā /reizes/	-	-	-	-	x	x	x	x	-	-
Kāju celšana kārienā 180° 1' (bez roku nofiksēšanas)	x	x	x	x	-	-	-	-	-	-
Saliektu kāju celšana kārienā virs 90°	-	-	-	-	-	-	-	-	x	x
Vēdera prese ar kāju fiksāciju, paceļoties un pieskaroties pie vingrošanas sienas 1'	-	-	-	-	x	x	x	x	-	-
Šķēršļu josla (aprakstu izsūtīs)	-	-	-	-	-	-	-	-	x	x
Skriešana	1500m	800m	1500m	800m	800m	800m	800m	800m	600m	600m

Apbalvošana

Sacensību uzvarētājus nosaka katrā vecuma grupā un disciplīnā. 1. - 3.vietu ieguvējus apbalvos ar medaļām un balvām. Grupās virs 20 dalībniekiem, apbalvos 1.-6. vietu ieguvējus.

Finansēšanas noteikumi

Komandējuma izdevumus sedz komandējošā organizācija.

Izdevumus, saistītus ar sacensību organizāciju un apbalvošanu, finansē Latvijas kanoe federācija, Limbažu novada sporta skola, Olimpiskais centrs “Limbaži”.