

2024. GADA LATVIJAS ČEMPIONĀTAM PIEAUGUŠAJIEM, MEISTARSACĪKSTES JUNIORIEM, JAUNIEŠIEM UN VETERĀNIEM ROLLERSLĒPOŠANĀ

3. POSMS - SKIKROSS, DUATLONS, KOMANDU SPRINTS

1. VIETA

Smeceris sils, Madona un Uzvaras parks, Rīga

2. TEHNISKAIS RĪKOTĀJS

Sacensības organizē Latvijas Slēpošanas federācija (LSF) sadarbībā ar Madonas novada pašvaldību, sporta skolu Arkādija un biedrībām "Rollertour" un A-Madona

3. SACENSĪBU NORISES KĀRTĪBA

Sacensības tiek organizētas un norisinās saskaņā ar FIS noteikumiem, ņemot vērā nolikumā un sacensību programmā minētās atkāpes.

4. SACENSĪBU PROGRAMMA

2024. gada 21. Septembris

Duatlons: kross + rollerslēpošana klasiskajā stilā

Kross masu starts pa grupām un Rollerslēpošana - intervāla starts. Bez Mix zonas. Krosa un Rollerslēpošanas rezultāti tiek summēti kopā.

10:00 Iepriekš reģistrēto dalībnieku starta numuru izņemšana

10:30 Komandu pārstāvju sanāksme

11:00 Starts S10, V10 (šķēršļu josla)

11:30 Starts krosā pa viļņiem

S12 | V12 | S14 | V14 | S16 | V16 | S18, S20, S, S40, S50 | V18, V20, V, V40, V50

12:40 Starts Rollerslēpošanai

S12, V12, S14, V14, S16, V16, S40, S50, S18, S20, S, V40, V50, V18, V20, V

14:30 Latvijas Čempionāta apbalvošana un sezonas kopvērtējuma apbalvošana veterānu grupām

**Precīzi starta laiki tiks publicēti pēc dalībnieku pieteikumu apkopošanas*

2024. gada 22. Septembris

Komandu Sprints brīvajā stilā

10:00 Iepriekš reģistrēto dalībnieku starta numuru izņemšana

10:30 Komandu pārstāvju sanāksme

11:00 Starts S10, S12

11:25 Starts V10, V12

11:50 Starts S14, S16

12:10 Starts V14, V16

12:45 Starts S18, S20, S

13:15 Starts V18, V20, V

13:45 Latvijas Čempionāta un Rollerslēpošanas sezonas kopvērtējuma apbalvošanas ceremonija

 CROSS-COUNTRY.SKI.LV



5. DALĪBNIKU GRUPAS UN DISTANČU GARUMI

Grupa		Dzimšanas gads	3. posms Madona	3. posms Rīga
			21.09.2024.	22.09.2024.
			Kross + Roller C	Komandu Sprints F
Vīrieši	V	2004. un vecāki	3 km + 6 km (2 km aplis)	2 x 3 x 860 m
Juniori	V20	2005.-2006. gads	3 km + 6 km (2 km aplis)	2 x 3 x 860 m
Jaunieši	V18	2007.-2008. gads	3 km + 6 km (2 km aplis)	2 x 3 x 860 m
Sievietes	S	2004. un vecākas	2 km + 5,1 km (1,7 km aplis)	2 x 3 x 860 m
Junioras	S20	2005.-2006. gads	2 km + 5,1 km (1,7 km aplis)	2 x 3 x 860 m
Jaunietes	S18	2007.-2008. gads	2 km + 5,1 km (1,7 km aplis)	2 x 3 x 860 m
Jaunieši	V16	2009.-2010. gads	2 km + 5,1 km (1,7 km aplis)	2 x 2 x 860 m
Jaunietes	S16	2009.-2010. gads	1,5 km + 3,4 km (1,7 km aplis)	2 x 2 x 860 m
Jaunieši	V14	2011.-2012. gads	1,5 km + 3,4 km (1,7 km aplis)	2 x 2 x 860 m
Jaunietes	S14	2011.-2012. gads	1 km + 2 km (1 km aplis)	2 x 2 x 860 m
Jaunieši	V12	2013.-2014. gads	1 km + 2 km (1 km aplis)	2 x 2 x 860 m
Jaunietes	S12	2013.-2014. gads	1 km + 2 km (1 km aplis)	2 x 2 x 860 m
Bērni	V10	2015. gadā dzimuši un jaunāki	Šķērsļu josla uz rolleriem	2 x 2 x 580 m
Bērni	S10	2015. gadā dzimušas un jaunākas	Šķērsļu josla uz rolleriem	2 x 2 x 580 m
Veterāni	V40	1984.-1975. gads	3 km + 6 km (2 km aplis)	
Veterānes	S40	1984.-1975. gads	2 km + 5,1 km (1,7 km aplis)	
Veterāni	V50	1974. un vecāki	3 km + 6 km (2 km aplis)	
Veterānes	S50	1974. un vecākas	2 km + 5,1 km (1,7 km aplis)	

 **CROSS-COUNTRY.SKI.LV**



LATVIJAS SPORTA FEDERĀCIJU PADOME

Izglītības un zinātnes ministrija

SPORTS TIEKLA ARKĀDIJA

LATVIAN SKI FEDERATION

6. SACENSĪBU NOTEIKUMI

6.1. V10 līdz V20 un S10 līdz S20 vecuma grupu sportistiem atļauts startēt vienu vecuma grupu uz augšu. V50 un S50 vecuma grupu sportistiem atļauts startēt vienu vai divas (S50 un V50) vecuma grupas uz leju. Izvēlētā grupa un pārstāvētā komanda (t.sk. komandu sprintā) tiek norādīta pirmajā FIS LČ sacensību pieteikumā*, kurā attiecīgais dalībnieks startē un nevar tikt mainīta nākamajos posmos. Dalībnieks tiek vērtēts un ieņem vietu LČ rangā attiecīgajā vecuma grupā, kurā viņš ir pieteikts un startē (skatīt ranga nolikumu).

* neattiecas uz komandu sprintu. Komandu sprintā startē savā vecuma grupā vai vienu vecuma grupu uz augšu, bet vismaz vienam dalībniekam jābūt savas vecuma grupas pārstāvim.

6.2. Visiem dalībniekiem **obligāti jālieto nostiprinātas aizsargķiveres un vēlamas aizsargbrilles!** Ja dalībnieki finišē bez vai ar nenostiprinātu aizsargķiveri, viņš tiek diskvalificēts. Par iespēju nelietot aizsargbrilles paziņo sacensību žūrija. Šāds lēmums var tikt pieņemts gadījumos, ja laikapstākļu dēļ, lietojot aizsargbrilles, tiek apgrūtināta redzamība.

6.3. **Brīvā stila sacensībās** atļauts startēt ar rollerslēpēm, kuru parametri ir sekojoši:
- V10-16 un S10-16 grupās **START SKATING 71 rollerslēpes**: riteņu diametrs ≤ 71mm; platums ≥ 30mm;

V18, V20, V, V40, V50, S18, S20, S, S40, S50 grupās: melnie **GUMIJAS** ritentiņi, diametrs ≤ 100mm; rāmja garums ≥ 530mm.

Klasiskā stila sacensībās atļauts startēt ar rollerslēpēm, kuru parametri ir sekojoši:

- FIS sacensībās klasiskā stila rollerslēpes ar melnajiem FF ritentiņiem ar V veida gropi, diametrs ≤ 80mm. Katrai rollerslēpei jābūt vismaz vienam ritenim ar bremžu mehānismu;

(aicinām izmantot savus rollerus ar FF V veida gropi, bet pārējiem FIS sacensībās 21. septembrī rolleri tiks nodrošināti. Pēc sacensībām būs iespēja tos iegādāties par 120€)



- Pārējās LČ grupu sacensībās rollerslēpes ar melnajiem ritentiņiem, cietību ≤ 80A šoriem, diametrs ≤ 80mm. Katrai rollerslēpei jābūt vismaz vienam ritenim ar bremžu mehānismu.

Dalībniekiem jāpārlicinās par sava inventāra atbilstību noteikumiem. Sacensību žūrija veiks pārbaudi norādītajā laikā pirms starta, kā arī izlases kārtībā pēc finiša

6.4. Sacensību laikā trase tiek slēgta 5 minūtes pirms katra starta, tā ir slēgta līdz sacensību noslēdzošā dalībnieka finišam, šajā brīdī sacensību trasē drīkst atrasties tikai startējošie dalībnieki. Dalībnieki, kas to neievēro var tikt diskvalificēti konkrētajā sacensību dienā, bet klubam/sporta skolai tiek noteikta soda nauda 50 eiro, kas jāsamaksā līdz nākamajai sacensību dienai. Lēmumu pieņem sacensību žūrija, un tas nav pārsūdzams.

 **CROSS-COUNTRY.SKI.LV**

6.5. Čipu vai starta numuru nozaudēšanas vai bojāšanas gadījumā dalībniekam jāmaksā soda nauda – 20 eiro par numuru, 70 eiro par čipu.

Sacensību specifiskie noteikumi:

6.6. Duatlona krosā starts tiek organizēts pa grupām viļņa veidā.

6.7. Duatlona rollerslēpošanā ir individuāls intervāla starts.

6.8. Rezultāts tiek noteikts summējot krosa un rollerslēpošanas laikus.

6.9. Komandu sprintā komandas startē ar kopējo startu, stafete tiek nodota nākamajam dalībniekam, sasniedzot stafetes līniju (bez pieskaršanās). Tikai pēc stafetes līnijas sasniegšanas nākamais dalībnieks drīkst doties distancē. Par pāragru došanos distancē tiek piemērots laika sods – iegūtais laiks + 15 sekundes.

6.10. Veicot stafetes maiņu, dalībnieks nedrīkst patraucēt citiem dalībniekiem distancē, kā arī laicīgi jāatgriežas uz nākamo etapu.

7. SACENSĪBU VADĪBA

7.1. Latvijas čempionāta sacensību žūrija:

LSF pārstāvis: Jānis Puida;

Sacensību galvenais tiesnesis: Dainis Vuškāns (Madona) un Mārtiņš Niklass (Rīga);

Nacionālais delegāts: Normunds Bērziņš.

8. PIETEIKUMI

8.1. Pieteikšanās sacensībām notiek ar LSF mājas lapas starpniecību ne vēlāk kā līdz ceturtdienas plkst. 23:59 pirms attiecīgā posma pirmās sacensību dienas. Tehnisku iemeslu dēļ, minētajā termiņā, pieteikumu var iesniegt rakstiski (e-pasts) uz LSF e-pastu: info@ski.lv. Dalībnieka vai komandas pārstāvis dalībnieka atsaukumu no sacensībām var nosūtīt līdz sacensību iepriekšējās dienas plkst. 20:00 uz info@ski.lv.

8.2. Pieteikums netiks pieņemts, ja tas nesaturēs visas elektroniskajā formā pieprasītās ziņas.

- Komandām, sporta skolām par visiem pieteiktajiem dalībniekiem tiek piestādīts rēķins par dalību sacensībās.
- Individuālajiem dalībniekiem par dalību jānorēķinās ar pārskaitījumu līdz attiecīgai sacensību dienai pirms ierašanās uz reģistrāciju.

Pārskaitījums jāveic uz:

Biedrība "Latvijas Slēpošanas federācija"

Reģ. Nr. 40008023069

Luminor Bank A/S Latvijas filiāle	vai	A/S Swedbank
Konts: LV35RIKO0002013226036		Konts: LV19HABA0551031997550
Kods: RIKOLV2X		Kods: HABALV22

Maksājuma uzdevumā jānorāda dalībnieka Vārds, Uzvārds, Grupa, LČ posms

Ierodoties uz reģistrāciju, jāuzrāda izdrukāts maksājuma uzdevums vai maksājumu aplikācijas ekrānšāviņš.

 CROSS-COUNTRY.SKI.LV



8.3. Par dalībnieku veselības stāvokli, kā arī tehnisko un fizisko sagatavotību ir atbildīga pieteikumu iesniegušā organizācija vai pats dalībnieks.

9. DALĪBNIKU REĢISTRĀCIJA

9.1. Dalībnieku reģistrācijas apstiprināšanu, numuru saņemšanu veic sacensību pieteikumā norādītais pārstāvis vai pats dalībnieks sacensību vietā.

9.2. Veikt papildus reģistrāciju sacensību dienā nav iespējams, izņemot, aizvietot saslīmušu dalībnieku stafetēs.

10. DALĪBAS MAKSA

10.1. S10, V10 grupās – nav dalības maksas.

10.2. S12 – S18, V12 – V18 grupās – 5 eiro par katru sacensību distanci.

10.3. S20, S, S40, S50, V20, V, V40, V50 grupās - 10 eiro par katru sacensību distanci.

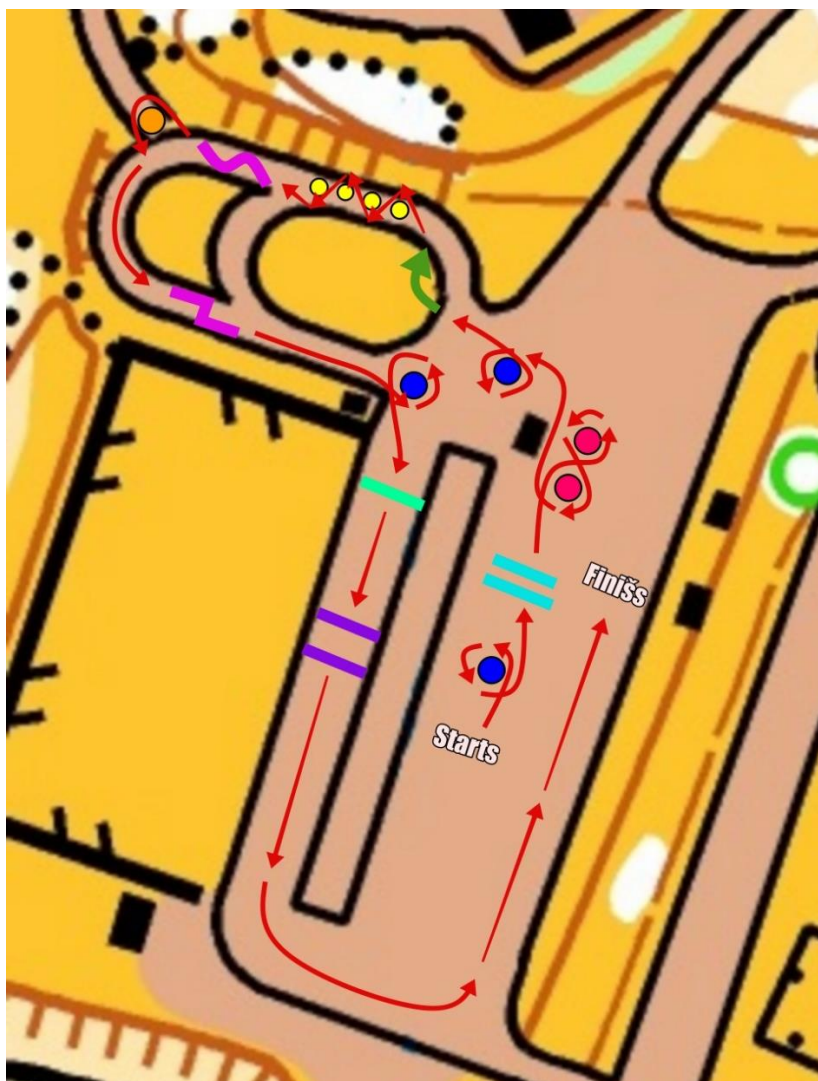
10.4. Visiem pieteiktajiem dalībniekiem tiek piestādīts rēķins par dalību sacensībās. Dalībnieka vai komandas pārstāvis dalībnieka atsaukumu no sacensībām var nosūtīt līdz sacensību iepriekšējās dienas plkst. 20:00 uz info@ski.lv.










 CROSS-COUNTRY.SKI.LV



11. TRAŠU SHĒMAS

Skikross – šķēršļu josla



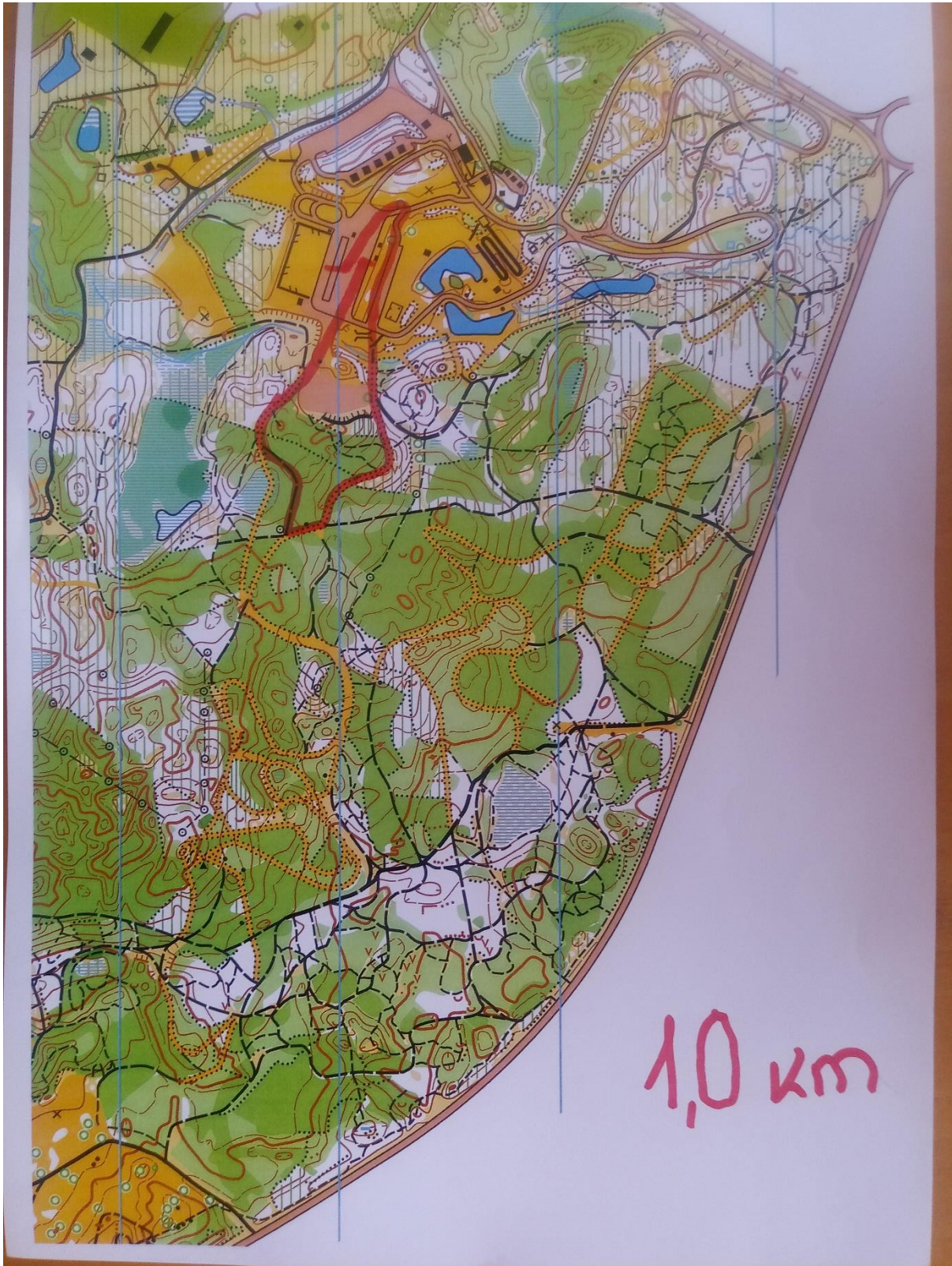
-  Šķēršļa apbraukšana 360°
-  Kāpšana pāri šķēršļiem
-  Astotnieks
-  Skrējieni pa zāli
-  Slaloms
-  Braukšana pa koridoru
-  180° pagrieziens uzkalnā
-  Šķēršļa pārvarēšana izlienot pa apakšu
-  Braukšana atmuguriski



CROSS-COUNTRY.SKI.LV

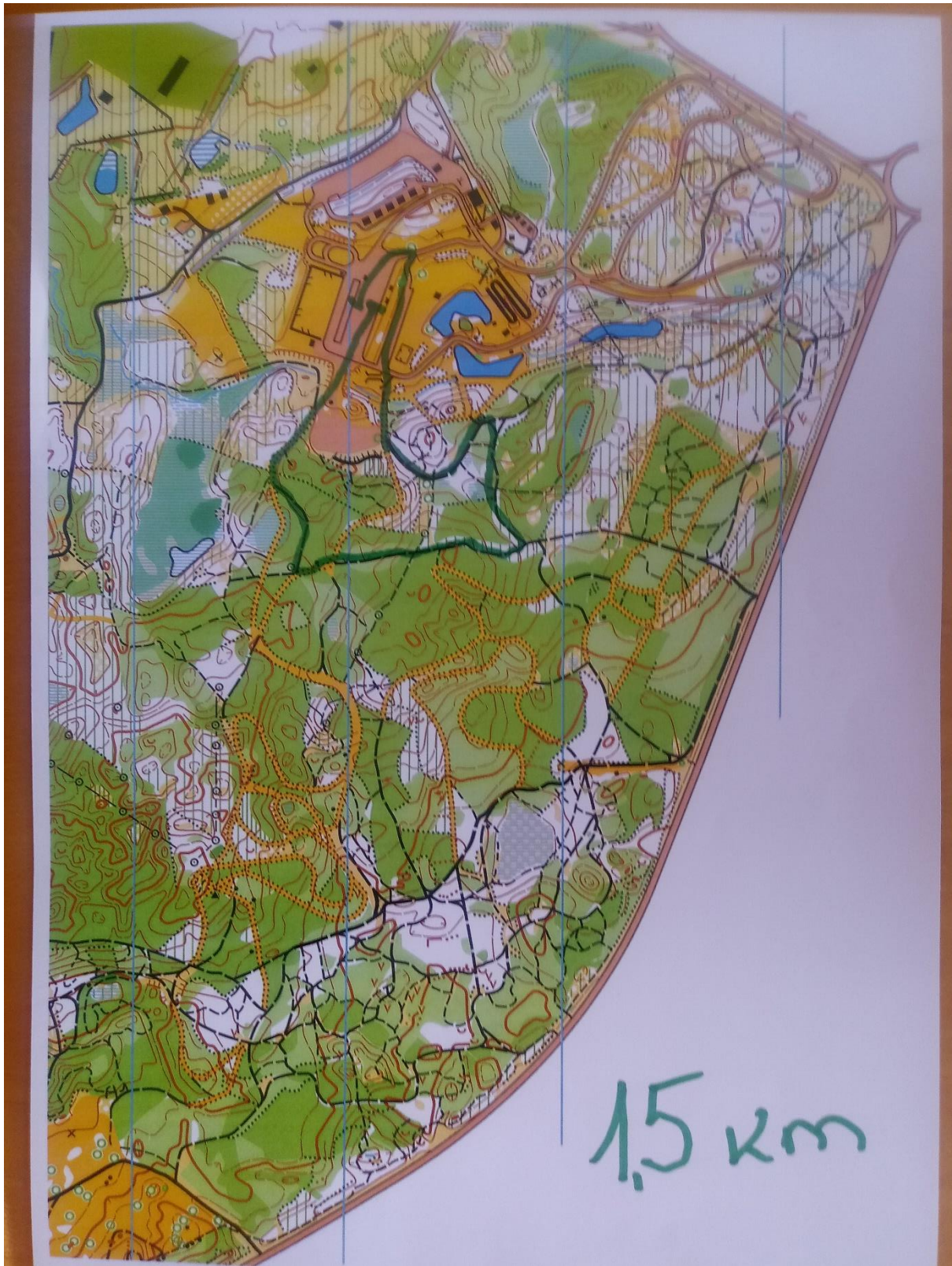


Duatlons - Krosa apli



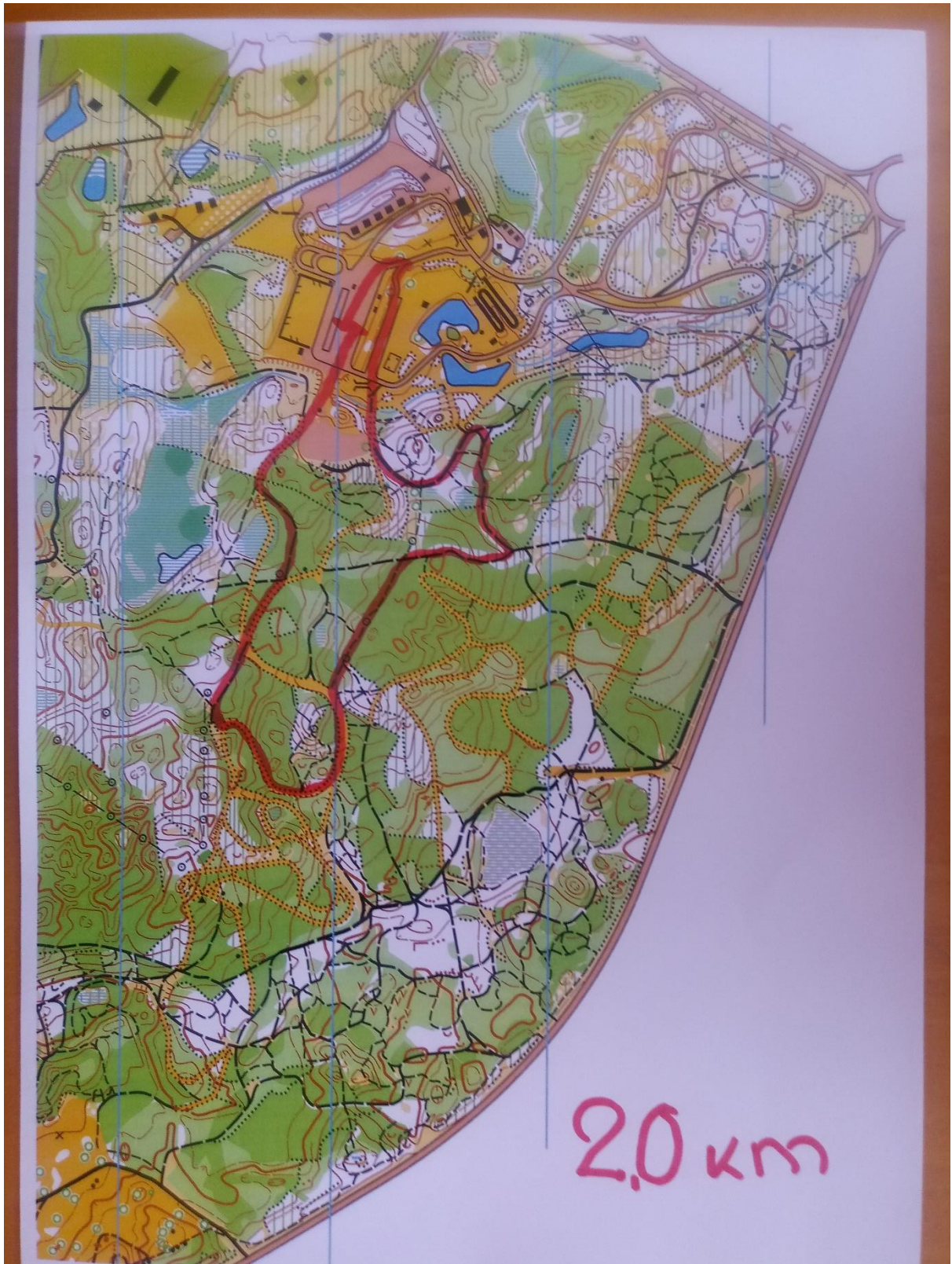
 CROSS-COUNTRY.SKI.LV





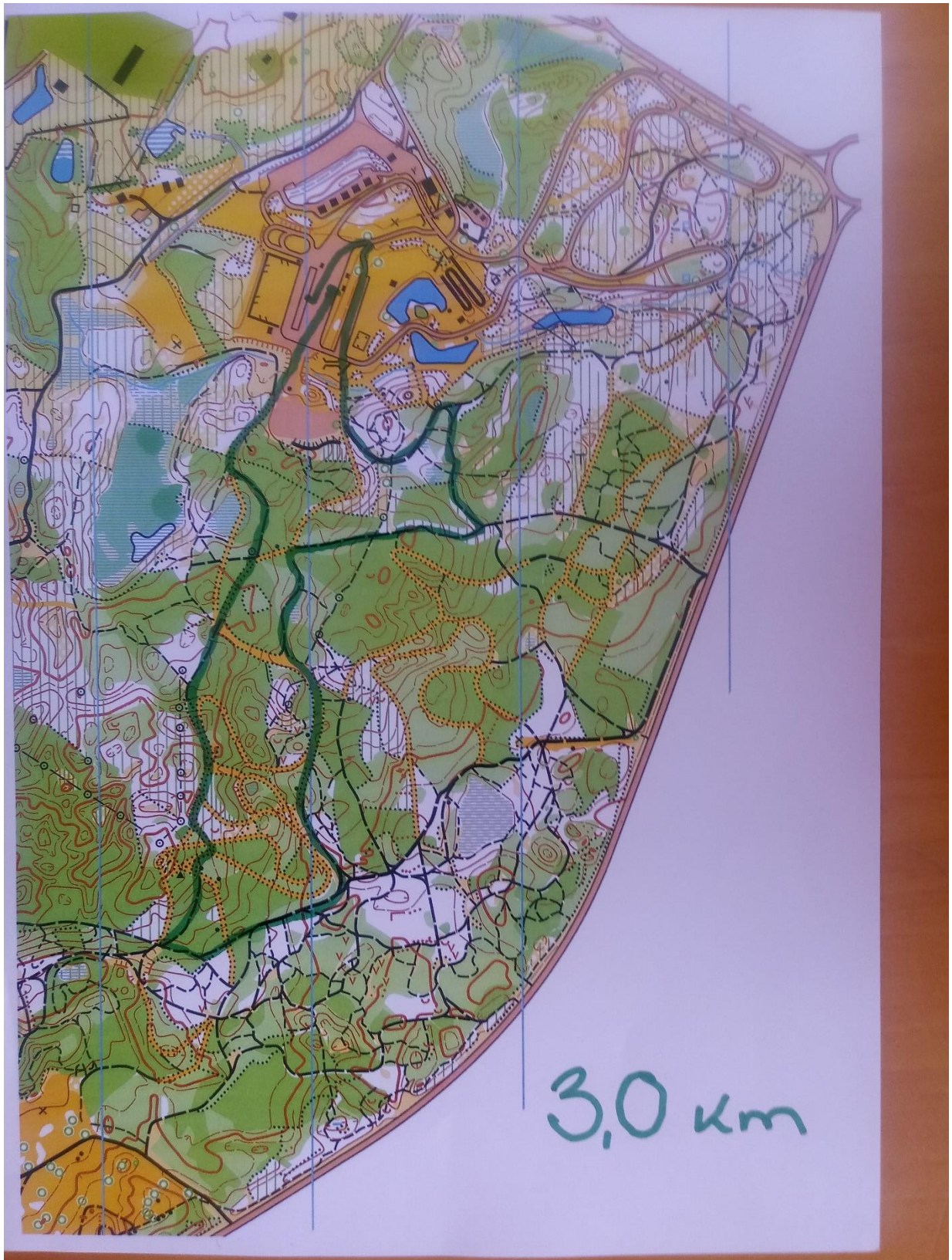
 **CROSS-COUNTRY.SKI.LV**





 **CROSS-COUNTRY.SKI.LV**

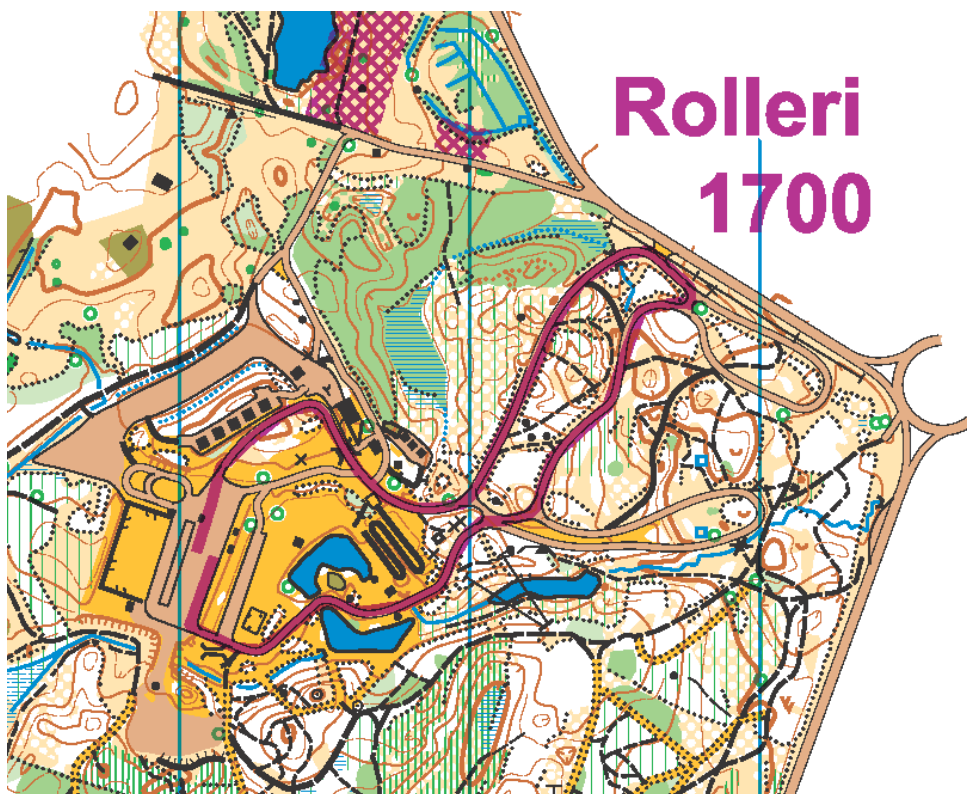
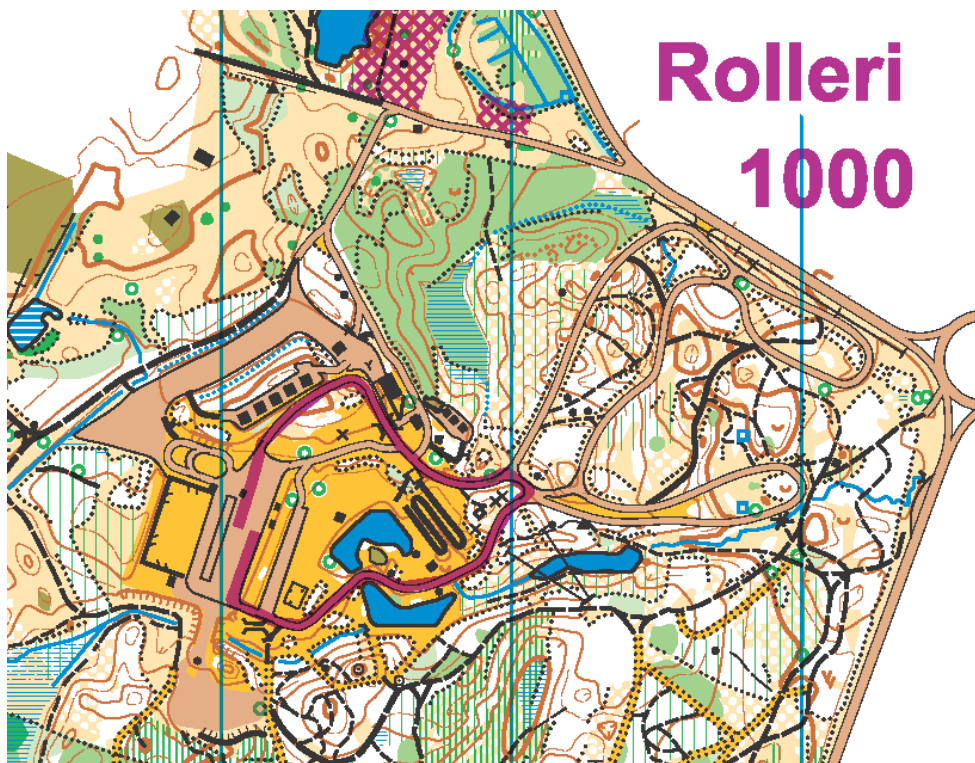




 **CROSS-COUNTRY.SKI.LV**

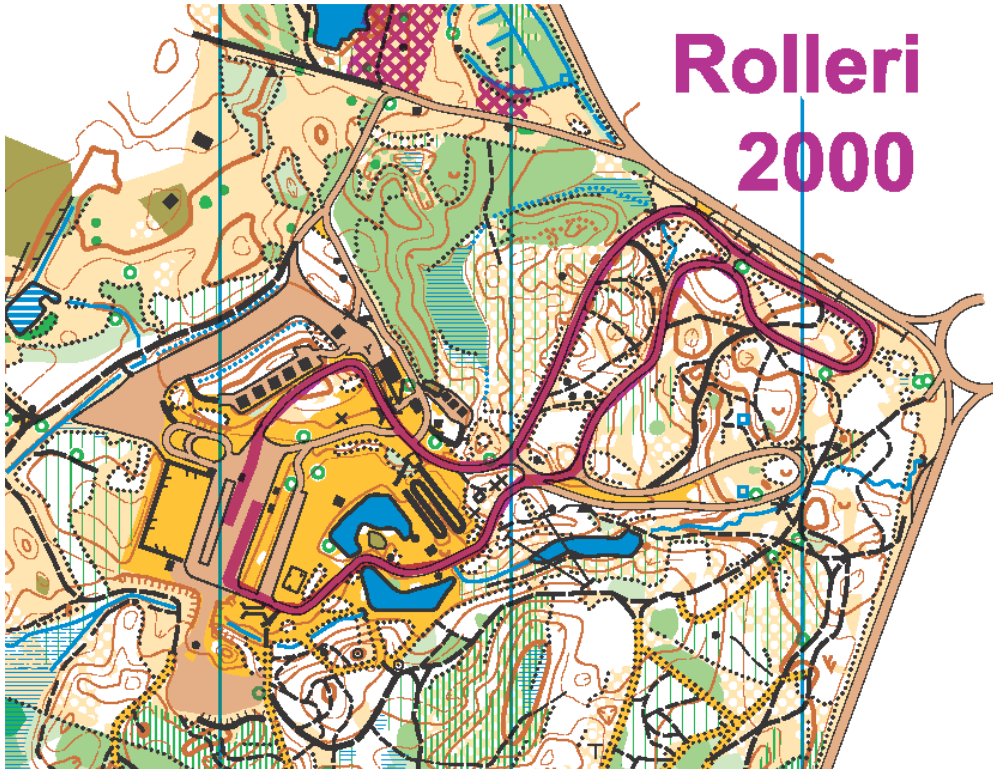


Duatlons – Rollerslēpošana



 CROSS-COUNTRY.SKI.LV





Rolleri 2000

Komandu sprints

860 m



 CROSS-COUNTRY.SKI.LV



580 m



 CROSS-COUNTRY.SKI.LV

