



## ŠĶŪNENIEKU KAUSS – 2015 NOLIKUMS

### MĒRKIS UN UZDEVUMI

Popularizēt riteņbraukšanas sportu.

Piesaistīt jaunatni aktīvam, sportiskam dzīves veidam, radīt bērniem pirmo priekšstatu par riteņbraukšanas sportu un citām sporta sacensībām.

Dot iespēju katram, neatkarīgi no vecuma un finansiālajām iespējām, piedalīties sacensībās.

Radīt pozitīvas emocijas visiem, kas ar savu klātbūtni atbalsta „Šķūnenieku Kausu”.

### SACENSĪBU VIETA UN LAIKS

„Šķūnenieku Kauss – 2015” notiks Gulbenes novada Lejasciema pagastā 2015. gada 8. un 9. augustā.

#### **Sestdien, 8. augustā:**

11:00 bērnu sacensības (Lejasciema centrā).

11:15 10 km individuālais riteņbrauciens (Lejasciema centrā).

16:00 velokross (pie Šķūneniekiem).

20:00 apbalvošana un balle (Lejasciema estrādē).

#### **Svētdien, 9. augustā:**

12.00 triatlons – upe 250 m, velo 7 km, kross 2 km (pie Šķūneniekiem).

14:00 futbols (pie Šķūneniekiem).

### SACENSĪBU VADĪBA

Sacensības rīko biedrība „Šķūnenieku Kauss”, sadarbojoties ar Lejasciema pagasta pārvaldi un futbola klubu „Alberts”. Atbildīgie par sacensību norisi – Aivars Galejs un Gatis Kurzemnieks.

### DALĪBAS MAKSA UN IZDEVUMI

**Piedalīšanās** visās sacensībās ir **bez maksas**. Ar sacensību rīkošanu saistītos **izdevumus sedz** biedrība „Šķūnenieku Kauss”, Lejasciema pagasta pārvalde un sacensību **atbalstītāji**.

Izdevumus, kas saistīti ar dalībnieku transportu uz Lejasciemu, nakšņošanu un ēdināšanu sedz paši dalībnieki.

### IERAŠANĀS UN NAKŠŅOŠANA

Visas ar dalībnieku ierašanos, nakšņošanu un pārtiku saistītās lietas ir pašu dalībnieku un viņu līdzbraucēju ziņā. Organizatori piedāvā iespēju izmantot upesmalas pļavu teltīm un tai līdzās esošo tualeti un sarūpēt malku uguns kuriem. „Šķūnenieku” dzīvojamā un saimniecības daļa pasākuma viesiem nebūs pieejama.



ŠĶŪNENIEKU KAUSA IZCĪŅA –  
10 KM INDIVIDUĀLAIS RITENBRAUCIENS

10 KM - VIETA UN LAIKS

Šķūnenieku kausa izcīņa notiks sestdien, 8. augustā.

No **10:30** Lejasciema centrālajā laukumā dalībnieku pulcēšanās un reģistrācija.

**11:00 bērnu sacensības** tiem, kuri ir par mazu, lai brauktu 10 km. Distance daži simti metru - līdz vietējai autoostai un atpakaļ. **Aizsargķiveres - obligātas!** (*Zināšanai: 10 km distancē startējušo jaunāko dalībnieku vecums ir 4 gadi!*). Šai disciplīnai pieteikšanās dažas minūtes pirms starta pie starta līnijas. Ja bērns ir gatavs startēt 10km sacensībās, tad bērnu distancē braukt nedrīkst.

**11:15 starts** pirmajam dalībniekam. Katrs nākamais startē ar **20 sekunžu** intervālu. Distance 10 km posmā Lejasciems – Sinole – Lejasciems. Uzmanību – šoseja nelīdzena! **Aizsargķiveres - obligātas!** Jaunu dalībnieku reģistrēšana turpinās.

10 KM - PIETEIKŠANĀS

Pieteikšanās 10km sacensībām notiks stundu pirms starta, kā arī sacensību laikā Lejasciema centrā.

10 KM - NOTEIKUMI

**Distance** katram dalībniekam **jāveic individuāli, bez jebkādas palīdzības** – nedrīkst: vilkt, stumt, izmantot otra dalībnieka vai transportlīdzekļa aizvēju (liderēt).

Distance jāveic, **ievērojot ceļu satiksmes noteikumus**.

Katrs dalībnieks drīkst startēt tikai vienu reizi. Atkārtoti startēt ar to pašu numuru ir aizliegts. Atkārtots starts ar citu numuru (jāreģistrējas divreiz) tiek uzskatīts par piedalīšanos ārpus konkurences.

Finiša līniju drīkst šķērsot tikai beidzot distanci. Atkārtoti šķērsojot finišu (vizinoties), rezultāts tiks noteikts pēc pēdējā laika.

**Par noteikumu neievērošanu dalībnieks var tikt diskvalificēts** vai sodīts ar soda minūtēm pēc galvenā tiesneša lēmuma.



## 10 KM - DALĪBNIKI

Sacensības ir atklātas. (Ikviens tajās aicināts piedalīties.)

Dalībnieki, atkarībā no to vecuma un izmantojamā velosipēda, tiek sadalīti grupās.

Vecuma grupas tiek noteiktas pēc **dzimšanas gada**, neņemot vērā dzimšanas datumu.

Velosipēdu grupas tiek noteiktas sekojoši:

- **Ceļa** velosipēdi – „Parastie ričuki”. Velosipēdi bez ārējiem ātruma pārslēdzējiem un ar brīvgaite. T.i., velosipēdi ar vienu priekšējo un vienu aizmugurējo zobratu. Arī velosipēdi ar rumbā pārslēdzamiem ātrumiem brauc šajā grupā. *Fiksīši* startē Sporta klasē.
- **Tautas** klase – velosipēdi, kuru šaurākā riepa ir vismaz **1.5 collas** plata (rakstīts uz riepas). (Šajā grupā brauc visi kalnu velosipēdi ar platajām riepām.)
- **Sporta** klase – velosipēdi, kuru šaurākās riepas platums ir mazāks 1.5 collām. (Šajā grupā brauc visi sporta velosipēdi un kalnu velosipēdi (MTB) ar šaurajām riepām, kā arī *fiksīši*)

Grupu sadalījums vīriešiem

Dz.g. \ Velo	Ceļa	Tautas	Sporta
2007... (līdz 8 g.v.)	BV		
2003 – 2006 (9...12)	TV 1		SV 1
1999 – 2002 (13...16)	CV	TV 2	SV 2
1992 – 1998 (17...23)		TV 3	SV 3
1976 – 1991 (24...39)		TV 4	SV 4
1966 – 1975 (40...49)		TV 5	SV 5
...1965 (50+)	TV 6		SV 6

Grupu sadalījums sievietēm

Dz.g. \ Velo	Ceļa	Tautas	Sporta
2007... (līdz 8 g.v.)	BS		
2003 – 2006 (9...12)	TS 1		SS 1
1999 – 2002 (13...16)	CS	TS 2	SS 3
1992 – 1998 (17...23)		TS 3	
1976 – 1991 (24...39)		TS 4	
1966 – 1975 (40...49)		TS 5	SS 5
...1965 (50+)	TS 6		

(Grupas nosaka pēc dzimšanas gada. Iekavās norādītais vecums ir tikai informatīvs.)



#### 10 KM - SACENSĪBU NORISE

Dalībnieks **reģistrējoties** nosauc savu vārdu, uzvārdu un dzimšanas gadu. Šie dati tiek ievadīti rezultātu sistēmā.

Dalībnieks ar savu parakstu apliecina, ka, piedaloties sacensībās, **ievēros sacensību noteikumus**, un par to, ka pats ir atbildīgs par savu drošību. Par bērnu drošību ir atbildīgi bērnu vecāki.

Tad dalībnieks **saņem starta kartīti** un numuru. **Numurs jāpiestiprina uz muguras lejasdaļas labās puses – tā, lai tas būtu labi redzams** pēc finiša šķērsošanas. Kartīte startējot jānodod starta tiesnešiem. Starta tiesnesis noteiks velosipēda klasi (Ceļa, Tautas, Sporta) un ievadīs rezultātu sistēmā.

Startēšana notiek brīvā secībā.

Ceļa segums – asfalts.

Pie **5 km** atzīmes (ielejā pirms Sinoles) būs nepārprotams apgrīšanās punkts, kuru apbraucot dalībnieks dosies uz finišu.

Finišā tiesneši nofiksēs dalībnieka laiku un 15 minūšu laikā rezultāts būs redzams uz ekrāna. Galīgie rezultāti (pēc to pārbaudes un korekcijām) top pieejami uz apbalvošanas laiku – 20:00.

Dalībnieka pienākums pēc finiša ir **nodot savu dalībnieka numuru organizatoriem**.

Aptuvenais sacensību ilgums līdz 14:00.

#### 10 KM - VĒRTĒŠANA

10 km individuālajā braucienā tiek noteikts **katra dalībnieka uzrādītais laiks**, pēc kura nosaka dalībnieka vietu attiecīgajā grupā. Tiek noteiktas 3 pirmās vietas katrā dalībnieku grupā.

Tiek noteikti arī divi absolūtie uzvarētāji – absolūti labākā laika uzrādītājs sieviešu un vīriešu konkurencē (Šķūnenieku kausa ieguvēji).

#### 10 KM - TIESĀŠANA

Tiesāšanu veic tiesnešu komanda galvenā tiesneša Aivara Galeja vadībā.

Lai nodrošinātu noteikumu ievērošanu, kā arī, lai dalībniekiem palīdzētu neparedzētās situācijās, trasē vairākās vietās tiks izvietoti tiesnešu posteņi. Papildus tiem, patrolēs tiesneši uz motocikliem.

#### 10 KM - APBALVOŠANA

Svinīgā apbalvošana paredzēta sestdien, **8. augustā 20.00** Lejasciema estrādē.

Absolūtie uzvarētāji 10 km distancē iegūst ŠK–2015 kausus.

Pirmo trīs vietu ieguvēji katrā grupā tiek apbalvoti ar diplomiem un, ja to ļaus organizatoru iespējas, piemiņas balvām. Dalībnieki un to līdzjutēji drīkst apbalvot sev simpātiskākos dalībniekus ar pašu gādātām balvām, kuras var piešķirt jebkuram dalībniekam – arī nefinišējušam.



## VELOKROSS (MTB)

### MTB - VIETA UN LAIKS

Velokrosam starts tiks dots sestdien **8. augustā 16:00** pļavā pie Šķūneniekiem.

### MTB - PIETEIKŠANĀS

Pieteikšanās starta vietā 45 min. pirms sacensībām vai 10km sacensību laikā Lejasciema centrā.

### MTB - NOTEIKUMI

Visi dalībnieki startē vienlaicīgi.

Trases garums trīs (V1, V3, S1, S3) vai četri (V2, S2) 5 km gari apļi. <- tiks precizēts

Dalībnieki drīkst palīdzēt cits citam taču **palīdzība no malas ir aizliegta.**

**Aizsargķiveres – obligātas.**

### MTB - DALĪBNIEMI

Dalībnieki, atkarībā no to vecuma, tiek sadalīti grupās.

Vecuma grupas tiek noteiktas pēc **dzimšanas gada**, neņemot vērā dzimšanas datumu. Iekavās norādītais vecums ir tikai informatīvs.

Grupas:

- V1 – jaunieši, kuri dzimuši 2000. gadā un vēlāk (līdz 15 g. vec.)
- V2 – vīrieši, kuri dzimuši no 1971. līdz 1999. gadam (16 - 44 g. vec.)
- V3 – vīrieši, kuri dzimuši līdz 1970. gadam (no 45 g. Vec.)
- S1 – jaunietes, kuras dzimušas 2000. gadā un vēlāk (līdz 15 g. vec.)
- S2 – sievietes, kuras dzimušas no 1971. līdz 1999. gadam (16 - 44 g. vec.)
- S3 – sievietes, kuras dzimušas līdz 1970. gadam (no 45 g. Vec.)

### MTB - SACENSĪBU NORISE

Dalībnieks **reģistrējoties** nosauc savu vārdu, uzvārdu un dzimšanas gadu un ar savu parakstu apliecina, ka, piedaloties sacensībās, **ievēros sacensību noteikumus**, un par to, ka pats ir atbildīgs par savu drošību. Par bērnu drošību ir atbildīgi bērnu vecāki.

Dalībnieks saņem dalībnieka numuru, kurš jāpiestiprina **velosipēda priekšā pie stūres.**

Trases segums atbilstošs meža videi – ceļi, takas, stigas, iespējams purvs.

Aptuvenais sacensību ilgums līdz 17:30.

Rezultāti būs pieejami uz apbalvošanas laiku – 20:00.

### MTB - VĒRTĒŠANA

MTB sacensībās tiek noteikti pirmo trīs vietu ieguvēji katrā grupā.

### MTB - TIESĀŠANA

Tiesāšanu veic tiesnešu komanda galvenā tiesneša Lāsmašs Gabduļinas vadībā.

Vairākās vietās tiks izvietoti tiesnešu posteņi.

### MTB - APBALVOŠANA

Svinīgā apbalvošana paredzēta sestdien, **8. augustā 20.00** Lejasciema estrādē.



## TRIATLONS

### TRIATLONS - VIETA UN LAIKS

Triatlons svētdien **9. augustā 12:00** Šķūnenieku peldvietā.

### TRIATLONS - PIETEIKŠANĀS

Pieteikšanās starta vietā 60 min. pirms sacensībām.

### TRIATLONS - NOTEIKUMI

Sacensību etapi:

- Peldēšana, brišana – apm. 200 m
- Riteņbraukšana – 7 km
- Skriešana – 2 km

Visi vienas grupas dalībnieki startē vienlaicīgi. Starta ūdenī.

Velo posms jāveic, **ievērojot ceļu satiksmes noteikumus.**

Dalībnieki drīkst palīdzēt cits citam taču **palīdzība no malas ir aizliegta.**

Pāreja uz skriešanas disciplīnu jāveic ne vēlāk par riteņbraukšanas zonas beigām.

### TRIATLONS - DALĪBNIKĒKI

Dalībnieki, atkarībā no to vecuma, tiek sadalīti grupās.

Vecuma grupas tiek noteiktas pēc **dzimšanas gada**, neņemot vērā dzimšanas datumu.

Iekavās norādītais vecums ir tikai informatīvs.

Grupas:

- V1 – jaunieši, kuri dzimuši 2000. gadā un vēlāk (līdz 15 g. vec.)
- V2 – vīrieši, kuri dzimuši līdz 1999. gadam (no 16 g. vec.)
- S1 – jaunietes, kuras dzimušas 2000. gadā un vēlāk (līdz 15 g. vec.)
- S2 – sievietes, kuras dzimušas līdz 1999. gadam (no 16 g. vec.)
- K – komandas. Komandā jābūt trim dalībniekiem no kuriem vismaz viena ir

sieviete. **Neviens no komandas dalībniekiem nedrīkst būt ar augstu rezultātu (labāku par 0:19:00) iepriekšējās dienas 10km sacensībās.** Šī norma ieviesta ar nolūku izfiltrēt 'sportistus', tādejādi, dodot priekšroku ģimeņu un 'atpūtnieku' komandām. Labā fiziskajā formā esošie joprojām aicināti startēt individuāli!



### TRIATLONS - SACENSĪBU NORISE

Šķūnenieku peldvieta ir galveno triatlona notikumu punkts – tajā notiek pulcēšanās, etapu maiņa un finišs.

Dalībnieks **reģistrējoties** nosauc savu vārdu, uzvārdu un dzimšanas gadu un ar savu parakstu apliecina, ka, piedaloties sacensībās, **ievēros sacensību noteikumus**, un par to, ka pats ir atbildīgs par savu drošību. Par bērnu drošību ir atbildīgi bērnu vecāki.

Dalībnieks saņem dalībnieka **numuru**, kurš jāpiestiprina **uz krūtīm**.

Dalībnieki sagatavo savu otrajā un trešajā posmā nepieciešamo inventāru un atstāj maiņas zonā.

Tiesneša vadībā dalībnieki dodas uz starta vietu – 200 m pa ceļu gar upi.

Dalībnieki kāpj Gaujā (starta vietā dziļums apm. 1 m) un pēc starta signāla sāk sacensību. Upe ir akmeņaina. Daudz lielu akmeņu, kurus grūti pamanīt. Dziļums mainīgs 0,5 – 1,7 m. Upes posmu drīkst veikt bez numura.

Izkāpšana no upes – pa trepēm pie peldvietas.

Dalībniekiem patstāvīgi jāsagatavojas (jāpārliedzinās, ka uz krūtīm ir numurs, ja vajag – jāuzvelk/jāpārvelk apģērbs, apavi, ķivere) un jādodas velo posmā.

Velo distances sākumā smilšains ceļš un uzbērums (1 km), tad šoseja (2.5 km).

Pēc apgriešanās šis ceļš jāveic pretējā virzienā – atpakaļ uz peldvietu. Kopā 7 km.

Apgriezienu postenis būs nepārprotams un labi saskatāms.

Pie peldvietas jāatstāj velosipēds un skriešus jāveic 2 km (taka pļavā un lauku ceļš).

Finišs pie peldvietas.

Aptuvenais sacensību ilgums līdz 13:30.

### TRIATLONS - VĒRTĒŠANA

Triatlonā tiek noteikti pirmo trīs vietu ieguvēji katrā grupā.

### TRIATLONS - TIESĀŠANA

Tiesāšanu veic tiesnešu komanda galvenā tiesneša Aivara Galeja vadībā.

### TRIATLONS - APBALVOŠANA

Apbalvošana paredzēta pēc pāris stundām pie Šķūnenieku 1. futbola laukuma (apm. 14:00 – 15:00).



## FUTBOLS

### FUTBOLS - VIETA UN LAIKS

Futbola turnīri notiks svētdien uzreiz pēc triatlona beigām (**ap 14:00**) pie Šķūneniekiem divos speciāli izveidotos laukumos.

### FUTBOLS - PIETEIKŠANĀS

Pieteikuma anketas jāiesniedz organizatoriem **līdz** svētdienai **11:30**.

### FUTBOLS - NOTEIKUMI

Aizliegts spēlēt futbolzābakos ar korķiem (bučos).

Spēles ilgums – 2x6 minūtes.

Par turnīra sistēmu (tā būs atkarīga no pieteikušos komandu skaita) un spēles noteikumiem komandu pārstāvji tiks informēti pēc pieteikumu iesniegšanas termiņa beigām.

### FUTBOLS - DALĪBNIEKI

Notiks divi turnīri:

#### **Vīru turnīrs**

- Piedalās vīrieši un jaunieši, kuri dzimuši 2001. gadā vai agrāk
- Laukumā vienā komandā vienlaicīgi spēlēs 4 laukuma spēlētāji un 1 vārtsargs.

#### **Dāmu un bērnu-jauniešu jaukto komandu turnīrs**

- Piedalās dāmas, jaunākā gadagājuma jaunieši un bērni, kuri dzimuši 2002. gadā vai vēlāk. Iespējamas arī "tīras" dāmu komandas.
- Laukumā vienā komandā vienlaicīgi spēlēs 5 laukuma spēlētāji un 1 vārtsargs, ko kuriem vismaz divas dāmas.

Pieteikumā drīkst būt **divi** rezervisti. Laukumā drīkst iziet tikai pieteiktie spēlētāji. Spēlētājs drīkst būt pieteikts tikai vienā komandā.

### FUTBOLS - SPĒĻU NORISE

Pieteikumu anketas būs pieejamas sestdienas sacensību laikā un svētdien 11:00-11:30 triatlona starta vietā.

Aizpildītās anketas jānodod galvenajam futbola turnīra organizatoram līdz 11:30.

Ap 14:00 pie 1. futbola laukuma komandu kapteiņu sapulce un grupu izloze.

Aptuvenais turnīru ilgums līdz 20:00.

### FUTBOLS - VĒRTĒŠANA

Futbolā tiek noteikti pirmo trīs vietu ieguvēji katrā turnīrā.

### FUTBOLS - TIESĀŠANA

Tiesāšanu veic tiesnešu komanda galvenā tiesneša Kristapa Lešinska vadībā.

### FUTBOLS - APBALVOŠANA

Apbalvošana paredzēta uzreiz pēc pēdējās spēles (ap 19:00) futbola laukumā.





#### SAZIŅA AR ŠĶŪNENIEKU KAUSA RĪKOTĀJIEM

Par sacensību norisi un sadzīves lietām:

Gatis Kurzemnieks – 26141666, gatis@skunenieki.lv

Par pārējiem jautājumiem:

Aivars Galejs – 29227771, aivars.galejs@gmail.com

Šķūnenieku Kausa mājaslapa – <http://www.skunenieki.lv>

Draugiem.lv – <http://www.draugiem.lv/skunenieki>

Twitter – <http://twitter.com/skunenieki>

Facebook – <https://www.facebook.com/skunenieki>

## MŪSU ATBALSTĪTĀJI

