|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **LATVIJAS REPUBLIKAS MODERNĀS PIECCĪŅAS FEDERĀCIJA**  Rīga, Grostonas iela 6B  [info@pieccina.lv](mailto:info@pieccina.lv)  Tel. +371 20232687 |  | **LATVIAN**  **MODERN PENTATHLON**  **FEDERATION**  Riga, Grostonas street 6B  [info@pieccina.lv](mailto:info@pieccina.lv)  Tel. +371 20232687 |

**Latvijas Modernās pieccīņas federācijas atklātais Latvijas čempionāts (Rīga Open) 19-20.01.2019.**

**NOLIKUMS**

**Mērķis un uzdevumi**

* Popularizēt veselīgu dzīvesveidu Latvijā;
* Popularizēt Moderno pieccīņu Latvijas iedzīvotāju vidū;
* Iesaistīt Latvijas iedzīvotājus sporta aktivitātēs;
* Noskaidrot labākos absolūtos uzvarētājus.

**Programma**

**19.01.2019**

Plkst. 13:00 Jāšana

Plkst. 16:00 Iesildīšanās paukošanā. 16.30 Starts

**20.01.2019**

Plkst. 10.15 Iesildīšanās peldēšanā., Plkst. 10:45 Starts

Plkst. 15.00 Starts E un D grupas jauniešiem skriešanā 500 m; seko starts C grupas jauniešiem skriešanā 1000m

Plkst. 15.30 Iesildīšanās un starts *laser run* (skriešana, šaušana) B grupas jauniešiem un A grupas jauniešiem, junioriem un pieaugušajiem.

**Paukošanas un jāšanas norises vieta:** Sporta centrs “Kleisti”, Kleistu iela 75, Rīga, LV-1067

**Peldēšanas norises vieta:** RTU Ķīpsalas Peldbaseins, Ķīpsalas iela 5, Rīga, LV-1048

**Skriešanas norises vieta:** Rīgas sporta manēža, Maskavas iela 160, Rīga, LV-1003

Sportisti sacensībās sacenšas atbilstoši savam vecumam atbilstoši zemāk minētajai tabulai. Uzvarētāji (sievietes un vīrieši) katrā grupā tiek apbalvoti ar diplomiem, medaļām un balvām.

Dalība iepriekš ir jāpiesaka pieteikuma anketā.

**Dalībnieku reģistrācija**

Pieteikšanās sacensībām pa e-pastu: [deniss.cerkovskis.mp@gmail.com](mailto:deniss.cerkovskis.mp@gmail.com) **līdz 12.01.2019**

Dalījums grupās:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Grupa*** | ***Dzimšanas gads*** | ***Disciplīnas*** |
| Jaunieši E / **U-11** | 2009 – 2010 | skriešana: 320 m  peldēšana: 50 m |
| Jaunieši D / **U-13** | 2007 – 2008 | skriešana: 320 m  peldēšana: 50 m |
| Jaunieši C / **U-15** | 2005 – 2006 | skriešana: 960 m  peldēšana: 100 m |
| Jaunieši B / **U-17** | 2003 – 2004 | kombinētā skriešanas un šaušanas disciplīna (*laser run*): 2000 m  peldēšana: 200 m |
| Jaunieši A / **U-19** | 2002 un vecāki | kombinērtā skriešanas un šaušanas disciplīna (*laser run*): 2000 m  peldēšana: 200 m |

! Pistoles un mērķi jānogādā sacensību vietā pašiem (ja izmantos personīgos).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Grupa*** | ***Dzimšanas gads*** | ***Disciplīnas*** |
| Juniori un pieaugušie | 2002 un vecāki | Jāšana, paukošana, kombinērtā skriešanas un šaušanas disciplīna (*laser run*): 3200 m  peldēšana: 200 m |

\*jaunieši, kuri grib piedalīties četrcīņā, piesakās Junioru un pieaugušo grupā.

**Sīkāka informācija pie Denisa Čerkovska pa tālruni: +371 29122013**

**Pieteikuma forma:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Uzvārds** | **Uzvārds** | **Dzimšanas gads** | **Grupa** | **Laiks peldēšanā** | **Piezīmes** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |