

35. Skrējiens "Jānis un Jānītis" 2024

(pirmais skrējiens 1989.gadā)

NOLIKUMS

MĒRĶIS

Veicināt veselīgu dzīves veidu, motivēt sportistus uz labiem rezultātiem, popularizēt Cēsis kā tradīcijām bagātu pilsētu, sporta un aktīva dzīvesveida centru.

1. PAMATINFORMĀCIJA

1.1. Datums

2024. gada 23. jūnijs, sākot no plkst.9:30 līdz 14:30.

1.2. Norises vieta

Cēsis - Rožu laukums

1.3. Distances

- 400 m bērnu distance <https://connect.garmin.com/modern/course/267332982>
- 6 km skriešanas distance un nūjošanas distance
<https://connect.garmin.com/modern/course/267334616>
- 12 km skriešanas distance <https://connect.garmin.com/modern/course/267375345>

1.4. Trase

Bērnu skrējiens notiek pilsētvidē pa cieta seguma ceļu. 6km un 12km trases dalībnieki veic maršrutu pa cieta seguma ceļiem, meža ceļiem un takām. Trasē tiks ierobežota transporta kustība, bet tā netiks pilnībā slēgta.

1.5. Sacensību programma

Starts un finišs Rožu laukumā

- 9:30 – numuru izsniegšana
- 10:30 - bērnu skrējiens
- 11:00 - starts 6km un 12 km trasē skrējējiem
- 11:05 - starts nūjotājiem 6 km trasē
- 12:45 līdz 14:30 - apbalvošana un balvu izloze

1.6. Reģistrācija

- Dalībnieku reģistrācija visām distancēm notiek interneta vietnē: <https://registrijies.eu/JJ24/>
- Reģistrācija beidzas 19.jūnijā plkst. 12:00.
- Pasākuma dienā uz vietas reģistrēties nebūs iespējams.

2. GALVENIE NOTEIKUMI

2.1. Vecuma grupas

- 400 m bērnu distancē drīkst piedalīties bērni līdz 7 gadu vecumam (2018. dzimšanas gads un jaunāki).
- 6 km un 12 km skriešanas distanču dalībnieki tiek iedalīti 3 vecuma grupās gan vīriešu, gan sieviešu konkurencē:
 - S/V jaunieši līdz 19 gadiem (2006. dzimšanas gads un jaunāki),
 - S/V pieaugušie no 19 līdz 45 gadiem (1979.–2005. dzimšanas gads),
 - S/V veterāni no 45 gadiem un vecāki (1978. dzimšanas gads un vecāki).
- 6 km un 12 km sacensībās drīkst piedalīties arī dalībnieki, kas ir jaunāki par 2018. gadu, bet ar nosacījumu, ka kāds no vecākiem vai aizbildņiem piedalās skrējienā vai sacensību laikā atrodas pasākuma norises vietā un uzņemas pilnu atbildību par dalībnieka fizisko spēju un veselības stāvokļa atbilstību veicamajai distancei.

2.2. Kontrolaiks

Visu distanču veikšanai tiek noteikts kontrolaiks - līdz 13:30.

2.3. Nūjotāji

Nūjotājiem paredzēta 6km distance bez apbalvošanas vecuma grupās, taču nūjotājiem tiks ņemts finiša laiks un nūjošanas distances veicējiem paredzēta atsevišķa balvu izloze. Nūjotāji, kas ir pārliecināti par savām spējām var reģistrēties arī 12km distancei un piedalīties tajā ar nosacījumu, ka starta koridorā nūjotāji startē no aizmugures, sacensību pirmajos metros dodot priekšroku skrējējiem un ļaujot dalībniekiem izretoties atbilstoši viņu fiziskajai sagatavotībai.

2.4. Bērnu skrējieni

Bērnu skrējieni notiek bez finiša laika kontroles un apbalvošanas vecuma grupās. Bērnus trasē var pavadīt vecāki, ar nosacījumu, ka tas netraucē citiem dalībniekiem, īpaši bērniem, kas veic trasi patstāvīgi.

2.5. Obligātais ekipējums

12 km distances skrējējiem, kas vēlēties izmantot trasē pieejamo ūdens dzeršanas punktu, jābūt līdzī savam dzeršanas traukam. Ūdens punktā vienreizlietojamie trauki netiks nodrošināti

un dzeršana bez sava trauka netiks atļauta. Pasākuma organizatori rekomendē izvēlēties laikapstākļiem un veicamajai distancei atbilstošu apģērbu un apavus, kā arī padomāt par dzeramā ūdens rezervēm, komfortablai trases veikšanai.

2.6. Apbalvošana

- Visi savlaicīgi reģistrētie dalībnieki tiks apbalvoti ar piemiņas medaļām.
- 3 ātrākie vīrieši un sievietes 6km, 12km distancēs katras vecuma grupas ieskaitē tiks apbalvoti ar piemiņas medaļām, atbalstītāju un organizatoru sagādātām piemiņas balvām.
- Atsevišķi tiks apbalvotas absolūti ātrākās sievietes un vīrieši 6km un 12km distancē.
- Dalībnieki, kuru vārds ir Līga vai Jānis, tiks godināti ar īpašām pārsteiguma balvām.
- Pēc apbalvošanas notiek balvu izloze, kurā piedalās finišējušie un uz vietas esošie dalībnieki. Galvenā atbalstītāju balva sporta viedpulkstens no Pulsometers.lv.

2.7. Dalības maksa

400m bērnu skrējieni: 5 €

6km skriešana un nūjošana: 12 €

12km skriešana: 15 €

2.8. Laika ņemšana

Rezultāti tiks nodrošināti, izmantojot identus, to nozaudēšanas gadījumā, dalībniekam jāmaksā 70€ sods.

3. PĀRĒJIE NOTEIKUMI

3.1. Distanču marķējums

- Distances tiks marķētas ar lentām un uz trases uzpūstām košām bultām, lai nepārprotami norādītu distances virzienu.
- Dalībnieki drīkst pārvietoties tikai pa marķēto trasi; distances saīsināšana ir aizliegta.

3.2. Veselība un drošība

- Katrs dalībnieks uzņemas pilnu atbildību par sava veselības stāvokļa atbilstību izvēlētajās distancēs veikšanai un apliecina to, reģistrējoties sacensībām. Sacensību rīkotāji nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām vai nelaimes gadījumiem sacensību laikā.
- Dalībnieka izstāšanās gadījumā sacensību rīkotāji nenodrošina dalībnieka nokļūšanu līdz finišam.

3.3. Tiesāšana un diskvalifikācija

- Sacensību rīkotājiem ir tiesības diskvalificēt dalībnieku, ja viņš neievēro sabiedriskās kārtības normas un skrējiena nolikuma prasības, tajā skaitā nesniedz palīdzību skrējējam, kuram distancēs veikšanas brīdī ir radušās veselības problēmas.

- Sacensību rīkotāji patur tiesības diskvalificēt dalībnieku gadījumā, ja ir nepārprotami redzams, ka dalībnieks nav spējīgs turpināt dalību sacensībās.
- Distancēs atradīsies tiesneši, kuri sekos līdz sacensību norisei, bet tas neatbrīvo dalībniekus no pienākuma ievērot sacensību nolikumu.
- Trasē tiks nodrošināta viena laika ņemšanas kontroliekārta, lai pārliecinātos, ka dalībnieks tiešām veicis distanci.

3.4. Uzvedības un kārtības normas

- Visiem dalībniekiem ir jāievēro savstarpējās laipnības un palīdzības noteikumi – neatteikt palīdzību viens otram veselības un citu problēmu gadījumos.
- Nedrīkst atstāt aiz sevis atkritumus, piemēram, izlietotu preču iepakojumus. Tie jānogādā līdz atkritumu urnām finišā.

3.5. Foto un video

- Sacensību rīkotājiem ir tiesības mārketinga un reklāmas nolūkiem izmantot sacensību laikā uzņemtās fotogrāfijas un video materiālus bez saskaņošanas ar tajās redzamajām personām.

4.6. Datu apstrāde

- Reģistrējoties sacensībām, dalībnieks apstiprina, ka ir iepazinies ar nolikumu un piekrīt tā noteikumiem, kā arī savu personas datu (vārds, uzvārds, dzimšanas gads, pilsēta) apkopošanai un publiskošanai atbilstoši Fizisko personu datu aizsardzības likuma 7. panta 1. un 2. punktam, lai nodrošinātu pasākuma kvalitatīvu norisi.
- Datu apstrādes mērķis: informācijas atklātības nodrošināšanai.

4.7. Izmaiņas nolikumā

- Sacensību rīkotājiem ir tiesības veikt izmaiņas un papildinājumus nolikumā ne vēlāk kā 3 dienas līdz sacensībām.
- Sacensību rīkotāji nav atbildīgi par to, ka dalībnieki nav iepazinušies ar nolikumu.
- Nolikums pieejams <https://ej.uz/JJ2024nolikums>

4.8. Rīkotājs

- Sacensības rīko biedrība SK Noskrien Cēsis ar Cēsu novada pašvaldības finansiālu un informatīvu atbalstu. Atbildīgā SK Noskrien Cēsis persona: Andžejs Stepančuks, tālr. 25951714, noskriencesis@gmail.com.

35.SKRĒJIENS JĀNIS UN JĀNĪTIS

23.JŪNIJĀ | ROŽU LAUKUMĀ, CĒSĪS

PLKST.9.30 - NUMURU IZSNIEGŠANA

PLKST.10.30 - STARTS BĒRNU SKRĒJENIEM

PLKST.11.00 - STARTS SKRĒJENIEM 6KM UN 12KM TRASĒ

PLKST.11.05 - STARTS NŪJOTĀJIEM 6KM TRASĒ

PLKST.12.45 - APBALVOŠANA UN BALVU IZLOZE

Reģistrēšanās no 6.maija vietnē registrejies.eu/JJ24/

Vairāk informācijas: cesis.lv



cešis

NOSKRIENI
CĒSĪS



DEMONTĒT.LV

VENDEN

Mežezers

Ceši MAIZE



BĀSEINS

BIRO GĀS
MAZKĀRĀM

Raiskumētis

TOLIMĒTS

MA
MARKETS