

Skriešanas – nūjošanas seriāls "Cēsu aplī"



„CĒSU APLĪ”
Skriešanas – nūjošanas seriāls
no 25. līdz 29. septembrim, Cēsu Pils parkā

Katru darba dienu:
no plkst. 17.30 numuru saņemšana, iesildīšanās
no plkst. 18.00 – 19.00 iešana, soļošana, nūjošana, skriešana

Dalība pasākumā bez maksas!
Pasākumu organizē Cēsu novada pašvaldība

No 25.septembra līdz 29.septembrim Cēsu Pils parkā notiks skriešanas – nūjošanas seriāls „Cēsu aplī”. Pulcēšanās un numuru izņemšanas plkst.17.30. No 25.septembra līdz 29.septembrim Cēsu Pils parkā notiks skriešanas – nūjošanas seriāls „Cēsu aplī”. Pulcēšanās un numuru izņemšanas plkst.17.30.

Iepriekšējā pieteikšanās ir beigusies, pieteikties varēs pasākuma vietā.

No pirmdienas līdz piektdienai ikviens interesents aicināts veikt pēc iespējas vairāk aplū Cēsu Pils parkā (ejot, soļojot, nūjojot, skrienot).

Programma (katru nedēļas darba dienu):

No plkst.17.30 numuru saņemšana, iesildīšanās

Plkst.18.00 -19.00 iešana, soļošana, nūjošana, skriešana – katrs dalībnieks izvēlas pats savu starta un finiša laiku, iepriekš pierēģistrējoties pie tiesneša. Temps un distances garums pēc individuālajiem ieskatiem un spējām.

Uzvarētāji tiks noteikti pēc nedēļas laikā veikto aplū kopsummas vecuma grupās – Bērni līdz 3 gadu vecumam, 3-4 gadi, 5-6 gadi, meitenes un zēni atsevišķās grupās 7-10 gadi, 11-14 gadi, 15-18 gadi;

Pieaugušie (atsevišķās grupās sievietes un vīrieši):18 - 29 gadi, 30 - 39 gadi; 40 - 49 gadi, 50- 59 gadi; 60- 69 gadi; 70 gadi un vecāki.

Piesakoties Cēsu mājas lapā vai starta vietā, katrs dalībnieks apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savu veselības stāvokli. Par nepilngadīgām personām atbild viņu likumīgie pārstāvji.

Dalība pasākumā bez maksas!

Reģistrēties iespējams uz vietas no plkst.17.30.

Rezultāti tiks publicēti Cēsu mājas lapas sporta sadaļā.

Ierobežotā daudzumā iespējams uz vietas saņemt arī nūjas.

Pasākumu organizē Cēsu novada pašvaldība.