

# ŠĶĒRŠĻU SKRĒJIENS BACKYARD RACE 2026

## NOLIKUMS

### 1. Mērķis un uzdevumi

- 1.1. Popularizēt šķēršļu skriešanas (OCR) sporta veidu.
- 1.2. Aktīva dzīvesveida veicināšana iedzīvotāju vidū.
- 1.3. Sagatavoties startiem starptautiskajās šķēršļu skriešanas sacensībās.
- 1.4. Noskaidrot labākos šķēršļu skrējējus.

### 2. Laiks,vieta un distances

- 2.1. Sacensības notiek **Jelgavas novada, Cenu pagasta, "Grietās" 2026.gada 10.maijā.**
- 2.2. **Google Maps koordinātes 56.724303, 23.825221**
- 2.3. Distances garums Elites klasei ap 3 km, šķēršļu skaits ap 60. Distances garums Open klasei ap 2 km, šķēršļu skaits ap 30.
- 2.4. Neparedzētu apstākļu vai īpaši sliktu laikapstākļu gadījumā sacensību datums vai starta laiks var tikt mainīti iepriekš par to izziņojot sacensību mājaslapā un sociālajos kontos.

### 3. Dalībnieki un grupas

- 3.1. Šķēršļu skrējienos, neatkarīgi no dzimuma, var piedalīties dalībnieki no 16 gadu vecuma.
- 3.2. **Atsevišķi tiek vērtētas vīriešu, sieviešu un komandu kategorijas. Vīriešu un sieviešu kategorijā atsevišķi tiek vērtētas Elites un Open klasēs.**

### 4. Reģistrācija

- 4.1. Dalībnieku reģistrācija notiek mājaslapā [www.runningcoach.lv/backyard-race/](http://www.runningcoach.lv/backyard-race/)
- 4.2. Reģistrēšanās tiešsaistē tiek slēgta 48 stundas pirms sacensību starta.

## 5. Dalības maksa

5.1. Dalības maksa Elites klasēm tiek noteikta 25 EUR apmērā, OPEN klasēm 20 EUR apmērā, reģistrējoties un apmaksājot dalības maksu ne vēlāk kā 48 stundas pirms sacensību starta. Reģistrēšanās sacensību dienā uz vietas – Elites klasēm 30 EUR, OPEN klasēm 25 EUR.

5.2. Komandas dalības maksas apmērs ir 30 EUR (10 EUR no cilvēka).

5.3. Tiem dalībniekiem, kuri startē individuālajā distancē tiek piemērota 50% atlaide dalības maksai komandas skrējienā (atlaide ir individuāla un neattiecas uz pārējiem komandas biedriem, ja tie nav startējuši individuālajā distancē).

5.4. No dalības maksas tiek nodrošināta šķēršļu tehniskā apkope, trases marķēšana, distances plānošana, tiesnešu darbs, labierīcību noma, fotogrāfa bildes, rezultātu fiksēšana un apkopošana, balvu fonds.

## 6. Apbalvošana

6.1. Ar piemiņas balvām tiek apbalvoti 1.-3. vietu ieguvēji vīriešu, sieviešu (Elites un Open klasēs) un komandu konkurencē.

6.2. Uzreiz pēc apbalvošanas notiks izloze starp visiem dalībniekiem, kuri savā īpašumā varēs iegūt vērtīgas dāvanas. Klātesamība noslēguma loterijā ir obligāta. Viens un tas pats dalībnieks nevar laimēt vairāk nekā vienu loterijas balvu.

## 7. Šķēršļu skrējiena norise

**7.1. Reģistrācijas sākums 11:00. Instruktaža ar šķēršļu noteikumu detaļām 12:00. Starta kārtība un starta laiki tiks precizēti Backyard Race Facebook lapā ne vēlāk kā nedēļu pirms sacensībām.**

7.2. Lai veiktu laicīgu reģistrēšanos, precizētu šķēršļu izpildi un iesildītos, ieteicamais ierašanās laiks sacensību vietā ir 60 minūtes pirms sava starta.

**7.3. Komanda sastāv no 3 dalībniekiem, kur vismaz viens dalībnieks ir sieviete vai vismaz viens Open klases vīrietis.** Izlozes kārtībā komandas sāk katra savā šķēršļu koridorā, līdz tiek veikti visi šķēršļu koridori. Komandu stafete sākas 15 minūtes pēc pēdējā individuālā dalībnieka finiša.

7.4. Dalībnieki veic marķētu trasi, kur katrā aplī pēc standarta apļa veikšanas ir jāveic šķēršļu koridori numerācijas kārtībā. **Elites klases dalībnieki veic visus šķēršļu koridorus, savukārt Open klases dalībnieki veic pirmos 5 koridorus.** Par katru neizpildītu šķēršli pēc izešanas no koridora ir jāveic atbilstošais soda apļu skaits un tikai tad var turpināt skrējieni standarta aplī. Ja visi koridora šķēršļi tiek izpildīti, tad distanci var veikt tālāk bez soda apļa veikšanas.

7.5. Laika uzskaitē tiks veikta izmantojot hronometru vai Sportident atzīmēšanas sistēmu.

7.6. Uzvar dalībnieks/komanda, kurš/-a distance uzrāda ātrāko laiku.

7.7. Sacensības notiek marķētās trasēs.

7.8. Sacensību vietā netiek nodrošināta garderobe, duša un ēdināšana.

7.9. Ja dalībnieks gūst traumu, par to nekavējoties jāziņo sacensību galvenajam tiesnesim. Sacensību reģistratūrā būs pieejama pirmās palīdzības aptieciņa. Nopietnākas traumas gadījumā tiek izsaukta NMPD ekipāža pa tālruni 113, tuvākā slimnīca – Jelgavas Pilsētas Slimnīca, Brīvības bulvārī 6, Jelgavā.

## **8. Publicitāte un privātums**

8.1. Sacensību laikā dalībnieki var tikt fotografēti vai filmēti.

8.2. Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka organizatoriem ir tiesības izmantot sabiedrisko attiecību un reklāmas mērķiem sacensību laikā uzņemtās fotogrāfijas un videomateriālus bez saskaņošanas ar tajos redzamajiem cilvēkiem.

8.3. Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka neiebilst dalībnieku saraksta un rezultātu publicēšanai.

## **9. Noteikumi**

9.1. **Šķēršļu izmēģināšana pirms sava starta ir aizliegta.** Pēc finiša, netraucējot vēl startējušajiem dalībniekiem, šķēršļu izmēģināšana netiek ierobežota.

9.2. Šķēršļu izpildi uzraudzīs tiesneši.

9.3. **Elites klasē katra šķēršļa izpildei ir atļauts tikai viens mēģinājums, Open klasei noteikumi var atšķirties un tiks precizēti sacensību instruktāžas laikā.**

9.4. Dalībnieks ir pats atbildīgs, lai pirms sava starta precizētu katra šķēršļa izpildes prasības pie sacensību tiesnešiem.

9.5. **Dalībnieka pienākums reģistrēšanās laikā ir iepazīties ar sacensību drošības noteikumiem, kuri ir publicēti sacensību mājaslapā. Reģistrēšanās sacensībām kalpo kā apliecinājums tam, ka dalībnieks ir iepazinies ar drošības noteikumiem un apņemas tos ievērot.**

9.6. Dalībnieki ir atbildīgi par savu veselības stāvokli, regulāru veselības pārbaudi veikšanu, savas veselības un dzīvības apdrošināšanu. Par

nepilngadīgu dalībnieku veselības aprūpi, regulāru veselības pārbažu veikšanu, veselības un dzīvības apdrošināšanu ir atbildīgi vecāki (personas, kas realizē aizgādniecības tiesības). Sacensību organizatori atbildību par nelaimes gadījumiem pasākuma norises laikā neuzņemas.

9.7. Visi dalībnieki, kuri tiks pieķerti negodīgā cīņā un neveiks pilno distanci, tiks diskvalificēti.

## **10. Izmaiņas sacensību nolikumā**

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā. Būtiskākās izmaiņas, ja tādas būs, tiks paziņotas sacensību mājaslapā. Organizatori nav atbildīgi par to, ka dalībnieki nav iepazinušies ar nolikumu.

## **11. Organizatora rekvizīti**

Sporta klubs "runningcoach.lv"

Reģ. nr. 50008334071

Jelgavas novads, Cenu pagasts, Cena, "Grietas", LV-3018

AS "SEB banka"

UNLALV2X

LV52UNLA0055004305866