**LNSS 2021. gada čempionāts spēka trīscīņā.**

**NOLIKUMS.**

**Vieta un laiks:**

Spēka trīscīņas sacensības notiks, 2021. gada 25.septembrī, plkst. 11.00 Rīgā. Matīsa iela 8, Rīga, LV-1001.

**Sacensību vadība:**

Sacensības organizē un vada LNSS

**Sacensību programma:**

10.30 – Ierašanās un reģistrēšanās, svēršanās

10.45 – iesildīšanās

11.00 – sacensību sākums

**Dalībnieki:**

Dalībnieki tiek iedalīti sekojošās grupās: sievietes un vīrieši.

**Sacensības:**

Sacensības notiek pēc IBSA un pēc IPF (Starptautiskā Pauerliftinga federācija) noteikumiem sekojošās disciplīnās:

A. Piesēdieni B. Spiešana guļus C. Vilkme D. Kopsumma

**Noteikumi:**

* Sacensības notiek starp spēka trīscīņas atlētiem kategorijās, kas tiek noteiktas pēc dzimuma.
* Jebkura vecuma atlētiem, kas vecāki par 16 gadiem.
* Katram dalībniekam ir trīs mēģinājumi katrai disciplīnai.
* Atlēta labākais, ieskaitītais mēģinājums katrā disciplīnā veido sacensību rezultātu kopsummu.
* Ja divi vai vairāki sacensību dalībnieki sasniedz vienādu kopsummu, tad vieglākais dalībnieks ierindojas augstākā vietā par smagāko.
* Uzvarētājs tiek noteiks pēc Wiks koeficienta.

**Apģērbs:**

Katrs dalībnieks pats nodrošina sev sporta tērpu un apavus attiecīgi noteikumiem. Tiesnesim ir tiesības nepielaist dalībnieku pie starta, ja dalībniekam nav noteikumiem atbilstoša tērpa.

**Apbalvošana:**

1.-3. vietu ieguvēji pēc sacensībām tiek apbalvoti ar medaļām. Ja ir mazāk par 4 dalībniekiem, tad apbalvo tikai 1. un 2. vietas ieguvējus. Ja  piedalās mazāk par 3 dalībniekiem, ar sacensību medaļu apbalvo tikai 1.vietas ieguvēju.

**Dalības maksa:**

LNSS gada licenču īpašniekiem, jauniešiem līdz 18 gadu vecumam,senioriem 70+ **–** bezmaksas.

Pārējiem dalībniekiem – 2 EUR.

**Pieteikumi:**

Pieteikumi jāaizpilda elektroniski(https://form.jotform.com/202234945608355), līdz 11. septembrim pēc aicinājumā norādītās saites (ja kādu iemeslu dēļ nav iespējas pieteikumu nosūtīt elektroniski, tad zvanīt pa tel. 29624353).

Pieteikties sacensībām iespējams, veidojot kolektīvo pieteikumu caur reģionāliem neredzīgo sporta klubiem.

* Pārstāvim vai dalībniekam jābūt līdzi LNSS gada licencei vai diagnozi apliecinošam dokumentam.

**Sacensību atcelšana/pārcelšana:**

LNSS var dažādu apstākļu dēļ atcelt vai pārcelt sacensības, kā arī mainīt sacensības norises vietu un laiku, par to paziņojot reģionālajām organizācijām un sporta klubiem, kā arī izsūtot e-pastu LNSS datu bāzē pieejamajiem sportistiem. Informācija iegūstama sūtot jautājumus uz e-pastu lnsssports@gmail.com vai zvanot pa tālruni 29624353.

**Izmaiņas sacensību nolikumā:**

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā. Informāciju var saņemt sūtot jautājumus uz e-pastu lnsssports@gmail.com vai zvanot pa tālruni 26596476.

**Sacensību laikā katrs dalībnieks pats ir atbildīgs par savu veselības stāvokli, apliecinot to ar savu parakstu veselības apliecinājuma izziņai, ko sagatavojusi LNSS valde.**

**Organizatori nav atbildīgi par nolikuma nezināšanu.**

**LNSS valdes loceklis Artūrs Būda**