Apstiprinu : Apstiprinu:

Rūjienas NSS direktore Valmieras BSS direktore

L.Stupele L. Dzene

**N O L I K U M S**

**Valmieras BSS un Rūjienas NSS pārbaudes sacensībām vieglatlētikā**

**Mērķis**

1. Pārbaudīt mācību treniņu darba rezultātus.

**Vieta un laiks.**

Sacensības notiek Valmierā, J. Daliņa stadiona manēžā 2017.gada, 22.novembrī.

Sacensību sākums plkst. 12.00

**Dalībnieki**.

Sacensībās piedalās Valmieras BSS un Rūjienas NSS vieglatlēti.

Sacensības notiek 3 vecuma grupās – 2007.g.dz., 2008.g.dz. un 2009.g.dz. un jaunāki.

**Sacensību programma**

2007., 2008. g. 60 m, 1 aplis, 3 apļi, augstums, tālums (atspēriens 1 m zonā), lode (z – 2 kg; m – 2 kg)

2009.g. un jaunāki 60 m, 2 apļi, tālums (atspēriens 1m zonā), pildbumbas mešana no apakšas (1 kg).

 Katram dalībniekam atļauts startēt 2 disciplīnās.

 **2009.g. un jaun. startē bez naglu kurpēm.**

**Apbalvošana**

Pirmo triju vietu ieguvējus katrā disciplīnā apbalvo Rūjienas NSS ar medaļām un Valmieras BSS ar diplomiem.