



## „Paralimpiskā sporta diena Rīgas pilsētā”

### Sacensību informācija

#### Mērķis un uzdevums.

Paralimpiskā sporta diena - sacensības komandas sporta veidos – sēdvolejbolā, boccia un individuālos sporta veidos – šahs, dambrete, šautriņu mešana, peldēšana, armreslings, poverliftings, novuss, galda teniss, galda hokejs, ratiņbasketbola soda metieni, boccia.

Sacensībās var piedalīties cilvēki ar invaliditāti **gan pieaugušo, gan jauniešu grupās**. Lai radītu veselīgu konkurenci sportistu starpā, kā sacensību dalībnieki tiks pieaicināti arī vadošie paralimpisko sporta veidu sportisti gan kā sacensību dalībnieki, gan arī, kā savu sporta veidu federāciju pārstāvji.

#### Vieta un laiks.

**Sacensības notiks 2013. gada 18.maijā**, sporta centrā „Ķeizarmežs”, Ezermalas iela 30, Rīga.

**Dalībnieku reģistrācija un klasifikācijas komisija darbosies no plkst. 9.00. - 9.45. Sacensību sākums plkst. 10.00.**

## **Sacensību programma.**

Sacensības notiks: 12 sporta veidos – orientējošie sacensību norises

laiki:

Šahs	10.00 – 15.00
Dambrete	10.00 – 15.00
Galda teniss	10.00 – 13.00
Galda hokejs	11.00 – 15.00
Peldēšana	14.00 – 16.00
Šautriņu mešana	11.00 – 16.00
Armreslings	12.00 – 16.00
Poverliftings	13.30 – 14.30
Novuss	11.00 – 16.00
Boccia	10.00 – 16.00
Sēdvolejbols	13.00 - 16.00
Ratiņbasketbola soda metieni	10.30 – 13.00

Sacensību noslēgums un apbalvošana 16.00. – 16.30

## **Sacensību dalībnieki.**

Sacensībās var piedalīties cilvēki ar invaliditāti no 12 gadu vecuma, kā arī LPK federāciju un sporta klubu biedri.

Katrs **dalībnieks** ar parakstu pieteikumā - **pats atbild par sava veselības stāvokļa atbilstību sacensībām!**

**Par bērnu piedalīšanos sacensībās ir atbildīgi vecāki, asistenti vai skolu pasniedzēji.**

**Sporta kompleksā ir jāierodas sporta tērpā un sporta apavos, sacensību dalībniekiem obligāti, līdzbraucējiem - jābūt maiņas apaviem.**

## Pieteikumi.

Pieteikšanās sacensībām līdz 10.05.2013. vakaram (plkst. 16.00), aizpildot pieteikuma formu un nosūtot to uz e-pastu [ulmane.inese@inbox.lv](mailto:ulmane.inese@inbox.lv), vai zvanot pa tālruni 67311903.

\*\*\*Tiem dalībniekiem, kuri būs pieteikušies līdz noteiktajam datumam tiks nodrošinātas siltas pusdienas, T-krekls ar sacensību simboliku un dzeramais ūdens.

\*\*\*Dalībniekiem, kuri uz sacensību dienu būs ieradušies bez iepriekšējas pieteikšanās – pusdienas un T-krekls netiek garantēti, kā arī piedalīties varēs tikai tajos sacensību veidos, kur sarakstā būs vēl brīvas vietas.

## Sporta veidu norise.

**Šahs** – sacensībās piedalās sportisti divās vecuma grupās līdz 18 gadiem un no 19 gadiem un vecākiem, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks pēc viena mīnusa sistēmas ar ierobežotu spēles laiku.

\*\*\*Šahs – ir pieejami speciāli pielāgoti komplekti neredzīgiem un vājredzīgiem dalībniekiem. *Lūgums atzīmēt pieteikuma anketā, ja vajadzīgs šāds šaha komplekts cilvēkam ar redzes traucējumiem.*

**Dambrete** – sacensībās piedalās sportisti divās vecuma grupās līdz 18 gadiem un no 19 gadiem un vecākiem, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks pēc viena mīnusa sistēmas ar ierobežotu spēles laiku.

\*\*\*Dambrete – ir pieejami speciāli pielāgoti komplekti neredzīgiem un vājredzīgiem dalībniekiem. *Lūgums atzīmēt pieteikuma anketā, ja vajadzīgs šāds šaha komplekts cilvēkam ar redzes traucējumiem.*

**Galda teniss** – sacensībās piedalās sportisti divās **vecuma grupās līdz 18 gadiem un no 19 gadiem un vecākiem**, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks pēc izslēgšanas sistēmas, sacensību dalībnieku pāri tiks sastādīti pēc izlozes, katrā spēlē būs tikai viens sets līdz 11 p-tiem. Spēles par 3.vietu un 1.vietu būs līdz diviem uzvarētiem setiem līdz 11 p-tiem .

**Galda hokejs** – sacensībās piedalās sportisti divās **vecuma grupās līdz 18 gadiem un no 19 gadiem un vecākiem**, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks pēc izslēgšanas sistēmas, sacensību dalībnieku pāri tiks sastādīti pēc izlozes.

**Peldēšana** – sacensības piedalās sportisti **divās vecuma grupās līdz 18 gadiem un no 19 gadiem un vecākiem**, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks 25m distancē – divos peldēšanas veidos - brasā, uz muguras un 50m brīvajā stilā. **Sacensībās piedalās tikai sportisti ar peldēšanas iemaņām.**

**Šautriņu mešana** – sacensībās piedalās sportisti divās **vecuma grupās no 12 gadiem līdz 17 gadiem un no 18 gadiem un vecākiem**, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks ieskaitē no 7 metieniem ar 3 izmēģinājuma metieniem.

**Armreslings** – sacensībās piedalās sportisti divās grupās cilvēkiem ratiņkrēslā un staigājošajiem sportistiem, dāmu un kungu konkurencē. **Sportistu vecums no 16 gadiem.** Sacensību dalībnieku pāru saraksts tiks veikts izlozes veidā.

**Poverliftings** – sacensības piedalās sportisti pēc svara kategorijām, dāmu un kungu konkurencē. **Sportistu vecums no 16 gadiem.** Sacensību dalībnieku svēršanās no plkst.12.30.

**Novuss** – sacensībās piedalās sportisti divās **vecuma grupās līdz 18 gadiem** un **no 19 gadiem un vecākiem**, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Sacensības notiks pēc izslēgšanas sistēmas, sacensību dalībnieku pāri tiks sastādīti pēc izlozes. Katra spēle notiks tikai viens sets. Finālspele notiks līdz diviem uzvarētiem setiem.

**Boccia** – sacensībās piedalās sportisti divās **vecuma grupās no 12 gadiem līdz 17 gadiem** un **no 18 gadiem un vecākiem**, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs.

- sacenšas divas komandas, katrā komandā var būt 2 vai 3 spēlētāji, var spēlēt arī individuāli.
- viena komanda lieto sarkanās bumbiņas, otra komanda lieto zilās bumbiņas.
- vispirms baltā "mērķa" bumbiņa tiek iemesta laukumā. To dara sarkanās komandas spēlētājs jeb *sarkanie* sāk pirmie.
- Tad sarkanā komanda turpina savu pirmo gājienu - met vienu sarkano bumbiņu tā, lai tā nonāktu cik iespējams tuvu baltajai "mērķa" bumbiņai.
- tagad ir zilās komandas kārta. Viņu uzdevums ir mest zilās bumbiņas tā, lai tās nonāktu baltajai bumbiņai vistuvāk nekā sarkanā bumbiņa. Kad tas sasniegts, tad atkal ir sarkanās komandas kārta.
- sarkanā komanda met savas bumbiņas, kamēr kāda no sarkanām bumbiņām nonāk vistuvāk baltajai.
- spēle turpinās tādā pašā veidā, kamēr izmestas visas bumbiņas.
- punkti: ja sarkanā bumbiņa ir tuvāk baltajai "mērķa" bumbiņai, tad uzvarējusi ir sarkana komanda. Viens punkts tiek dots par katru bumbiņu, kas ir vistuvāk novietotā baltajai nekā zilā bumbiņa. Ja zila bumbiņa ir vistuvāk baltajai, tad rezultāts ir tieši pretējs.

**Sēdvolejbols** – sacensības notiks starp jauktajām komandām 3 pret 3. Laukuma izmēri ir 4m garumā 4,5m platumā, tīkla augstums 1,15m.

Komandas tiksies pēc izslēgšanas sistēmas pa vienam setam līdz 21 punktam. Fināla spēle notiks līdz diviem uzvarētiem setiem līdz 21 punktam.

**Ratiņbasketbola soda metienu sacensībās** piedalās sportisti divās vecuma grupās līdz 21 gadam un no 22 gadiem un vecākiem, apvienotajās meiteņu un zēnu, kā arī sieviešu un vīriešu klasēs. Soda metieni tiek izpildīti no ratiņbasketbola sporta ratiem (*sporta ratiņkrēsli tiks nodrošināt jebkuram sacensību dalībniekam uz vietas sacensību laikā, sadarbībā ar Latvijas ratiņbasketbola sporta federāciju*), no soda metienu līnijas, soda metienu skaits 10.

\*\*\*Sportistiem, kuri nodarbojas ar ratiņbasketbola sporta veidu – atsevišķa sacensību grupa.

**\*\*\*Ratiņbasketbola soda metienu sacensībās, dalībniekiem tiks nodrošināti speciāli sporta ratiņkrēsli.**

### **Dalībnieku apbalvošana.**

Ar kausiem tiks apbalvoti katra sporta veida uzvarētāji, pirmo trīs vietu ieguvējus apbalvos ar sacensību medaļām. Sacensību organizatori paredz apbalvošanu arī ar pārsteiguma balvām.

### **Organizācija un vadība.**

Sacensības organizē Latvijas Paralimpiskā komiteja. Sporta veidu tiešo vadību veic apstiprināta tiesnešu un sekretariāta kolēģija.

Papildus informācija: Daiga Dadzīte - mob. 29462443 (LMT), 27049402 (TELE2)