



Raiņa iela 3, Valmiera, LV- 4201, tālr. 26536984, e- pasts: lpf@sp.lv  
Reģ. Nr. 40008022129, Konts LV58UNLA 0008000700508  
Banka: A/S SEB banka, kods UNLALV2X; [www.powerliftings.lv](http://www.powerliftings.lv)

apstiprinu



**Andrejs Rožlapa**  
LPF valdes pr-jis  
Valmierā, 2024. gada 16. februārī

## NOLIKUMS

### 2024. gada Latvijas skolu čempionātam svaru stieņa spiešanā guļus “Latvijas spēcīgākā skola – 2024”

#### 1. Vieta, laiks un norises kārtība

Sacensības norisinās dažādās Latvijas pilsētās un novados laika periodā no 2024. gada 01. aprīļa līdz 22. decembrim. Norises vietām var atšķirties sākuma laiki. Precīza informācija par sacensību vietu un laiku, kā arī cita veida informācija pieejama mājaslapā <http://www.powerliftings.lv/>.

#### 2. Mērķis un uzdevumi

2.1. Mērķis: Veselīga dzīvesveida popularizēšana Latvijā, iepazīstinot jauniešus ar pauerliftinga sportu.

2.2. Uzdevumi:

2.2.1. Popularizēt sporta kultūru un sportisko garu jauniešu vidū;

2.2.2. Nodrošināt jauniešiem iespējas sevi pierādīt un kvalitatīvi aizpildīt laiku, radot interesi par nodarbošanos ar sportu;

2.2.3. Noskaidrot Latvijas pilsētu un novadu spēcīgākās skolas un spēcīgākos skolēnus

#### 3. Sacensību vadība

3.1. Sacensības organizē: Latvijas Pauerliftinga federācija (turpmāk tekstā “LPF”), sadarbībā ar Biedrību “Spēka Pasaule” un pašvaldībām.

3.2. Sacensību direktora pienākumus septembra – decembra sacensību posmos pilda LPF valdes loceklis Edgars Tīfentāls (e-pasts: [edgarstifentals@gmail.com](mailto:edgarstifentals@gmail.com), tālrunis: 27160889).

#### 4. Sacensību noteikumi

4.1. Sacensības norisinās posmos. Jebkurā posmā var piedalīties jebkura attiecīgā posma norises vietas administratīvajā teritorijā esošās vispārējās un profesionālās izglītības iestādes, kā arī citu vispārējo un profesionālo izglītības iestāžu audzēkņi, kuri sasnieguši vismaz 10 gadu vecumu.

4.2. Posmu norises vietu izvēli var iniciēt gan sākotnēji, gan projekta norises gaitā:

4.2.1. projekta organizators – ar mērķi aptvert visus vēsturiskos Latvijas reģionus

4.2.2. jebkura pašvaldība, tās teritorijā esošās vispārējās un profesionālās izglītības iestādes – atbilstoši projekta organizatora finansiālajām iespējām un piešķirtajam līdzfinansējumam.

4.2.3. Posmu skaits netiek limitēts.

4.3. Sacensību organizatoriem posmā jānodrošina vismaz 25 skolēnu dalība

4.4. Sacensību organizatori ir tiesīgi veikt izmaiņas sacensību organizācijā un norises kārtībā, bet tikai IPF noteikumu ietvaros.



4.5. Sacensības norisinās atbilstoši LPF un IPF (Starptautiskā Pauerliftinga federācija) pieņemtajai kārtībai un ir pakļautas jebkuriem citiem šo organizāciju nolikumiem, noteikumiem un lēmumiem.

## 5. Vērtēšana

5.1. Visos posmos dalībnieki sacentīsies sekojošās svara kategorijās:

jaunietes 52, 57, 63 un virs 63 kg;

jaunieši 59, 66, 74, 83, 93 un virs 93 kg.

5.2. Individuāli absolūti labākie tiks noteikti pēc IPF GL punktiem.

5.3. Skolu komandu vērtējumā tiks vērtēti katras izglītības iestādes audzēkņu 5 labākie rezultāti no jebkuras dzimuma grupas.

5.4. Komandu vērtējums tiks skaitīts pēc sekojošas tabulas (par katru nākamo vietu (pēc devītās) dalībnieks komandai dod vienu punktu):

Vieta	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Punkti	12	9	8	7	6	5	4	3	2	1

5.5. Vienāda maksimālā punktu skaita gadījumā (60) labākā komanda tiks noteikta pēc šo 5 audzēkņu IPF GL punktu summas.

## 6. Pieteikumi un dalības maksas

6.1. Pieteikšanās un svēršanās norisinās 60 minūtes pirms sacensību sākuma pie sacensību sekretāra

6.2. Pasākumā dalība dalībniekiem ir bez maksas.

## 7. Apbalvošana

7.1. Sacensībās pēc rezultātiem ar medaļām tiks apbalvoti 3 labākie sportisti katrā svaru kategorijā.

7.2. Trīs labākie sportisti absolūtajā vērtējumā katrā dzimuma grupā tiks apbalvoti ar kausiem un/ vai balvām.

7.3. Ar piemiņas balvu tiks apbalvota labākā komanda – spēcīgākā skola, ja posmā piedalās vairākas skolas.

7.4. Gala vērtējumā (pēc projekta beigām) ar kausiem tiks apbalvoti: trīs labākie rezultātu uzrādītāji abu dzimumu grupās, kā arī 3 spēcīgākās Latvijas skolas, piemērojot p. 5.4. un 5.5. minēto metodiku.

## 8. Īpašie nosacījumi

8.1. Dalībnieki, kuri jaunāki par 18 gadiem, sacensībās drīkst piedalīties tikai tad, ja ir saņēmuši ārsta atļauju dalībai izglītības iestādes sporta nodarbībās (stundās) vai ārsta/ vecāku atļauju dalībai šajās sacensībās. Atbildību par šī nolikuma punkta ievērošanu uzņemas persona, kura deleģējusi audzēkņus startam. Dalībnieki bez ārsta vai vecāku atļaujas netiks pielaisti sacensību dalībai. Dalībnieki, kuri vecāki par 18 gadiem paši uzņemas atbildību par sava veselības stāvokļa atbilstību sacensībām.



Raiņa iela 3, Valmiera, LV- 4201, tālr. 26536984, e- pasts: lpf@sp.lv  
Reģ. Nr. 40008022129, Konts LV58UNLA 0008000700508  
Banka: A/S SEB banka, kods UNLALV2X; [www.powerliftings.lv](http://www.powerliftings.lv)

- 8.2. Reģistrēties sacensībām iespējams, uzrādot personu apliecinošu dokumentu.
- 8.3. Izcīnītās un nepaņemtās medaļas, kausi un balvas netiks uzglabātas pēc sacensību noslēguma.
  
- 8.4. Piesakoties šīm sacensībām, jūs piekrītat un apņematies ievērot visus federācijas normatīvos aktus, nolikumus vai cita veida dokumentus, kas uz jums attiecas.
- 8.5. Piedaloties šajās sacensībās, jūs apzināties, ka sacensībās var ierasties Latvijas Antidopinga biroja pārstāvji, kas var no jebkura dalībnieka ievākt nepieciešamos paraugus aizliegtu vielu analīzēm;

**VEIKSMĪGUS STARTUS!**