



NOLIKUMS

FUNKCIONĀLAIS FITNESS

1. MĒRĶIS

- 1.1. Popularizēt funkcionālo fitnesu Liepājā un Latvijā.
- 1.2. Veicināt sabiedrības aktīvu un veselīgu dzīvesveidu.

2. ORGANIZATORI

Sacensības organizē biedrība "Sporta klubs CF Liepāja" sadarbībā ar biedrību "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA" un Liepājas Sporta pārvaldi.

3. VIETA UN LAIKS

Sacensības notiks 2026. gada 8. augustā Liepājas Centrālajā pludmalē no plkst. 09.00 līdz 15.00.

Organizatori patur tiesības nepieciešamības gadījumā mainīt sacensību norises laiku.

4. SACENSĪBU DALĪBNIEKI

4.1. Dalībnieki individuāli startē šādās kategorijās:

- Sporta klase – vīrieši;
- Sporta klase – sievietes;
- Tautas klase – vīrieši;
- Tautas klase – sievietes;
- Jauniešu klase (14–16 gadi) – zēni un meitenes.

4.2. Pieaugušo kategorijās drīkst startēt dalībnieki no 17 gadu vecuma. Nepilngadīgajiem sacensību dienā jāuzrāda vecāku vai aizbildņa rakstiska atļauja.

4.3. Jauniešu kategorijā drīkst startēt dalībnieki vecumā no 14 līdz 16 gadiem. Sacensību dienā jāuzrāda vecāku vai aizbildņa rakstiska atļauja.

4.4. Katram dalībniekam jābūt fiziski sagatavotam un spējīgam izpildīt minimālās funkcionālā fitnesa kustību prasības.

5. NOTEIKUMI

5.1. Maksimālais dalībnieku skaits:

- Sporta klase – vīrieši: 12;
- Sporta klase – sievietes: 12;
- Tautas klase – vīrieši: 12;
- Tautas klase – sievietes: 12;
- Jauniešu klase (14–16 gadi): 12.

5.2. Sacensību laikā paredzēti 2–3 uzdevumu kompleksi.

5.3. Sacensības notiek saskaņā ar funkcionālā fitnesa pamatkustību standartiem.

5.4. Sacensību uzdevumi tiks publicēti līdz 2026. gada 25. jūlijam.

5.5. Minimālās fizisko prasmju prasības:

Jauniešiem:

- svaru bumbas vingrinājumi – 8–12 kg;
- svaru disku vingrinājumi – 5–10 kg.

Pieaugušajiem:

- svaru bumbas vingrinājumi – 12–24 kg;
- svaru disku vingrinājumi – 15–20 kg.

Kustību prasības:

- kāju pacelšana karājoties pie stieņa – tikai sporta klasei;
- ceļu pievilkšana karājoties pie stieņa – tautas un jauniešu klasei;
- pievilkšanās – tikai sporta klasei;
- TRX pievilkšanās variācijas – tautas un jauniešu klasei;
- pildumbas mešana mērķī – 6–9 kg;
- burpee;
- kāpšana un lēkšana uz kastes;
- pietupieni;
- izklupieni.

6. PIETEIKŠANĀS

6.1. Pieteikšanās notiek no 2026. gada 1. jūlija līdz 2026. gada 5. augustam.

6.2. Dalības maksa – 20 EUR.

6.3. Dalības maksa jāveic ar pārskaitījumu vai klātienē sporta klubā “CF Liepāja”, Ezera ielā 58.

Maksājuma mērķī jānorāda:

VĀRDS, UZVĀRDS, KATEGORIJA

Piemērs: Jānis Puriņš, SPORTA KLAŠE

Rekvizīti:

Biedrība “Sporta klubs CF Liepāja”

Reģ. Nr.: 40008141099

AS Swedbank

Konta Nr.: LV62HABA0551037700958

6.4. Dalība sacensībās tiek apstiprināta pēc maksājuma saņemšanas.

6.5. Piesakoties sacensībām, dalībnieks apliecina, ka ir informēts par fotografēšanu un filmēšanu sacensību laikā un piekrīt foto un video materiālu publicēšanai.

6.6. Dalībnieks uzņemas atbildību par savu veselības stāvokli un dalību sacensībās.

7. APBALVOŠANA

7.1. Sacensību noslēgumā tiek apbalvoti trīs labākie dalībnieki katrā kategorijā.

7.2. Punktu sistēma:

- 1.vieta – 1 punkts;
- 2.vieta – 2 punkti;
- 3.vieta – 3 punkti utt.

Visu uzdevumu rezultāti tiek summēti. Uzvar dalībnieks, kurš kopvērtējumā iegūst vismazāko punktu skaitu.

PLUDMALES TENISS

1. MĒRĶIS

Popularizēt pludmales tenisu pilsētas iedzīvotāju vidū.

2. VADĪBA

2.1. Sacensības organizē biedrība "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA" sadarbībā ar biedrību "Liepājas pludmales tenisa klubs".

2.2. Atbildīgā persona par pludmales tenisa organizēšanu Inese Pirkule.

2.3. Kontaktinformācija – liepajas.pludmales.tenisa.klubs@inbox.lv, 26754178

3. VIETA UN LAIKS

Sacensības notiks 2026.gada 8.augustā Liepājas pludmalē

4. DALĪBNIEKI

Turnīrā var piedalīties jebkurš Latvijas Republikas iedzīvotājs, kurš uz turnīra norises dienu ir sasniedzis 14 (divpadsmit) gadu vecumu. Sacensības norisināsies jaukto pāru spēlēs. Tiks iedalītas divas grupas – intermediate un advanced.

4.1. Intermediate un advanced grupas dalībnieki: Vienā pāri nedrīkst spēlēt divi dalībnieki, kuri uz turnīra norises dienu ir atrodami Latvijas tenisa savienības tenisa spēlētāju reitinga Top 10, Latvijas pludmales tenisa reitingā Top 10, kā arī ITF pludmales tenisa reitinga Top 1000, jebkurā vecuma grupā. Vienā pāri nedrīkst spēlēt praktizējošs tenisa vai pludmales tenisa treneris ar spēlētāju, kurš uz turnīra norises dienu ir atrodams Latvijas tenisa savienības tenisa spēlētāju reitinga Top 10, Latvijas pludmales tenisa reitingā Top 10, kā arī ITF pludmales tenisa reitinga Top 1000, jebkurā vecuma grupā. Spēlētājs katrā posmā drīkst pieteikties tikai vienā no līgām.

4.2. Sacensībām katra komanda piesaka divus dalībniekus – sievieti un vīrieti, komandas nosaukumu.

4.3. Kopējais dalībnieku skaits katrā grupā: No 12 līdz 24 pāri

5. IZSPĒLES KĀRTĪBA

Turnīrs tiks izspēlētas jauktajiem pāriem. Turnīra izspēles formātu noteiks galvenais tiesnesis turnīra iepriekšējā dienā, balstoties uz dalībnieku skaitu (atkarībā no kopējā dalībnieku skaita).

6. NOTEIKUMI

Sacensības notiek formātā jauktais pāris – sievieti un vīrieti.

Katrs dalībnieks reģistrējoties, apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbilstību dalībai sacensībās un ievēros sacensības noteikumus un nolikumu. Sacensību organizatori neņems atbildību par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā.

Katrs dalībnieks reģistrējoties, apliecina, ka ir informēti par to, ka sacensību laikā notiks fotogrāfēšana un filmēšana, kā arī viņiem nav iebildumu, ka uzņemtie fotoattēli un video materiāli var tikt publicēti, lai popularizētu pludmales tenisu.

7. APBALVOŠANA

Pirmo trīs vietu ieguvēji saņem medaļas.

8. PIETEIKUMI

Pieteikšanās elektroniski līdz 2026. gada 3. augustam:

Intermediate grupa:

[Beach games 2026.gada 8.augusts intermediate grupa MIX \(sieviete un vīrietis\)](#)

Advanced grupa:

[Beach games 2026.gada 8.augusts advanced grupa MIX \(sieviete un vīrietis\)](#)

3x3 FUTBOLS

1. MĒRĶIS

- 1.1. Popularizēt futbolu Liepājā un Latvijā.
- 1.2. Veicināt sabiedrības aktīvu un veselīgu dzīvesveidu.

2. VADĪBA

Sacensības organizē biedrība "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA" sadarbībā ar biedrību "Jauniešu atbalsta biedrība Libava City" un Liepājas Sporta pārvaldi.

3. VIETA UN LAIKS

- 3.1. Sacensības notiks 2026. gada 8. augustā Liepājas pludmalē
- 3.2. Dalībnieku reģistrācija sacensību vietā 2026. gada 8. augustā plkst. 10:00.
- 3.3. Sacensību sākums plkst. 11:00.

4. SACENSĪBU DALĪBNIEMI

- 4.1. Sacensību dalībnieki ir pieteikumos minētie spēlētāji.
- 4.2. Dalībnieku minimālais vecums ir 16 gadi.

5. NOTEIKUMI

- 5.1. Komandas pieteikumā ir 4 spēlētāji.
- 5.2. Sacensības notiek formātā 3 pret 3, bez vārtsargiem. Nevienam nedrīkst spēlēt ar rokām, bet ikviens var aizsargāt vārtus ar visu pārējo ķermeni.
- 5.3. Sacensību spēļu grafiks un izspēles kārtība tiks noteikta pēc dalībnieku reģistrācijas.
- 5.4. Katrs dalībnieks, reģistrējoties, apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbilstību dalībai sacensībās un ievēros sacensību noteikumus un nolikumu. Sacensību organizatori nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām sacensību laikā.

6. APBALVOŠANA

Pirmo trīs vietu ieguvēji saņem medaļas un balvas. Sacensību uzvarētāji čempionu kausu.

7. FINANSIĀLIE NOTEIKUMI

Organizatori sedz izdevumus, kas saistīti ar sacensību rīkošanu.

8. PIETEIKUMI

- 8.1. Iepriekšēja pieteikšanās sacensību organizatoram pa tel. 22342612 (Vjačeslavs Kopitovs) līdz 2026. gada 8. augustam.
- 8.2. Piesakoties sacensībām, dalībnieki apliecina, ka ir informēti par to, ka sacensību laikā notiks fotografēšana un filmēšana, kā arī viņiem nav iebildumu, ka uzņemtie fotoattēli un video materiāli var tikt publicēti.

PLUDMALES CĪŅA

1. MĒRKĪS

- 1.1. Noskaidrot spēcīgākos(kās) cīkstoņus(nes), komandas un labākos trenerus;
- 1.2. Popularizēt cīņas sporta veidus Latvijā;
- 1.3. Sporta meistarības paaugstināšana.

2. VADĪBA

- 2.1. Sacensības organizē Latvijas Sporta Cīņas federācija Reģ.Nr. 40008260071 (turpmāk - LSCF) un biedrība "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA", sadarbībā ar Liepājas Sporta pārvaldi;
- 2.2. Atbildīga persona par sacensību organizēšanu Jānis Rērihs (t. 29925512).

3. VIETA UN LAIKS

- 3.1. Sacensības notiks 2026. gada. 8. augustā, Liepājas pludmalē.
- 3.2. Dalībnieku svēšanās un izloze notiks sacensību vietā 8. augustā plkst. 9.00-10.00.
- 3.3. Sacensību sākums plkst. 11.00.

4. DALĪBNIEKI

- 4.1. 2008. gadā dzimuši un vecāki cīkstoņi šādās svaru kategorijās:
70 kg, 80 kg, 90 kg, +90 kg.
- 2009.-2013. gadā dzimuši cīkstoņi šādās svaru kategorijās:
45kg, 50 kg, 55kg, 60 kg, 70 kg, 80 kg, +80 kg.
2014. gadā dzimušie un jaunāki cīkstoņi šādās svaru kategorijās:
25 kg, 30 kg, 35 kg, 40 kg, 45 kg, 50kg, 60kg, +60 kg.

5. NOTEIKUMI

- 5.1. Sacensības notiek saskaņā ar Starptautiskas Cīņas federācijas (turpmāk-UWW) starptautiskajiem pludmales cīņas noteikumiem, noteikumiem;
- 5.2. Pieaugušo vecuma grupā tiek noteikta "ABSOLŪTĀ" svaru kategorija, kurā par absolūto čempiona titulu varēs cīnīties visu pieaugušo kategoriju godalgoto vietu ieguvēji;
- 5.3. Sacensību forma: šorti bez kabatām, pieguļoši šorti;
- 5.4. Par sportistu veselību un drošību atbild paši dalībnieki vai komandas pārstāvis. Sacensību organizatori nenes atbildību par dalībnieku iespējamām traumām.

6. APBALVOŠANA

- 6.1. Tiek apbalvoti pirmo trīs vietu ieguvēji visās vecuma grupās, katrā svara kategorijā.

7. FINANSIĀLIE NOTEIKUMI

- 7.1. Organizatori sedz izdevumus, kas saistīti ar sacensību organizēšanu;
- 7.2. Dalībnieku ceļa, ēdināšanas, izmitināšanas un citus izdevumus sedz komandējošā organizācija.
- 7.3. Dalības maksa sacensību dalībniekiem 10.00 EUR.

8. PIETEIKUMI

8.1. Komandu iepriekšējos pieteikumus nosūta uz e-pasta adresi cskliepaja@inbox.lv līdz 7. jūlijam Word vai Excel formātā. Komandas pārstāvis:

8.2. Gala pieteikums ar ārsta un komandējošās organizācijas vadītāja parakstiem jāiesniedz ne vēlāk ka stundu pirms svēšanās sacensību galvenajam tiesnesim.

9. PERSONAS DATU AIZSARDZĪBA

9.1. Saskaņā ar fizisku personu aizsardzību attiecībā uz personas datu apstrādi un šādu datu brīvu apriti organizatori informē, ka pasākums tiks fotografēts un filmēts, personas dati, kas iesniegti reģistrācijā tiks izmantoti rezultātu noteikšanai un apbalvošanai.

9.2. Personas datu apstrādes pārzinis ir biedrība "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA". Tiesiskais pamats personu datu apstrādei – datu apstrāde nepieciešama pārzinim normatīvajos aktos noteikto pienākumu veikšanai. Personas datu apstrādes mērķis ir biedrības "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA" sacensību organizācijas un sporta darba nodrošināšana. Jūsu personas datus saņems biedrības "CĪŅAS SPORTA KLUBS LIEPĀJA" pārstāvji vai līgumorganizācijas, tiešo darba pienākumu veikšanai. Personas dati tiks glabāti saskaņā ar normatīvajos aktos noteikto termiņu.

10. IZMAIŅAS SACENSĪBU NOLIKUMĀ

10.1. Organizatoriem ir tiesības veikt izmaiņas un papildinājumus nolikumā.