

## ESTAFETINIO IR ASMENINIO BĖGIMO „JUDĖKIME KARTU 2023“ NUOSTATAI

### I. BENDROJI DALIS

Orientavimosi sporto klubas „Telšiai“ 2023 m. rugsėjo 16 d. rengia estafetinį ir asmeninį bėgimą „Judėkime kartu 2023“.

### II. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

- 2.1. Skatinti visuomenės domėjimąsi sportu ir dalyvavimą sportiniuose renginiuose.
- 2.2. Pasitelkus Telšių miesto ir rajono gyventojus, sportininkus, įstaigų ir organizacijų atstovus, studentus, mokinius ir miesto svečius plėtoti vienos iš populiariausių sporto šakų tradicijas.
- 2.3. Išaiškinti greičiausius sportininkus.

### III. VIETA IR LAIKAS

- 3.1. Estafetinis ir asmeninis bėgimas vyks 2023 m. rugsėjo 16 d.:
  - 10:00 – 11:00 val. – numerių atsiėmimas;
  - 11:30 – 12:00 val. - varžybų atidarymas, masinė mankšta prieš startą;
  - 12:00 val. – masinio bėgimo startas 1,4 km distancijoje;
  - 12:30 val. – asmeninio bėgimo startas 2,5 km, 5 km ir 10 km distancijoje;
  - 13:45 val. – estafetinio bėgimo startas;
  - 14:00 val. – apdovanojimai.
- 3.2. Startas ir finišas – Telšės g. 16, Telšiai (Prie didžiosios prieplaukos).
- 3.3. Dėl dalyvių skaičiaus starto laikai gali keistis.

### IV. VADOVAVIMAS

Varžybas organizuoja ir vykdo orientavimosi sporto klubas „Telšiai“, vyr. teisėjas Regimantas Kavaliauskas.

### V. DALYVIAI

- 5.1. Renginyje gali dalyvauti visi norintys, užsiregistravę, pasitikrinę sveikatą, susipažinę su estafetinio ir asmeninio bėgimo nuostatais bei tai patvirtinę registracijos metu.
- 5.2. Visi dalyviai bėgime dalyvauja laisva valia, neverčiami ir prisiima visą su dalyvavimu bėgime susijusią (tame tarpe su įvairiais sveikatos sutrikimais ir pan.) riziką ir atsakomybę, bei išipareigoja dėl to nereikšti renginio organizatoriams jokių pretenzijų.
- 5.3. Dalyvių amžius neribojamas. Už nepilnamečius, dalyvaujančius renginyje, atsako jų tėvai, globėjai arba treneriai.
- 5.4. Kiekvienas renginio dalyvis registruodamasis tuo pačiu sutinka, kad renginio organizatoriai visas renginio metu padarytas nuotraukas bei filmuotą medžiagą gali laisvai ir be atskiro sutikimo naudoti rinkodaros tikslais.
- 5.5. Estafetinio bėgimo komandos sudėtis – 5 dalyviai, iš kurių turi būti bent vienas 2011 m. g. (ar jaunesnis) vaikas arba moteris.
- 5.6. Masinio bėgimo 1,4 km distancijoje, bėga visi norintys įveikti trasą. Rezultatai neskaičiuojami. Prizininkai neapdovanojami.

5.7. Asmeninis bėgimas 2,5 km, 5 km ir 10 km distancijoje, kiekvienas dalyvis varžosi asmeninėje įskaitoje pagal savo amžiaus grupę. Dalyviai užsiregistravę ne į savo amžiaus grupę – dalyvauja be konkurencijos.

GRUPĖ	BĖGIMO AMŽIAUS GRUPĖ	TRASOS ILGIS
V1 / M1	2010 m. g. ir jaunesni	2,5 km
V2 / M2	2009 m. g. – 2006 m. g.	2,5 km
V3 / M3	1983 m. g. – 1969 m. g.	5 km
V4 / M4	1968 m. g. ir vyresni	2,5 km
V / M	2005 m. g. – 1984 m. g. ir visi norintys, amžius neribojamas	10 km

## VI. DALYVIŲ REGISTRACIJA

6.1. Išankstinė dalyvių registracija vyksta elektroniniu būdu <https://dbsportas.lt/lt/varz> elektroniniu paštu [info@telsiuklubas.lt](mailto:info@telsiuklubas.lt) iki rugsėjo 13 d. 23.59 val. Varžybų dieną nuo 10:00 val. iki 11.00 val. galima registruotis tik į masinį 1,4 km. ir estafetėinį bėgimą

6.2. Į estafetinį bėgimą registracija vyksta el. paštu [info@telsiuklubas.lt](mailto:info@telsiuklubas.lt) privalu nurodyti komandos pavadinimą, dalyvio vardą ir pavardę (pagal bėgimo etapą), komandos vadovo ar atstovo kontaktinius duomenis.

6.3. Asmeninio bėgimo dalyviai registruojasi 6.1. punkte nurodytais adresais.

6.4. Numeriai išduodami rugsėjo 16 d. nuo 10.00 val. iki 11.00 val. Telšės g. 16, Telšiai (Prie didžiosios prieplaukos). Iš anksto užsiregistravusios dalyvių komandos numerius atsiimti privalo komandos kapitonas. Asmeninio bėgimo dalyviai numerius atsiima asmeniškai arba komandos vadovas.

6.5. Startinio mokesčio nėra.

## VII. VARŽYBŲ EIGA IR SĄLYGOS

7.1. Estafetinis bėgimas susideda iš 5 etapų. Etapų schema ir etapų ilgiai pridedami šių nuostatų priede. Bendras estafetinio bėgimo „Judėkime kartu 2023“ ilgis – 2500 m. Pažymėtose vietose perduodama estafetės lazdelė. Pirmajame etape bėga vaikas iki 2011 m. gim. arba moteris. Kitų etapų dalyvių amžius ir lytis neribojama.

7.2. Dalyvis gali bėgti tik vieną etapą ir atstovauti tik vienai komandai. Dalyvis bėgti savo etapą gali tik turėdamas specialią to etapo žymą ir leidus teisėjui. Pažeidus šią taisyklę, komanda diskvalifikuojama.

7.3. Asmeninio bėgimo dalyviai įveikia visą trasą pasirinktinai 1,4 km (amžius neribojamas), 2,5 km ir 5 km (pagal amžiaus grupę) ar 10 km (amžius neribojamas).

## VIII. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS IR APDOVANOJIMAS

8.1. Trys pirmosios komandos, greičiausiai įveikusios estafetinio bėgimo distanciją, apdovanojamos kredito unijos „Germanto lobis“ įsteigtomis taurėmis.

8.2. Asmeninio bėgimo dalyviai bus apdovanojami atminimo medaliais.

8.3. Įveikę 2,5 km, 5 km ir 10 km - kiekvienos amžiaus grupės 1-3 vietas nugalėtojai apdovanojami prizais.

8.4. 10 km pirmos vietos nugalėtoja ir nugalėtojas apdovanojami bėgimo bateliais.

8.5. Visi bėgimo dalyviai dalyvaus loterijoje, kurios metu burtų keliu bus traukiami numeriai, galintys laimėti bėgimo batelius. Atsiimant laimėjimą, būtina parodyti dalyvio numerį.

## IX.

- 9.1. Organizatoriai pasilieka teisę tikslinti ar keisti nuostatus.
- 9.2. Rezultatai po finišo bus skelbiami [www.germantolobis.lt](http://www.germantolobis.lt). ir <https://dbsportas.lt/lt/varz>

## PRIEDAS

### Etapų ilgiai:

I etapas – ilgis 420 m. - STARTAS - Telšės g. 16, Telšiai (Prie didžiosios prieplaukos)

II etapas – ilgis 470 m

III etapas – ilgis 550 m.

IV etapas - ilgis 470 m.

V etapas – ilgis 650 m.

Visos distancijos ilgis 2500 m.

Komanda susideda iš 5 narių (I etape turi dalyvauti 1 vaikas (2011 m. g. ar jaunesnis(ė)) arba moteris).

### Estafetės ir trasos schema:



**Estafetinio ir asmeninio bėgimo šventės  
Judėkime kartu 2023  
varžybų centro ir trasos schema**

**Parkingas**  
55.981658, 22.249604  
55.982093, 22.251141

**Varžybų centras**  
55.981084, 22.252064

→ 2.5km - ratas  
→ 1.4km - ratas  
x → Estafetės keitimo vieta

10km trasos dalyviai bėga 4 - ratus  
5km trasos dalyviai bėga 2 - ratus  
2.5km trasos dalyviai bėga 1 - ratą  
1.4km trasos dalyviai bėga 1 - ratą

**Estafetės**

- I - etapas bėga 420m
- II - etapas bėga 470m
- III - etapas bėga 550m
- IV - etapas bėga 470m
- V - etapas bėga 650m

Komanda susideda iš 5 narių, visos distancijos ilgis 2.5km  
!!! I etapą bėga MOTERIS arba VAIKAS gimęs 2011m ar jaunesnis

**Sponsors:**  
KREDITO UNIJA „GERMANTO LOBIS“  
Telšiai  
LUKAMEDA  
TELŠIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VELOSOMENES SVEIKATOS BIŪRAS  
PERSKINDOL  
HARMONY  
SPORTO IR REKREACIJOS CENTRAS  
PARKAS  
TICHÉ  
Viešoji įstaiga TELŠIŲ JAUNIMO CENTRAS  
ZEMAITIJOS TURIZMO INFORMACIJOS CENTRAS  
KONTĖNA  
TELŠIŲ ZINIŲ  
MARY KAY  
Frippos.lt  
ZEMAITIJOS PIENAS  
RAMIRENT  
EXCLUSIVE  
ALKŲ

# GENERALINIS RĖMĖJAS



## PARTNERIAI



Telšių rajono savivaldybė



## APIE MUS KALBA



## RĖMĖJAI

