



**KIKBOKSA UN BOKSA  
SKOLA «RĪGA»**



LATVIJAS  
KIKBOKSINGA  
FEDERĀCIJA



## 9. Atklātais divcīņas sporta veidu turnīrs „KIDS FIGHTER 2016”



### Nolikums.

#### 1. Mērķis un uzdevumi:

- 1.1. Divcīņas sporta veidu popularizēšana Latvijā.
- 1.2. Draudzīgu attiecību dibināšana starp klubu sportistiem.
- 1.3. Garīgi un fiziski attīstītas sabiedrības veidošana.
- 1.4. Veselīga dzīves veida propaganda.

#### 2. Laiks un vieta:

- 2.1. Sacensības notiek **2016. gada 29. oktobrī, Rīgas Lietuviešu vidusskolā (sporta zālē), Prūšu iela 42a, Rīga, Latvija.**
- 2.2. Reģistrācija (dalībniekam jāuzrāda personas apliecināošs dokuments) **2016. gada 29. oktobrī, Rīgas Lietuviešu vidusskolā (sporta zālē) no plkst. 09:00-10:00, Prūšu iela 42a, Rīga, Latvija.**
- 2.3. Sacensību sākums **plkst. 10:30.**

#### 3. Sacensību organizatori:

- 3.1. Sacensības organizē Kikboksas un boksa skolu „Rīga” sadarbībā ar Rīgas Lietuviešu vidusskolu un Latvijas Kikboksinga federāciju.
- 3.2. Organizēšanas komitējas priekšsēdētāja – Linda Ābele, tālr. +371 29677741, e-pasts: [info@boksaskola.lv](mailto:info@boksaskola.lv). (Darja Strutinska - +371 26359633)

#### 4. Dalībnieki:

- 4.1. Klubs, kurš saņem organizēšanas komitejas oficiālo uzaicinājumu.
- 4.2. Dalībnieku skaits neierobežots.
- 4.3. Visi sacensību dalībnieki iedalās septiņās divīzijās pēc vecuma **no 4 līdz 9 gadiem:**
  - 4.3.1. bērni **4** gadu vecumā,
  - 4.3.2. bērni **5** gadu vecumā,
  - 4.3.3. bērni **6** gadu vecumā,
  - 4.3.4. bērni **7** gadu vecumā,
  - 4.3.5. bērni **8** gadu vecumā,
  - 4.3.6. bērni **9** gadu vecumā

## 5. Sacensību programma:

### 5.1. "PRESE"

#### 5.5.1. Vingrinājuma izpilde:

1. Dalībnieks apguļas uz muguras, kājas saliekta, rokas priekšā.
2. Pēc tiesneša signāla sportistam jāizpilda ķermeņa augšdaļas pacelšana.
3. Reize tiek ieskaitīta, kad dalībnieks paceļoties no sākuma stāvokļa - guļus uz muguras, lāpstiņām jābūt pie paklāja - ar plaukstu pieskaras Zviedru sienai.

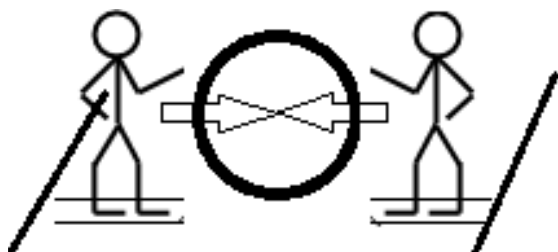
#### 5.5.2. Vingrinājuma izpildes laiks ir 30 sekundes.

5.5.3. Ja sportistiem ir vienāds skaits, tad viņi izpilda vingrinājumu vēlreiz.

5.5.4. Uzvar sportists, kurš izpildīs vairāk reizes.



### 5.2. CĪNAS „SUMO GAILĪŠU CĪNAS”



5.2.1. Dalībnieki cīnās pēc olimpiskās sistēmas.

5.2.2. Izpilde:

Divi pretinieki aptver lielo gumijas bumbu - ar rokām no abām pusēm. Pēc tiesneša signāla sacensības dalībnieki cenšas aizstumt pretinieku aiz pretinieka gala līnijas, vai izgrūst pretinieku no līdzsvara. Ja pretinieks vismaz ar vienu kāju izkāpj aiz līnijas, vai nokrīt, vai pretinieks vismaz ar vienu no ķermeņa daļām (izņemot pēdu) pieskaras paklājam, dalībnieks saņem vienu punktu. Tad dalībnieki mainās ar vietām un cīnās vēlreiz.

5.2.3. Cīņu uzvar dalībnieks, kurš izcīnīs divas uzvaras.

### 5.3. ŠĶĒRŠĻU JOSLA „JAUNĀ MEISTARA CEĻŠ”

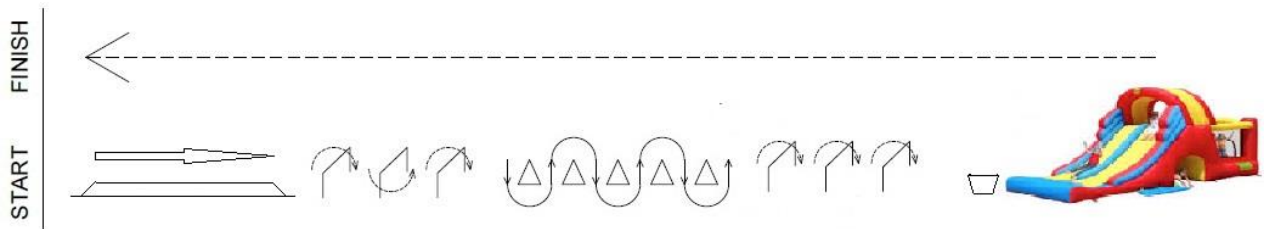
5.3.1. Dalībnieki startē secībā pēc iepriekšējās izlozes.

Izpilde:	Soda laiks par kļūdām:
1. Paņemt tenisa bumbiņu rokā.	
2. Pāriet pāri solam, turot līdzsvaru.	Ja dalībnieks zaudēja līdzsvaru, viņš turpina no tas vietas.
3. Pārlēkt, izlīst un pārlēkt pāri barjerām.	+ 2 s – dalībnieks nogāž barjeru. +10 s – dalībnieks neizpilda uzdevumu līdz galam
4. Līkloču skrējieni apkārt pieciem konusiem.	+ 5 s – netiek apskriets viens konuss; + 2 s – tiek apgāzts viens konuss. +10 s – dalībnieks neizpilda uzdevumu līdz galam
5. Pārlēkt pāri trīs barjerām. Lēcieni jāveic ar abām kājām vienlaicīgi.	+ 2 s – dalībnieks nogāž barjeru; + 2 s – lēcieni netiek pildīti pareizi.

6. Nolikt bumbu no grozā.	+10 s – dalībnieks nenolika bumbu no grozā
7. Piepūšamo atrakciju pārvarēšana.	+ 20 s – 5. šķēršļa neizpildīšanas gadījumā
8. Paņemt bumbu no groza.	+20 s – ja dalībnieks aizmirsa paņemt bumbu un finišēja bez bumbiņas.
9. Skrējieni līdz finišam ar bumbu rokās.	

5.3.2. Rezultātu skaita ar laiku sekundēs, kuru veic dalībnieks no starta līdz finišam.

5.3.3. Uzvar sportists, kurš uzrāda mazāko laiku.



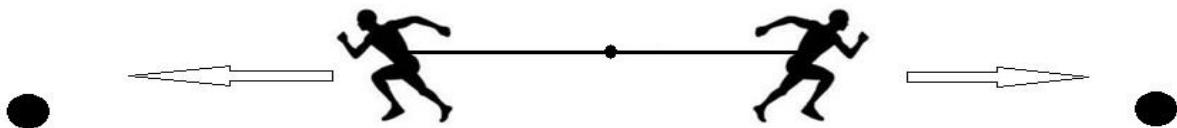
\* Piepūšamas atrakcijas vizuālais attēlojums var atšķirties no reālā.

#### 5.4. "Kurš kuru pārvilks".

5.4.1. Dalībnieki cīnās pār olimpiskās sistēmas.

5.4.2. Izpilde:

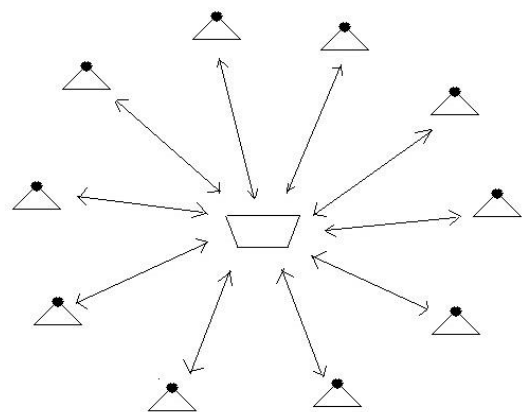
Divi dalībnieki nostājās ar mugurām viens pret otru ap vidukli uzliekot jostu. Uzdevums: Pēc tiesnieša signāla ātrāk nekā pretinieks pieskārties pie bumbas. Jostu nedrīkst turēt ar rokām.



#### 5.5. "Koordinācija".

5.5.1. Izpilde:

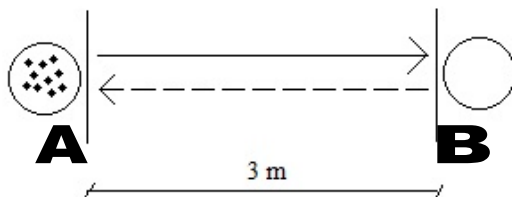
1. Dalībnieks stāv apļa vidū pie groza;
2. Pēc tiesnieša signāla dalībnieks skrien pakaļ vienai bumbiņai un liek grozā iekšā, tad skrien nākošai utt. (Vienā reizē var paņemt tikai vienu bumbiņu!)
3. Rezultātu skaita ar laiku sekundēs, kuru dalībnieks veic no starta līdz pēdējai ieliktai bumbiņai grozā. (Kopā 10 bumbiņas).



4. Ja sportistiem ir vienāds laiks, tad viņi izpilda uzdevumu vēlreiz.
5. Uzvar sportists, kurš izpildīs uzdevumu mazākā laikā.

## 5.6. Atspoles skrējiens.

- 5.4.1. Pārnest 10 bumbiņas no punkta A uz punktu B uz laiku.
- 5.4.2. Vienā reizē drīkst paņemt tikai vienu bumbiņu.
- 5.4.3. Par katru paņemto lieko bumbiņu tiek piemērots soda laiks - + 10 s.
- 5.4.4. Rezultātu skaita ar laiku sekundēs, kuru veic dalībnieks no starta līdz pēdējai pārnestai bumbiņai.
- 5.4.5. Uzvar sportists, kurš izpildīs uzdevumu mazākā laikā.



## 6. Dalības maksa:

- 6.1. Dalības maksa sacensībās “9.Kids Fighter 2016” ir 10 €.

## 7. Apbalvošana:

- 7.1. Katrs dalībnieks saņems sertifikātu un piemiņas medaļu par dalību.
- 7.2. Par 1., 2. un 3. vietu kopvērtējumā dalībnieki katrā vecuma divīzijā tiks apbalvoti ar medaļām, diplomiem un veicināšanas balvu.

## 8. Pieteikums dalībai:

- 8.1. Aizpildīto pieteikumu jāiesniedz **līdz 2016. gada 24. oktobrim** pa e-pastu: [info@boksaskola.v](mailto:info@boksaskola.v)

Sacensību norises laikā vecāki drīkst atrasties tikai skatītāju zonā (balkonā).

Tikai 4 -5 gadu vecu bērnu vecāki var atrasties sacensību laukumā, ja tas ir nepieciešams.

Obligāti visiem sacensību dalībniekiem jābūt līdzīgi maiņas apaviem un arī to pavadoņiem.

*Sacensību atbalstītāji:*

