



LIETUVOS SPORTO
UNIVERSITETAS



ŠVIETIMO
IR MOKSLO
MINISTERIJA

BĖGIMAS „UŽ SVEIKĄ ŠIRDĮ!“

LIETUVOS SPORTO UNIVERSITETO STUDENTŲ ATVIRŪJŲ RUDENS KROSO PIRMENYBIŲ NUOSTATAI

Sveikatinamojo bėgimo tikslas - atkreipti dėmesį į veiksnius, provokuojančius širdies ir kraujagyslių ligų vystymąsi, tokius kaip rūkymas, mažas fizinis aktyvumas ir pan., bei paskatinti būti fiziškai aktyviems stiprinant širdies ir kraujagyslių sistemą.

Varžybų uždaviniai:

1. Populiarinti bėgimą, kaip sveikatinimo priemonę, įtraukiant studentus, moksleivius, bėgimo mėgėjus.
2. Kelti sportinį meistriškumą tarp sportuojančiųjų.
3. Plėsti studentų ir moksleivių tarpusavio bendradarbiavimą ir mokymo įstaigų bendradarbiavimą su LSU.

Laikas ir vieta:

2016 m. rugsėjo mėn. 29 d. (ketvirtadienį) nuo 10.00 iki 16.00 val. Ažuolyno parke. Startas ir finišas prie paminklo S. Dariui ir S. Girėnui.

Varžybų vykdymas:

Varžybas vykdo Lietuvos Sporto Universiteto Sporto ir laisvalaikio centras.

Užsiregistruotą nuotolį galima įveikti nuo 10 iki 16 val.

Nugalėtojas skelbiamas sekančią dieną. Varžybos asmeninės.

12:00 val. - Sveikatinamojo bėgimo startas. Bėgančiųjų ši nuotolį laukia papildoma dovanėlė.

Varžybų dalyviai:

Lietuvos Sporto Universiteto ir kitų universitetų studentai, mokyklų moksleiviai ir visi bėgimo mėgėjai.

Varžybų dalyviai privalo turėti gydytojo leidimą dalyvauti sporto renginyje.

Amžiaus grupės:

1. Mergaitės ir berniukai gim. 2005 m. ir jaunesni – 0,5 km.
2. Mergaitės ir berniukai gim. 2003 - 2004 m. – 0,5 km.
3. Mergaitės ir berniukai gim. 2001–2002 m. – 1 km.
4. Mergaitės ir berniukai gim. 1999–2000 m. – 1 km.
5. Moterims gim. 1998 ir vyresnės – 1 km.
Vyrams gim. 1998 ir vyresniems – 2 km.
6. Sveikatinamasis bėgimas visiems bėgimo mėgėjams – 0,5 km. (nekonkursinis bėgimas).

Dalyvių registracija:

Išankstinė registracija: <http://www.lsu.lt/node/6706> iki rugsėjo 28 d. 15val.

Varžybų dieną dalyviai registruojami starto vietoje – prie paminklo S.Dariui ir S.Girėnui (Sporto g.) nuo 9:30 iki 15.45 val.

Daugiau informacijos el. paštu: godamankute@lsu.lt

Apdovanojimas:

Spalio 4 d. LSU rūmuose.

Amžiaus grupių nugalėtojai ir prizininkai apdovanojami medaliais ir rėmėjų dovanomis.

Renginys įeina į LSU sportiškiausios grupės rinkimus

Taškų skaičiavimo sistema „LSU sportiškiausios grupės rinkimuose“:

Už dalyvavimą: **5 tšk. x dalyvių sk./grupės narių sk.**

Už pagalbą organizuojant renginį: **10 tšk. x dalyvių sk./grupės narių sk.**

Už prizines vietas: **1 vt. – 3 taškai; 2 vt. – 2 taškai; 3 vt. – 1 taškai**

Organizatorius:

Lietuvos sporto universitetas

Partneris: Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Studentų mokslinės draugijos Kardiologijos būrelis

Renginį finansuoja: Švietimo ir mokslo ministerija prie LRV