

## Nolikums

### Latvijas atklātais čempionāts Vidējā distancē. (1,9km+90km+21,1km)

#### Latvijas Kausa izcīņas 6. posms.

2026.gada 19.jūlijā.

#### 1. Mērķis un uzdevumi

- 1) Popularizēt masu sportu;
- 2) Veicināt veselīgu dzīvesveidu;
- 3) Iepazīstināt ar un attīstīt Olimpisko sporta veidu - triatlonu.

#### 2. Vieta un laiks

Sacensības notiks svētdienā **2026.gada 19.jūlijā** Ventspilī pie Būšnieku ezera. Sacensību norises un reģistrēšanās vieta – Būšnieku ezera peldvieta, Talsu ielas galā, Ventspilī.

##### Sacensību programma:

- 1) plkst. 10:00 Reģistrācija.
- 2) plkst.10:00 Tranzītzonas atvēršana
- 3) plkst. 10:45 Tranzītzonas slēgšana
- 4) plkst, 10:50 Laika kontroles čipu izsniegšana peldēšanas starta vietā
- 5) plkst. 11:00 STARTS Vidējai distancē un AquaBike.
- 6) plkst. 12:00 STARTS Bērnu simboliskajai distancē
- 7) plkst. 16:00 Apbalvošana – Aquabike.
- 8) plkst.16:45 Tranzītzonas atvēršana inventāra izņemšanai
- 9) plkst. 17:30 Apbalvošana - Latvijas Čempionāts vidējā distancē.
- 10) plkst. 18:00 FINIŠS peldējam dalībniekam (orientējoši plānotais laiks, laika limits 7 stundas).

#### 3. Sacensību vadība

Sacensības organizē biedrība „Triatlona klubs „Ventspils”” sadarbībā ar Latvijas Triatlona federāciju. Sacensības vada LTF apstiprinātā tiesnešu kolēģija. Sacensību organizators – Māris Priedēns tel.+371 29288659 , galvenais tiesnesis Jānis Griķis, tel.+371 29644091, e-pasts [jgriķis09@gmail.com](mailto:jgriķis09@gmail.com). Laika ņemšanu nodrošina:”SportLat”.

#### 4. Dalībnieki

##### 4.1. Latvijas atklātais čempionāts Vidējā distancē ( un Latvijas Kausa izcīņas posms).

Sacensības ir **Latvijas atklātais atklātais čempionāts**. Latvijas atklātajā čempionāta drīkst startēt tikai sportisti ar LTF licenci un citu valstu pilsoņi uzrādot savas nacionālās federācijas triatlona licenci vai iegādājoties sacensību vietā LTF vienas dienas licenci. Citu valstu pilsoņi tiek apbalvoti un var iegūt LČ titulu.

Sacensības ir arī Latvijas Kausa izcīņas posms un Latvijas Kausa vērtējums notiek tikai starp Latvijas valsts pilsoņiem.

Dalībnieku vērtējums un apbalvošana notiek pa vecuma grupām, iekļaujot visu valstu pārstāvjus. Apbalvošana absolūtajā vērtējumā notiek tikai Vidējā distancē. Sacensības ir individuālas un tajās var piedalīties neierobežots dalībnieku skaits no jebkuras valsts. Uzvar sportists, kurš pirmais veic distanci. Sacensību organizatori absolūtajā vērtējumā VIDĒJĀ distancē pasniegs naudas balvas, vērtējot arī citu valstu pārstāvjus.

Aizliegts piedalīties Krievijas un Baltkrievijas pilsoņiem.

##### 4.2. Vecuma grupas.

###### 4.2.1. Vidējā distancē, Latvijas čempionāts. 1,9km+90km+21,1km.

Vīrieši:

- 1) M - 1997. – 2008.gads;
- 2) M30 - 1987. – 1996.gads;
- 3) M40 - 1977. – 1986.gads;
- 4) M50 - 1967. – 1976.gads;
- 5) M60 - 1957. – 1966.gads;
- 6) M70 - 1956.gads un vecāki.

Sievietes:

- 7) F - 1997. – 2008.gads;

## Nolikums

- 8) F30 - 1987. – 1996.gads;
- 9) F40 - 1977. – 1986.gads;
- 10) F50 - 1967. – 1976.gads;
- 11) F60 - 1957. – 1966.gads;
- 12) F70 - 1956.gads un vecākas.

### 4.2.2. Stafete, Latvijas Kauss. 1,9km+90km+21,1km.

- 1) STAFETE: - 2008.gads un vecāki (vecākas) – komandā trīs dalībnieki, no kuriem vismaz vienam ir jābūt sievietei.

### 4.2.3. Aquabike, Latvijas Kauss. 1,9km+90km:

Vīrieši:

- 1) M19 – 2007. – 2008.gads;
- 2) M - 1987. – 2006.gads;
- 3) M40 - 1977. – 1986.gads;
- 4) M50 - 1967. – 1976.gads;
- 5) M60 - 1957. – 1966.gads;
- 6) M70 - 1956.gads un vecāki.

Sievietes:

- 7) F19 – 2007. – 2008.gads
- 8) F - 1987. – 2006.gads;
- 9) F40 - 1977. – 1986.gads;
- 10) F50 - 1967. – 1976.gads;
- 11) F60 - 1957. – 1966.gads;
- 12) F70 - 1956.gads un vecākas.

### 4.2.4. Bērnu simboliskā distance. 50m skrējieni pa ūdeni + 500m velo + 250m skriešana

- 1) 2016.gads un jaunāki.

## 5. Distances.

### 5.1. Vidējā distance, Latvijas čempionāts. Stafete. Latvijas kauss. 1,9km+90km+21,1km.

- 1) 1,9km peldēšana - 3 apli (aplis 0,63km) + 90km riteņbraukšana - 3 apli (aplis 30km) + 21,1km skriešana - 2 apli (aplis 10,55km).

### 5.2. AquaBike, Latvijas Kauss. 1,9km+90km.

- 1) 1,9km peldēšana - 3 apli (aplis 0,63km) + 90km riteņbraukšana - 3 apli (aplis 30km).

### 5.3. Bērnu simboliskā distance.

- 1) 50m skrējieni pa ūdeni (1aplis) + 500m velo (pa veloceliņu) (1aplis) + 250m skriešana (1aplis).

Peldēšana notiks Būšnieku ezerā. Starts no ūdens Būšnieku ezera peldvietā Talsu ielas galā.

Tranzītzona būs novietota Būšnieku ezera peldvietas automašīnu stāvlaukumā Talsu ielas galā.

Riteņbraukšana – pa Talsu ielu no Būšnieku ezera peldvietas līdz Kolkas autoceļam P124, Kolkas autoceļš P124 posmā no Venstpils-Rīgas šosejas līdz Liepenes krustojumam ~10km garumā, Dundagas autoceļš P77 posmā no Kolkas autoceļa līdz autobusu pieturai „Riesti” ~5km garumā. Riteņbraukšanas trases segums – augstākās kvalitātes asfalts, autoceļš atjaunots 2024.gadā. Neliels reljefs. Iespējams vējš.

Skriešana – apkārt Bušnieku ezeram pa grantētu veloceliņu ar apļa pagarinājuma posmu ~1.1km garumā pa 2025.gadā izbūvēto asfaltētu veloceliņu no Bušnieku ezera laivu bāzes Staldzenes centra virzienā. Skriešanas trases segums – 7.75 km labas kvalitātes smalka 2.8km asfalts. Reljefs – līdzens.

## 6. Noteikumi.

**Sacensības notiek atbilstoši Pasaules triatlona federācijas (WT) Sacensību noteikumiem.**

**Laika limits vidējai distancei – 7 stundas (plkst. 18:00). Laika limits peldēšanai un riteņbraukšanai – 4 stundas 30 minūtes (plkst. 15:30)**

Dalībniekam izdots laika kontroles čips jāpiestiprina pie kājas ap potīti.

Peldēšanas posmā aizliegts izmantot jebkādas palīgīdzekļus, kas var paātrināt vai atvieglināt peldēšanu (pleznas, lāpstīņas, cimdi, snorkeļi u.tml.). Hidrotērpu peldēšanā drīkst izmantot līdz ūdens temperatūrai +24.5°C. Pie augstākas ūdens temperatūras hidrotērpu izmantošana nav atļauta!

## Nolikums

Dalībniekam izdotais numurs pēc peldēšanas maiņas zonā jāapliek ap vidukli, riteņbraukšanā jāpagriež uz aizmuguri, skriešanā priekšā (virs krekla). Ja būs atļauta peldēšana ar hidrotērpiem, tad numuru var likt jau zem hidrotērpa.

Dalībniekam pēc peldēšanas, veicot riteņbraukšanas un skriešanas posmus, ķermeņa augšdaļai jābūt nosegtai. Ar kailu ķermeņa augšdaļu dalībnieks nedrīkst turpināt sacensības, par to var tikt saņemta diskvalifikācija.

Velo ķiveru lietošana ir obligāta. Ievietojot velosipēdu un pārējo ekipējumu tranzītzonā, ķiveri ir jābūt atsprādzētai. Izejot no tranzītzonas un uzsākot riteņbraukšanu, ķiveri jābūt galvā un ķiveres siksniņai jābūt aizsprādzētai. Beidzot riteņbraukšanu un ieejot tranzītzonā ķiveri jābūt galvā un ķiveres siksniņai jābūt aizsprādzētai. Ķiveri drīkst noņemt tikai pēc velosipēda novietošanas tranzītzonā.

Riteņbraukšanas distancē braukšana notiks pa autoceļa brauktuvi divos virzienos. Jābrauc pa brauktuves labo pusi. Nav atļauta iebraukšana pretējā braukšanas joslā kreisajā pusē.

Riteņbraukšanas distancē dalībniekiem **NAV ATĻAUTA BRAUKŠANA GRUPĀS**. Attālums starp priekšā braucošā velosipēda pakaļējo riteni un aizmugurē braucošā velosipēda priekšēko riteni - **12m**. Apdzīšanas laiks – ne vairāk par **25 sek.**

Riteņbraukšanas posmā ieteicams izmantot triatlona vai individuālā brauciena šosejas velosipēdu ar guļstūri, vai šosejas sporta velosipēdu. Atļauts izmantot arī Gravel, velokrosa vai MTB, velosipēdu.

**PENALTY BOX** (marķēta soda izciešanas vieta) –ja sportists veicis pārkāpumu kādā no distanču posmiem, šajā vietā tiesneša klātbūtnē ir jānodas izciest piešķirto soda laiku:

- 1) Soda piemērošana par braukšanu grupā un apdzīšanas noteikumu neievērošanu:
  - a. **2min** sods, pārkāpjot noteikumu pirmo reizi, tiesnesis parāda **zilo** kartiņu;
  - b. **2 min** sods, pārkāpjot noteikumu otro reizi; tiesnesis parāda **zilo** kartiņu un brīdina par iespējamo diskvalifikāciju;
  - c. **Diskvalifikācija**, pārkāpjot noteikumu trešo reizi, tiesnesis parāda **sarkano** kartiņu.
- 2) 30 sekundes par neaizsprādzētu ķiveri, par mix (tranzīta) zonas robežu neievērošanu, par inventāra „nomešanu” tranzītzonā utt.
- 3) Un citi tiesnešu piešķirtie sodi saskaņā ar WT noteikumiem (atkritumu izmešana neatļautā vietā, cita sportista traucēšana, u.tml.)

**Dalībnieka pienākums ir brīvprātīgi apstāties Penalty Box un nogaidīt saņemto soda laiku. Soda sankciju process tiks kontrolēts no tiesnešu puses. Ja dalībnieks nav izcietis saņemto sodu, tiek piešķirta diskvalifikācija.**

Sacensību organizatori nenes atbildību par dalībnieka iespējamajām traumām sacensību laikā. Sacensību organizators nodrošina neatliekamās medicīniskās palīdzības klātbūtni sacensību vietā. Katrs dalībnieks ir pats atbildīgs par sava inventāra atbilstību sacensībām un veicamajai distancē.

Ja dalībnieks nejauši novirzījies no veicamās trases, atļauts tajā atgriezties tikai atgriežoties tieši tajā vietā, kur notika novirzīšanās no trases. Sacensību laikā dalībniekiem ir **AIZLIEGTS** saņemt jebkādu palīdzību no malas.

Distancē aizliegts pavadīt sportistu (braukt līdz ar velosipēdu, skriet blakus, pavadīt ar auto u.tml.).

Bērnu simboliskajā distancē vecākiem atļauts pavadīt bērnu distancē esot blakus vai turot pie rokas ar nosacījumu, ja pa priekšu tiek palaisti bērni, kas distanci veic patstāvīgi. Vecākiem lūgums iespējami mazāk drūzmēties distancē un palīdzēt bērnam tikai tik daudz, cik patiešām nepieciešams, netraucējot un neapdraudot citus bērnus.

Dalībnieka izstāšanās gadījumā, par to jāpaziņo galvenajam tiesnesim, un jāatgriež laika ņemšanas čips.

### 7. Antidopinga noteikumi.

Sacensības notiek saskaņā ar spēkā esošajiem starptautiskajiem un nacionālajiem antidopinga noteikumiem. Visiem dalībniekiem ir pienākums ievērot World Anti-Doping Agency (WADA) kodeksu, kā arī Latvijas Antidopinga biroja noteiktās prasības.

### 8. Dalībnieku drošībai un ievērībai.

Katrs sacensību dalībnieks pirms starta reģistrācijā ar savu parakstu apliecina, ka uzņemas pilnu atbildību par savas veselības atbilstību triatlona distancēs veikšanai un par savu rīcību un tās izraisītajām sekām sacensību laikā, t.sk. veselības vai dzīvības apdraudējumiem.

### 9. Vērtēšana.

Dalībnieki katrā distancē startē ar kopējo startu. Katrā distancē uzvar sportists, kurš pirmais veic distanci.

## Nolikums

Sacensības **Vidējā distancē ir Latvijas atklātais čempionāts**. Latvijas atklātajā čempionāta drīkst startēt tikai sportisti ar LTF licenci un citu valstu pilsoņi uzrādot savas NF triatlona licenci vai iegādājoties LTF vienreizējo dienas licenci sacensību vietā. Citu valstu pilsoņi tiek apbalvoti un var iegūt Latvijas čempiona titulu.

Sacensības ir arī Latvijas Kausa izcīņas posms un Latvijas Kausa vērtējums notiek tikai starp Latvijas valsts pilsoņiem.

Sacensības **Stafešu komandām un AquaBike ir Latvijas kausa posms.**

Dalībnieku vērtējums un apbalvošana notiek pa vecuma grupām, iekļaujot visu valstu pārstāvjus. Sacensības ir individuālas un tajās var piedalīties neierobežots dalībnieku skaits no jebkuras valsts. Uzvar sportists, kurš pirmais veic distanci.

Apbalvošana absolūtajā vērtējumā notiek tikai VIDĒJĀ distancē. Sacensību organizatori absolūtajā vērtējumā VIDĒJĀ distancē pasniegs naudas balvas vērtējot arī citu valstu pārstāvjus.

Aizliegts piedalīties Krievijas un Baltkrievijas pilsoņiem.

Stafešu komandas un AquaBike izcīnā Latvijas Kausa posma medaļas un 1-3.vietu ieguvēji tiek apbalvoti atsevišķi no Latvijas čempionāta apbalvošanas.

### 10. Apbalvošana

Latvijas Čempionātā Vidējā distancē tiek apbalvoti atsevišķi 1.-3. vietu ieguvēji visās vecuma grupās .

Latvijas Kausa posmā Stafešu komandām tiek apbalvotas atsevišķi 1.-3. vietu ieguvējas.

Latvijas Kausa posmā Aquabike tiek apbalvoti atsevišķi 1.-3. vietu ieguvēji visās vecuma grupās.

Latvijas Čempionātā Vidējā distancē tiek absolūtajā individuālajā vērtējumā tiek apbalvoti atsevišķi 1.-3. vietu ieguvēji un paredzētas sekojošas naudas balvas:

Vīriešiem:

1.vieta. 150 EUR

2.vieta. 100 EUR

3.vieta. 50 EUR

Sievietēm:

1.vieta. 150 EUR

2.vieta. 100 EUR

3.vieta. 50 EUR

Naudas balvas tiks izmaksātas ar pārskaitījumu. Naudas balvu saņēmējiem pēc apbalvošanas reģistratūrā jānodod informācija par bankas kontu uz kuru organizatori veiks pārskaitījumu. Pārskaitījums tiks veikts 5 (piecu) darba dienu laikā..

### 11. Licences

Atbilstoši Latvijas triatlona federācijas (LTF) sportistu licencēšanas nolikumam 2026.gadam, sportistam, lai startētu Latvijas kausa sacensībās, ir jāpiesakās elektroniskajai licencei vismaz 10 dienas pirms sacensībām.

1. Maksa par 1 (viena) sportista licenci:

1.1. Vecuma grupām F70, M70, F19, M19,

1.1.1. Individuālā elektroniskās sezonas licences maksa 20 (divdesmit) EUR.

1.1.2. Individuālā sezonas licence (plastikāta licence) 25 (divdesmit pieci) EUR

1.1.3. Individuālā vienreizējā licence sacensību dienā 10 (desmit) EUR.

1.2. Vecuma grupai F, M līdz 23 gadiem.

1.2.1. Individuālā elektroniskās sezonas licences maksa 30 (trīsdesmit) EUR

1.2.2. Individuālā sezonas licence (plastikāta licence) 35 (trīsdesmit pieci) EUR.

1.2.3. Individuālā vienreizējā licence sacensību dienā 10 (desmit) EUR.

1.3. Vecuma grupām F, M, F40, M40, F50, M50, F60, M60

1.3.1. Individuālā elektroniskās sezonas licences maksa 40 (četrdesmit) EUR

1.3.2. Individuālā sezonas licence (plastikāta licence) 45 (četrdesmit pieci) EUR.

1.3.3. Individuālā vienreizējā licence sacensību dienā 15 (piecpadsmit) EUR.

## Nolikums

Vecuma grupas	Individuālā sezonas licence (elektroniskā licence)	Individuālā sezonas licence (plastikāta licence)	Individuālā vienreizējā licence sacensību dienā
F70, M70, F19, M19	20 EUR	25 EUR	10 EUR
F, M līdz 23 gadiem	30 EUR	35 EUR	10 EUR
F, M, F40, M40, F50, M50, F60, M60	40 EUR	45 EUR	15 EUR

1.4.. Maksa par licenci veicama tikai bezskaidras naudas veidā uz LTF bankas kontu, kas norādīts LTF sagatavotajā rēķinā. Skaidras naudas norēķini iespējami tikai sacensību dienā LK posmu sacensībās iegādājoties vienreizējo licenci.

### 12. Dalības maksa un pieteikšanās

Dalības maksa piesakoties iepriekš līdz 2026.gada 19.jūnijam plkst.24.00:

- 1) Vidējā distance, Latvijas čempionāts. 1,9km+90km+21,1km – 70 EUR
- 2) Stafete, Latvijas Kauss. 1,9km+90km+21,1km – 80 EUR
- 3) Aquabike, Latvijas Kauss. 1,9km+90km – 40 EUR.

Dalības maksa piesakoties iepriekš līdz piektdienai 2026.gada 17.jūlijam plkst.24.00:

- 1) Vidējā distance, Latvijas čempionāts. 1,9km+90km+21,1km – 80 EUR
- 2) Stafete, Latvijas Kauss. 1,9km+90km+21,1km – 90 EUR
- 3) Aquabike, Latvijas Kauss. 1,9km+90km – 50 EUR.

Pieteikšanās uz vietas sacensības dienā 2026.gada 19.jūlijā:

- 1) Vidējā distance, Latvijas čempionāts. 1,9km+90km+21,1km – 90 EUR
- 2) Stafete, Latvijas Kauss. 1,9km+90km+21,1km – 100 EUR
- 3) Aquabike, Latvijas Kauss. 1,9km+90km – 60 EUR.

Pieteikšanās pirms sacensībām - interneta mājas lapa [www.triatlons.lv](http://www.triatlons.lv) un [www.sportlat.lv](http://www.sportlat.lv), aizpildot pieteikšanās formu:

- o swedlink norēķinu forma (Swedbank klientiem)
- o nordea e-maksājumu (Nordea klientiem)
- o seb e-link maksājums (SEB klientiem)
- o ar pārskaitījumu uz Biedrības Ventspils Triatlona klubs norēķinu kontu (skatīt rekvizītus), **maksājuma uzdevumā norādot: sacensību nosaukumu; dalībnieka vārdu; dalībnieka uzvārdu; personas kodu; vecuma grupu.**
- o izmantojot kredītkaršu un debetkaršu norēķinu internetā (Visa, MasterCard, Visa Electron, Maestro u.c.). Jūsu kredīt-/debetkartei jābūt aktivizētai iespējai - norēķināties internetā, izmantojot 3D-secure pieslēgumu.

Iepriekšējā “on-line” pieteikšanās pieteikums skaitās pieņemts pēc dalības maksas saņemšanas. Iepriekšējā “on-line” pieteikšanās tiek izbeigta piektdienā 2026.gada 17.jūlijā plkst.24:00.

Pieteikšanās sacensību dienā – sacensību reģistratūrā no plkst. 10:00 līdz plkst. 10:30, Bērnu simboliskajai distancei līdz plkst.11:45.

### 13. Dalībnieku apkalpošana (serviss).

Dalībnieku numuru izsniegšana sacensību reģistratūrā no plkst.10:00. Laika kontroles čipu izsniegšana peldēšanas starta vietā plkst.10:50

Sacensību rezultāti tiek fiksēti Champion Chip sistēmām un tiek ievietoti internetā [www.triatlons.lv](http://www.triatlons.lv) un [www.sportlat.lv](http://www.sportlat.lv). Ar Champion Chip sistēmām tiks fiksēts arī laiks katrā distancē un katrā aplī, arī maiņas zonā pavadītais laiks!

Ēdināšana – katram dalībniekam pēc distances beigšanas būs iespēja saņemt uzkodas un dzērienus.

Distancē pie tranzītzonas tiks ierīkots dzeršanas punkts (ūdens vai sporta dzēriens).

Drošība uz ūdens – peldēšanas sacensību laikā ūdenī atradīsies un dalībniekus pavadīs glābšanas dienesta laivas.

Neatliekamā medicīniskā palīdzība – starta finiša rajonā dežūrē neatliekamā medicīniskā palīdzība.

## Nolikums

Sacensību rezultāti – visu dalībnieku rezultāti un sacensību fotoreportāža tiks ievietoti interneta mājas lapā [www.triatlons.lv](http://www.triatlons.lv) un [www.sportlat.lv](http://www.sportlat.lv).

### 14. Protesti

Pretenzijas tiek pieņemtas iemaksājot 50EUR. Pamatotas pretenzijas gadījumā nauda tiek atgriezta.

### 15. Izmaiņas sacensības nolikumā

Organizatoriem ir tiesības izdarīt izmaiņas un papildinājumus nolikumā. Organizatori nav atbildīgi par to, ja dalībnieki nav iepazinušies un nezina nolikumu un trases.

Ja nepieciešama sīkāka informācija, lūdzu zvanīt sacensību organizatoram, - Māris Priedēns tel. 29288659.

### 16. Naktsmītnes sacensību dalībniekiem.

Informācija par naktsmītnēm Ventspilī pieejama portālā [www.visitventspils.com/lv/kur-palikt/](http://www.visitventspils.com/lv/kur-palikt/). Sakarā ar lielo noslodzi tūrisma sezonas laikā, ieteicams naktsmītnes rezervēt savlaicīgi.

### 17. Rekvizīti:

Biedrība „**Triatlona klubs „Ventspils”**”

Reģ.Nr.: 40008228373

Adrese: Egles, Piltenes pagasts, Ventspils novads, LV-3620

Swedbank - Konts: LV69HABA0551039791279

Tel.: 29288659

Biedrība **sporta klubs “SportLat”**

Reģ.Nr.: 40008107277

Juridiskā adrese: Ēvalda Valtera iela 46 - 31, Rīga, LV-1021

Biroja adrese: Ganību dambis 25d, Rīga, LV-1005

Swedbank - Konts: LV64 HABA 0551 0148 3035 9

Mobilais tālrunis + 371 29454195

Biedrība **Latvijas Triatlona Federācija**

Reģ.Nr.: 40008024242

Adrese: Ganību dambis 25d, Rīga, LV-1005

Swedbank – konts: LV24 HABA 0551 0250 1481 8

Mobilais tālrunis + 371 29676719

Nolikumu sagatavoja  
sacensību galvenais organizators  
Māris Priedēns  
tel. 29288659  
[maris.priedens@itp.com.lv](mailto:maris.priedens@itp.com.lv)  
24.06.2026.