

Fitnesa diena Jēkabpilī

NOLIKUMS

1. MĒRĶIS	1.1. Popularizēt fiziski aktīvu un veselīgu dzīvesveidu. 1.2. Popularizēt dažādas vingrošanas nodarbības Jēkabpilī.
2. ORGANIZATORI	2.1. Pasākumu organizē Jēkabpils Sporta centrs (reģ.Nr. 40900008726). 2.2. Atbildīgais par pasākumu – Baiba Jurgeviča (tel.: 28937763, baiba.jurgevica@jekabpils.lv). 2.3. Informācija par pasākumu pieejama www.jekabpilssc.lv
3. LAIKS UN VIETA	3.1. 2026. gada 27. septembrī plkst. 11.00. 3.2. Jēkabpils Sporta halles universālajā zālē, Brīvības ielā 289B, Jēkabpilī, LV-5201 3.3. Reģistrēšanās klātienē no plkst. 10.10 līdz 10.50.
4. DALĪBNIEKI	4.1. Pasākumā var piedalīties ikviens interesents; 4.2. Dalībnieks pasākumā piedalās ērtā apģērbā un tīros maiņas sporta apavos; 4.3. Dalībnieks sevi nodrošina ar dzeramo ūdeni un ir aicināts ņemt līdzi savu vingrošanas paklājiņu (ja privātā paklājiņa nav, uz pasākuma laiku to nodrošinās JSC) 4.4. Iepriekšēja pieteikšanās, aizpildot anketu, līdz 24. septembra plkst. 23.59 – https://forms.gle/JvcZN6SaYsqHADKP8 4.5. Dalībnieki, piedaloties pasākumā, apliecina, ka paši uzņemas pilnu atbildību par sava veselības stāvokļa atbilstību pasākuma konceptam.
5. PASĀKUMA FORMĀTS	5.1. Treneri, secīgi pēc programmas, demonstrē savu nodarbību un dalībnieki, savu spēju robežas, vingro līdzī. 5.2. Pasākuma programma: 11:00 – Pasākuma atklāšana un iesildīšanās (Dace Valtere) 11:15 – Fitnesa dejas (Linda Vanga) 11:45 – Mobilitāte (Guna Vīksne) 12:15 – Spēka treniņš ar savu svaru (Valērija Erta) 12:45 – Stiepšanās un relaksācija (Arta Kočāne) 13:10 – Balvu izloze un konkursi
6. APBALVOŠANA	6.1. Noslēgumā visi dalībnieki piedalās balvu izlozē, kur tiks izlozētas suvenīrbalvas un dažādas sponsoru dāvanu kartes!

Jūsu personas datu apstrādes pārzinis ir Jēkabpils novada pašvaldība, reģistrācijas Nr.90000024205, adrese Brīvības iela 120, Jēkabpils, Jēkabpils novads, LV-5201, tālrunis 65236777. Uzņemtās fotogrāfijas un materiāli var tikt izmantoti Jēkabpils Sporta centra un citos publiskajos materiālos.