

NOLIKUMS

Valmiera Next Ģimenes diena

1. PASĀKUMA MĒRĶIS

- 1.1. Izveidot iekļaujošu, ģimenei orientētu pasākumu, kas veicina veselīgus ieradumus, aktīvu dzīvesveidu un kopā būšanu ģimenēm ar dažādu vecumu bērniem;
- 1.2. Radīt iespēju ģimenēm pavadīt kvalitatīvu laiku kopā, izmantojot kustības, spēles un erudīcijas aktivitātes;
- 1.3. Izveidot vidi, kur ģimenes var socializēties un justies atbalstītas;
- 1.4. Veicināt Valmieras tēlu kā ģimenei draudzīgu un aktīvu pilsētu.

2. VADĪBA

- 2.1. Pasākumu organizē biedrība Valmiera NEXT sadarbībā ar SIA Valmieras Olimpiskais centrs.

Pasākuma organizators: Liene Atlāce (+371 26308235)
Megija Stalberga (+371 27000440)

3. PASĀKUMA VIETA UN LAIKS

- 3.1. Pasākums notiks 2026.gada 21.martā.
Pasākums norisināsies Jāņa Daliņa sporta kompleksa vieglatlētikas manēžā, J.Daliņa ielā 2, Valmiera, LV-4201
Pasākuma sākums: 21.martā plkst. 11:00

4. PROGRAMMA

10:30 Dalībnieku reģistrēšanās;
11:00 Sporta dienas atklāšana;
11:05 Izkustamies kopā;
11:10 Ģimenes sportiskās aktivitātes
13:00 Apbalvošana

5. AKTIVITĀTES:

- 5.1. Veidojam kopā ar Tu Tu Family;
- 5.2. Lec kā zaķis caur šķēršļiem;
- 5.3. Sargi Lieldienu olu uz karotes;

- 5.4. Rāpo kā kāpurs un atrodi burtu;
- 5.5. Tālākais zaķa lēciens;
- 5.6. Virves piedzīvojumu taka;
- 5.7. Pavasara mērķu siena;
- 5.8. Lieldienu olas ekspedīcija (orientēšanās J.Daliņa ēkā).
- 5.9. Sveiciens saulei;
- 5.10. Zaķa groza metieni.

Paralēlās aktivitātes:

- 5.10. Izgatavo zaķa ausis!
- 5.11. Dekorē Lieldienu olu!
- 5.12. ‘‘Ko sēsi, to plausi!’’
- 5.13. Ģimenes joga;
- 5.14. Veido savu putnu būri.
- 5.15. Mazas rokas, lielas sirdis rāpo kopā ar DARTURCRAFTS
- 5.16. Bumbu baseins;
- 5.17. Pavasara spēks;
- 5.18. Piepūšamās atrakcijas

6. DALĪBNIEKI

- 6.1. Ģimeņu dienā drīkst piedalīties ikviens dalībnieks.
- 6.2. Startē divi pieaugušie ģimenes locekļi vai bērna likumiskie pārstāvji un bērns/bērni līdz 12 gadu vecumam. Ja ģimeni nevar pārstāvēt divi pieaugušie, dalība ir iespējama arī ar vienu pieaugušo ģimenes locekli vai aizbildni.
- 6.3. Katrs dalībnieks uzņemas pilnu atbildību par savu veselības stāvokli. Pasākuma organizatori neņemas atbildību par dalībnieku iespējamām traumām vai nelaimes gadījumiem pasākuma laikā. Par nepilngadīgo personu veselības stāvokli atbild viņu likumīgie pārstāvji.
- 6.4. Pasākuma dalībniekiem, lai nodrošinātu drošību un tīrību, manēžā jālieto maiņas sporta apavi.

7. PIETEIKŠANĀS

- 7.1. Dalībnieki pieteikšanos var veikt arī elektroniski, aizpildot anketu [ŠEIT](#), līdz 19. martam plkst. 12:00
- 7.2. Dalībniekiem būs iespējams pieteikties uz vietas pasākuma dienā plkst.10:30
Dalības maksa: BEZ MAKSAS

8. VĒRTĒŠANA

- 8.1. Katras aktivitātes izpildi apstiprina tiesnesis, veicot atzīmi ģimenes kartītē.
- 8.2. Pēc visu aktivitāšu izpildes, uzrādot kartīti, ģimene saņem pateicību par dalību pasākumā.
- 8.3. Pasākuma noslēgumā, balstoties uz tiesnešu vērtējumu, tiks apbalvotas gan ģimeņu komandas, gan individuālo aktivitāšu dalībnieki.

9. ĪPAŠIE NOTEIKUMI

- 9.1. Dalībnieki un viņu līdzjutēji ir informēti un neiebilst, ka pasākuma laikā viņi tiek fotografēti un ka pastāv iespējamība, ka fotoattēli tiks izmantoti sporta un pasākuma publicitātes aktivitātēs;