LIMBAŽU TAUTAS TRIATLONS 2026

16. augusts

Limbažu Lielezera pludmale

Bērnu distances

Jauniešu (LTF kausa izcīņas posms)

Limbazi open

Supersprint (LTF kausa izcīņas posms)

Olimpiskā / standarta (LTF kausa izcīņas posms)

Saturs

Limbažu Tautas triatlons ……3

Sacensību programma un Starta laiki……3

Dalībnieki (vecuma grupas/licences)……4

Distances un dalības maksas……5

Apbalvošana……5

Noteikumi……6

Laika ņemšana……7

Medicīniskā palīdzība……7

Pazudušās un atrastās mantas……7

Informācija skatītājiem……7

Izmaiņas sacensību nolikumā ……7

Protesti……7

Datu apstrāde ……7

Sacensību kartes……8

Limbažu Tautas triatlons 2026

Sacensību adrese: Limbaži, Lielezera iela 33. https://maps.app.goo.gl/eP89ZgbCtCSsBKJH6

Sacensību organizators: Tradicionālās Kultūras biedrība "Mantojums", Ansis Jansons,

Sacensību galvenais tiesnesis: Sintija Strakša, sintija.straksa@triatlons.lv

Sacensību direktors: Ansis Jansons jansonsansis@gmail.com, tel. 25414405

Rezultāti, laika fiksēšana: Magnēts.lv

Sestdiena, 15.08.2026	
18:00 - 20:00	Iespēja saņemt numurus sacensību centrā, pludmalē

STARTA LAIKI

Svētdiena, 16.08.2026	
8:00 - 13:10	Dalībnieku reģistrācija un sacensību numuru saņemšana *(reģistrācija noslēdzas 20min. pirms konkrētā starta)*
8:00- 9:15	Maiņas zona atvērta mantu novietošanai **standarta/olimpiskajā distancē**
8:00-9:40	Maiņas zona atvērta mantu novietošanai **Bērnu, Jauniešu, Supersprint, Stafetes** distancēs
9:30	Standarta/Olimpiskās distances starts
9:50	Starts bērni (dz.gadi 2020-2021)
10:10	Starts bērni (dz. gadi 2018-2019)
10:30 - 11:30	Maiņas zona atvērta **SUPERSPRINT, TAUTAS, STAFETE, JAUNIEŠU** distancēs
11:50	Starts Supersprint
12:00	Starts Tautas un Stafetes distancē
12:30-15:00	Dalībnieku pusdienas
12:20 - 12:45	Maiņas zona atvērta mantu novietošanai **JAUNIEŠU** distancēs, kā arī **STANDARTA/ OLIMPISKĀS** distances mantu izņemšanai.
13:00	Starts Jauniešu1 (**FM9/FM11)**
13:30	Starts Jauniešu2 (**FM13)**
14:10-16:00	Maiņas zona atvērta mantu izņemšanai

14:30	Apbalvošana

*Pirms katras distances starta, pie starta punkta notiek obligātais dalībnieku brīfings, kurā tiek izskaidrota trase, apļu skaits, drošības prasības, maiņas zonas kārtība un iespējamie laika limiti.

Vecuma grupas, licences

<table>
<tr><th colspan="2">Vecuma grupas</th><th>Dzimšanas gadi</th><th>Licences</th></tr>
<tr><td colspan="2">B1</td><td>2021. un 2022. gads</td><td>Nav nepieciešama licence</td></tr>
<tr><td colspan="2">B2</td><td>2019. un 2020. gads</td><td>Nav nepieciešama licence</td></tr>
<tr><td>F9</td><td>M9</td><td>2017.-2018. gads</td><td rowspan="3">IR nepieciešama triatlona licence!

(Rakstot pieteikumu LTF vismaz 10 dienas pirms sacensībām, licence ir bezmaksas)</td></tr>
<tr><td>F11</td><td>M11</td><td>2015.-2016. gads</td></tr>
<tr><td>F13</td><td>M13</td><td>2013.-2014. Gads</td></tr>
<tr><td>F15</td><td>M15</td><td>2011.-2012. Gads</td><td rowspan="8">Nepieciešama triatlona licence!</td></tr>
<tr><td>F17</td><td>M17</td><td>2009.-2010. Gads</td></tr>
<tr><td>F19</td><td>M19</td><td>2007.-2008. Gads</td></tr>
<tr><td>F</td><td>M</td><td>1987.-2006. Gads</td></tr>
<tr><td>F40</td><td>M40</td><td>1977.-1986. gads</td></tr>
<tr><td>F50</td><td>M50</td><td>1967.-1976. Gads</td></tr>
<tr><td>F60</td><td>M60</td><td>1957.-1966. gads</td></tr>
<tr><td>F70</td><td>M70</td><td>1956. un vecāki/as</td></tr>
<tr><td colspan="2">FLO, MLO</td><td>Sievietes un vīrieši, vecāki par 18 gadiem</td><td>Nav nepieciešama licence</td></tr>
</table>

Sezonas elektroniskajai licencei var pieteikties vismaz 10 dienas pirms sacensībām sūtot e-pastu uz licence@triatlons.lv. Sacensību dienā ir iespējams iegādāties vienas dienas licenci

!! Supersprinta distancē drīkst startēt no 15 gadu vecuma, sprinta distancē no 16 gadu vecuma, standarta distancē no 18 gadu vecuma saskaņā ar LTF noteikumiem. Nepilngadīgajiem sportistiem, ja LTF noteikumi konkrētajā gadījumā pieļauj dalību attiecīgajā distancē, nepieciešama vecāku vai likumiskā pārstāvja rakstiska atļauja.

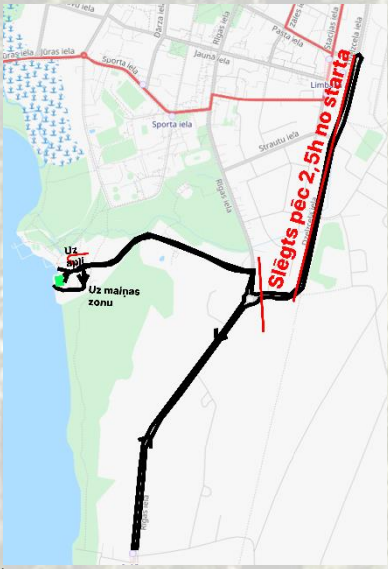
STAFETE komandā ir 3 dalībnieki, no kuriem vismaz viena ir sieviete. Pirmais dalībnieks veic peldēšanas posmu, otrs - riteņbraukšanas, trešais - skriešanas. Stafetes nodošana nākošajam stafetes dalībniekam, nododot laika kontroles čipu. (Izmaiņu gadījumā papildus informācija par stafetes nodošanas kārtību nākamajam dalībniekam tiks precizēta tranzīta (maiņas) zonā)

Distances un dalības maksas

Sacensības	Vecuma grupas	Distance	Līdz 31.05	Līdz 30.06.	01.07-09.07	Sacensību dienā
Bērnu (5-6)	SB1,VB1	0,05+0.35+0,15	4	4	4	6
Bērnu (7-8)	SB2,VB2	0,1+0,7+0,3	4	4	4	6
Jauniešu1 (LTF kausa posms)	F9,M9,	0,08+1,5+0,7	6	7	9	15
Jauniešu2 (LTF kausa posms)	F13,M13, F11, M11	0,2+4,5+1,4	8	10	12	18
Jauniešu3 (LTF kausa posms)	F15/M15 F17/M17 (starts kopā ar Limbazi open)	0,26+10+2,6	12	16	22	30
Supersprint (LTF kausa posms)	F, M, F19, M19, F40 M40, F50, M50, F60 M60, F70, M70 MO, FO	0,35+10+2,6	20	25	30	40
Limbazi open (**NAV LTF kausa posms)**	FLO,MLO,	0,26+10+2,6	12	16	22	30
Tautas stafete		0,26+10+2,6	24 no komandas	32 no komandas	44 no komandas	60 no komandas
Standarta/olimpiskā (LTF kausa posms)	F19, M19, F, M, F40, M40, F50, M50, F60, M60, F70, M70	1,5 + 39 + 10	30	35	45	60
Limbažu novada iedzīvotājiem	50% atlaide **VISIEM** startiem.					atbilstoši vecuma grupai un izvēlētajai distancei

Pieteikums sacensībām jāaizpilda elektroniski ŠEIT: https://forms.gle/dsKjiVm1p88939Sd9

Finiša laika limiti: Daļa no standarta distances velo posma tiks slēgta 2,5h pēc starta. Sportists var turpināt trasi pa daļu kas paliks atvērta (pa slēgto posmu ceļu turpināt aizliegts), bet punkti netiks skaitīti kopējā LK ieskaitē.



Dalībnieks tiek uzskatīts par reģistrētu sacensībām un tā vārds parādās dalībnieku sarakstā **tikai pēc dalības maksas samaksas pilnā tās apmērā**. Sacensību dalībnieka reģistrēšanas datums ir dalības maksas veikšanas datums.

- Lūgums savlaicīgi pieteikties sacensībām, lai kvalitatīvi sagatavotu sacensību aprīkojumu
- Dalības maksā ir iekļauta:
  - Dalībnieka numura izgatavošana
  - Medaļa par piedalīšanos
  - Sacensību aprīkojuma īres vai iegādes izmaksas,
  - Apkalpojošā personāla darba apmaksa,
  - Balvu fonds
  - Dzeršanas punkti distancē,
  - Fotogrāfijas no sacensību norises.
  - Dalībnieku pusdienas
- Laika kontroles čipa bojāšanas vai nozaudēšanas gadījumā soda nauda - EUR 20.
- Online pieteikšanās no 16.04.2026.
- Dalībniekiem, kuri uz sacensībām neierodas, samaksātā dalības nauda netiek atgriezta
- Ja sacensības tiek atceltas no organizatoriem neatkarīgu apstākļu dēļ, dalības maksa netiek atmaksāta.

APBALVOŠANA

- Sacensību organizatoru un sponsoru sarūpētās balvas
- Apbalvoti tiek trīs ātrākie dalībnieki katrā vecuma grupā.

NOTEIKUMI Dalībnieku limits Limbažu triatlonā - 400 dalībnieki

Sacensības norit saskaņā ar Starptautiskās Triatlona savienības (World Triathlon) sacensību noteikumiem, World Anti-Doping Agency kodeksu, kā arī Latvijas Antidopinga biroja noteiktajām prasībām. Dalībnieks, piesakoties un apstiprinot savu dalību sacensībām, pilnībā piekrīt šiem noteikumiem, kā arī apņemas tos ievērot. Sacensību vietā un sacensību norises laikā pārvietošanās ar velosipēdu ir atļauta tikai ar galvā uzvilktu un aizsprādzētu riteņbraukšanas ķiveri. Šī prasība ir obligāta

visiem sacensību dalībniekiem, kas atrodas vai neatrodas distancē, kā arī sacensību apmeklētājiem. Sacensībās netiek pieņemti dalības pieteikumi no Krievijas un Baltkrievijas sportistiem.

Piesakoties sacensībām, dalībnieks apliecina, ka viņa veselības stāvoklis atbilst dalībai sacensībās un viņš uzņemas atbildību par savu veselību. Nepilngadīgajiem dalībniekiem nepieciešams vecāka vai likumiskā pārstāvja apliecinājums

Starta zona: Starts no pludmales

Peldēšana

● Distances veikšana ir atļauta sportista brīvi izvēlētā tehnikā
● Hidrotērps ir atļauts, ja ūdens temperatūra nav augstāka par 21.9° grādiem pēc Celsija (izņemot FM60 un FM70 grupas, kuriem hidrotērps atļauts līdz 24.5° grādu pēc Celsija robežai)

"Peldēšanas posmā tiek nodrošināti glābēji un drošības personāls. Organizators un galvenais tiesnesis ir tiesīgi mainīt peldēšanas distanci, pārcelt startu vai aizstāt peldēšanas posmu ar skriešanu vai citu risinājumu, ja laikapstākļi vai drošības apstākļi to prasa."

Riteņbraukšana

● Distances veikšanas laikā divriteni drīkst stumt vai nest
● Braukšana aizvējā ir ATĻAUTA sava dzimuma ietvaros visās distancēs, izņemot standarta/olimpisko distanci
●TT stūres IR ATĻAUTAS standarta/olimpiskajā distancē
● Riteņbraukšanas posmā ķivere ir obligāta visā distances posma laikā. Ķiverei ir jābūt aizsprādzētai visu sacensību laiku, kuru dalībnieks pavada kontaktā ar divriteni.

Skriešana

● Distances laikā sacensību dalībnieku nedrīkst pavadīt pavadonis (izņemot berniem, kas startē B1 un B2 vecuma grupās).
● Distances veikšana ir atļauta brīvi izvēlētā tehnikā, netraucējot pārējos distances veicējus
● Riteņbraukšanas ķivere skriešanas posmā nav atļauta
● Skriešanas apavi ir obligāti

Maiņas (tranzīta) zona

● Sacensībās ir paredzētas atsevišķas maiņas zonas:

- BĒRNIEM (5-8gadi),
- JAUNIEŠIEM (9-15 gadi),
- TAUTAS/SUPERSPRINT/STAFETES distancēm
- STANDARTA/OLIMPISKAJAI distancei

● Pirms ieiešanas maiņas zonā tiesneši veic sacensību dalībnieka starta numura, ķiveres un velosipēda aprīkojuma pārbaudi
● Maiņas zonā ir aizliegts izmantot personiskās kastes, dvieļus, paklājus. Izņēmuma gadījumiem jābūt saskaņotiem ar galveno tiesnesi
● Maiņas zona paredzēta:

- divriteņa posma ekipējuma novietošanai pirms riteņbraukšanas
- peldēšanas ekipējuma novietošanai pēc peldēšanas
- skriešanas posma ekipējuma novietošanai
- divriteņa ekipējuma novietošanai pēc riteņbraukšanas

● Pirms riteņbraukšanas posma, riteņbraukšanas ķiveri atsprādzētā veidā jānovietoto uz divriteņa
● Pēc peldēšanas posma veikšanas visu peldēšanas ekipējumu novieto kastē.Ja sacensībās tiek izmantots hidrotērps, to drīkst novietot uz kastes, tā, lai vismaz daļa tērpa atrodas kastē.

● Pēc riteņbraukšanas posma pabeigšanas ķiveri novieto kastē
● Pirms došanās skriešanas posmā visām dalībnieka mantām jābūt novietotām kastē
● Maiņas zonā drīkst atrasties tikai sacensību dalībnieki, tiesneši un personas, kas ir saņēmušas sacensību organizatoru speciālas atļaujas
● Tikai sacensību dalībnieks drīkst ieiet un iziet no maiņas zonas ar savu sacensību inventāru
● Maiņas zona tiek apsargāta un norobežota ar žogu un lentām
● Dalībniekiem jānovieto sacensību inventārs tranzīta zonā tikai tam paredzētajā laikā. Inventāru izņemt no tranzīta zonas drīkst tikai pats dalībnieks (uzrādot sacensību tiesnesim dalībnieka numuru vai marķējumu uz ķermeņa), kā arī maiņas zonas tiesnesis pēc dalībnieka lūguma.
● Inventārs, kas atstāts maiņas zonā un nav izņemts norādītajā laikā, tiks novietots marķētā teritorijā.

Finiša zona

● Finiša zona ir norobežota un ir atzīmēta ar finiša arku.
● Dalībnieks tiek uzskatīts par finišējušu brīdī, kad ir šķērsojis finiša līniju.

LAIKA ŅEMŠANA
● Sacensību laika ņemšanu ar laika kontroles čipiem nodrošina oficiālais laika ņemšanas partneris.
● Sacensību laikā paredzētas vairākas laika ņemšanas vietas: peldēšanas, riteņbraukšanas, skriešanas posmiem un maiņas zonām atsevišķi.

MEDICĪNISKĀ PALĪDZĪBA Sacensību laikā tiek nodrošināta neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta klātbūtne

PAZUDUŠĀS UN ATRASTĀS MANTAS Sacensību laikā atrastās mantas tiks nogādātas sacensību centrā. Pazudušo mantu pieprasījumu lūdzam sūtīt uz e-pasta adresi limbazutriatlons@gmail.com.

INFORMĀCIJA SKATĪTĀJIEM Sacensību apmeklētājiem iesakām sacensības vērot sacensību centrā. Peldēšanas, riteņbraukšanas un skriešanas trases būs iespējams vērot, atrodoties gan sacensību centrā, gan pārvietojoties gar sacensību trasi. Sacensību vietā un sacensību norises laikā pārvietošanās ar velosipēdu ir atļauta tikai ārpus trases ar galvā uzvilktu un aizsprādzētu riteņbraukšanas ķiveri. Skatītājiem jāievēro tiesnešu un policijas darbinieku norādījumi, kā arī jāseko norādījuma zīmēm. Satiksme un automašīnu novietošana sacensību laikā Satiksmes dalībniekiem jāievēro organizatoru, tiesnešu un policijas darbinieku norādījumi, kā arī norādījuma zīmes, kas attiecas uz automašīnu novietošanu.

IZMAIŅAS SACENSĪBU NOLIKUMĀ Organizatoriem ir tiesības veikt izmaiņas un papildinājumus nolikumā. Lūdzam sekot paziņojumiem limbazutriatlons.lv vai limbazutriatlona facebook lapā.

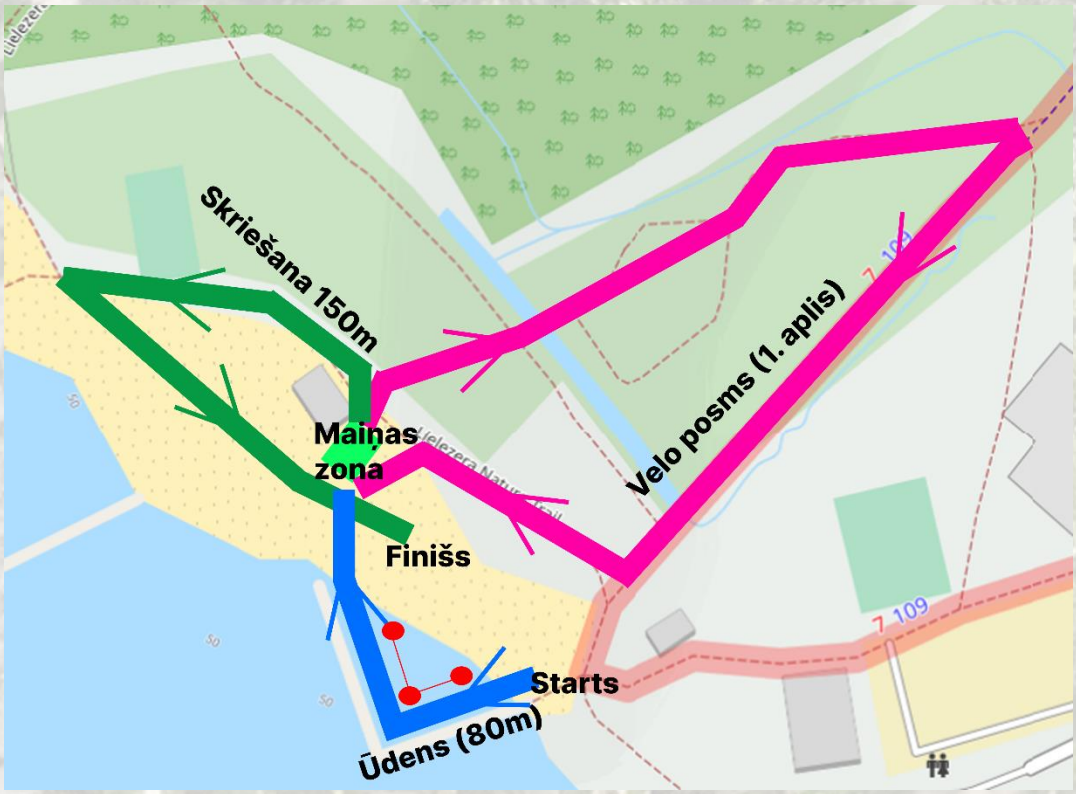
PROTESTI Pretenzijas tiek pieņemtas rakstiskā veidā 30 minūšu laikā pēc rezultātu publicēšanas, iemaksājot EUR 50. Pamatotas pretenzijas gadījumā nauda tiek atgriezta.

DATU APSTRĀDE Gan sacensību organizētājam, gan sacensību dalībniekam - sportistam ("Sportists - fiziskā persona, kas nodarbojas ar sportu un piedalās sporta sacensībās") ir saistošs Sporta likums. Tā 18. panta 2. punktā ir noteikti sportista pienākumi: "Sportista pienākums, piedaloties sporta sacensībās, ir ievērot starptautisko un Latvijā atzīto sporta federāciju noteikumus, sporta ētikas un godīgas spēles principus, antidopinga konvenciju noteikumus, kā arī normatīvos aktus". Savukārt, gan sporta ētikas un godīgas spēles principi, gan Sporta likuma 15.1. pants nosaka, ka jebkādas manipulācijas ar rezultātu ir aizliegtas un sporta rezultāti jāpublicē nesagrozīti, kas ir arī sabiedrības interesēs. Piesakoties sacensībām, katrs dalībnieks piekrīt savu personas datu apstrādei, balstoties uz Fizisko personu datu aizsardzības likuma 7.1.pantu. Personas datu apstrāde tiek veikta, lai korekti attēlotu sportista sasniegto rezultātu, attiecībā pret citu dalībnieku rezultātiem. Lai noteiktu sportista piederību distancei un grupai, atbilstoši sacensību nolikumam, bez Datu subjekta vārda un uzvārda ir nepieciešams arī dzimums un dzimšanas datums. Lai aizsargātu Datu subjekta personas datus, dati iespēju robežās pēc pieprasījuma tiek minimizēti, rakstot uz e-pastu: limbazutriatlons@gmail.com Sacensībās tiks veikta fotografēšana un filmēšana mārketinga un reklāmas nolūkos. Organizatoriem ir tiesības izmantot sacensību laikā uzņemtās fotogrāfijas un video materiālus bez saskaņošanas ar tajās

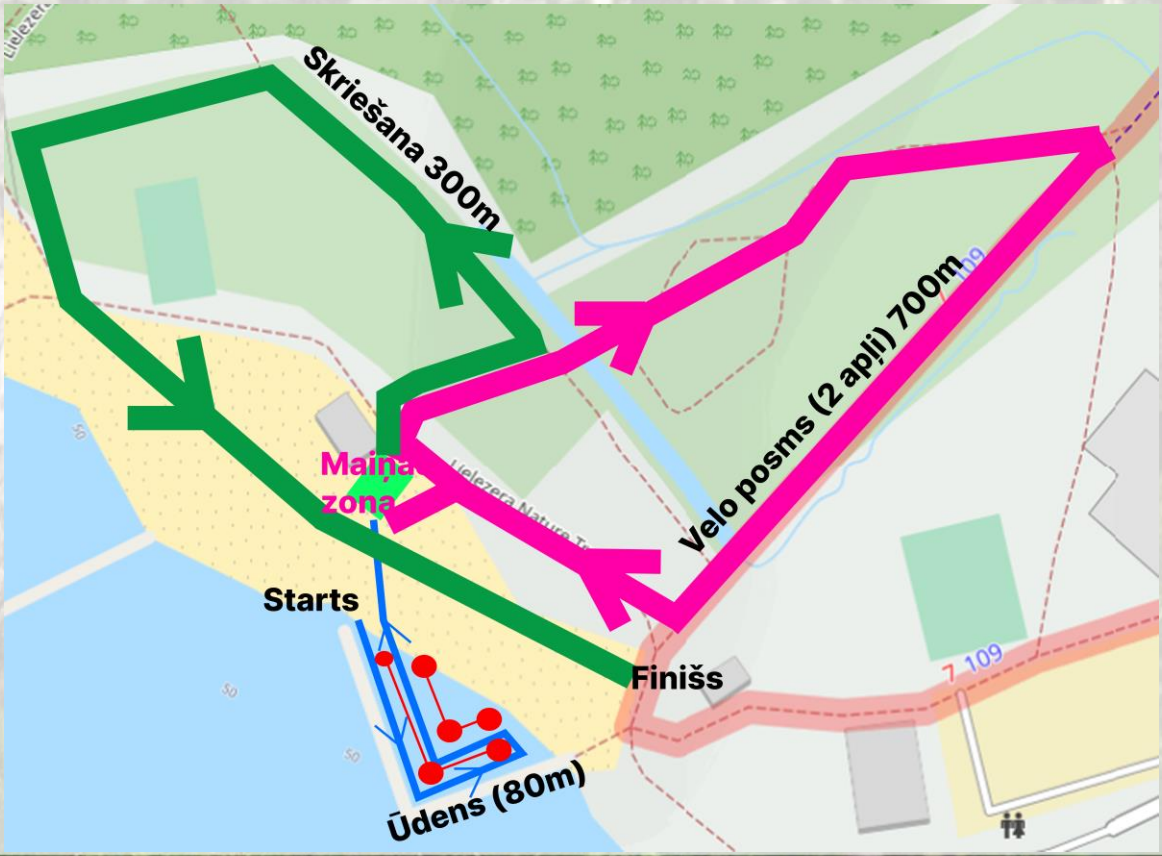
redzamajiem cilvēkiem. Tāpat organizatoriem ir tiesības piedāvāt dalībniekiem iespēju lejuplādēt foto un video.

Sacensību kartes

- **Bērnu distance B1**



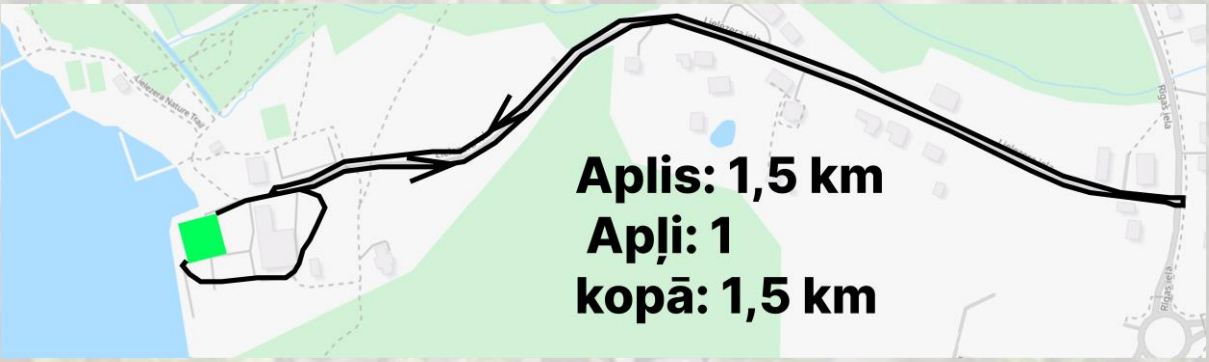
- **Bērnu distance B2**



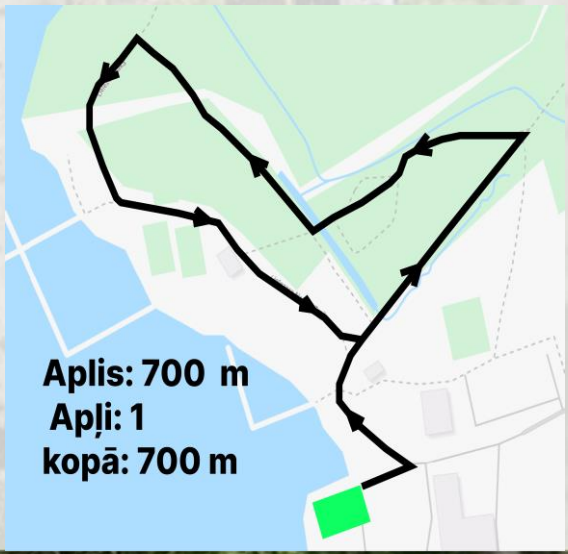
- **Jauniešu DISTANCE F9/ F11**

Peldēšana (aptuveni 60% no trases ir iespējams sasniegt ar kājām)

Riteņbraukšana

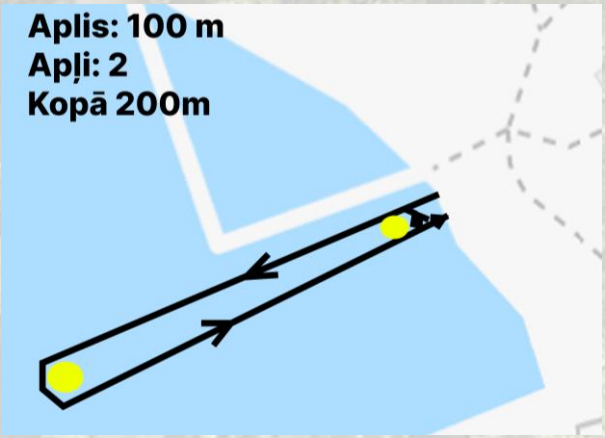


Skriešana

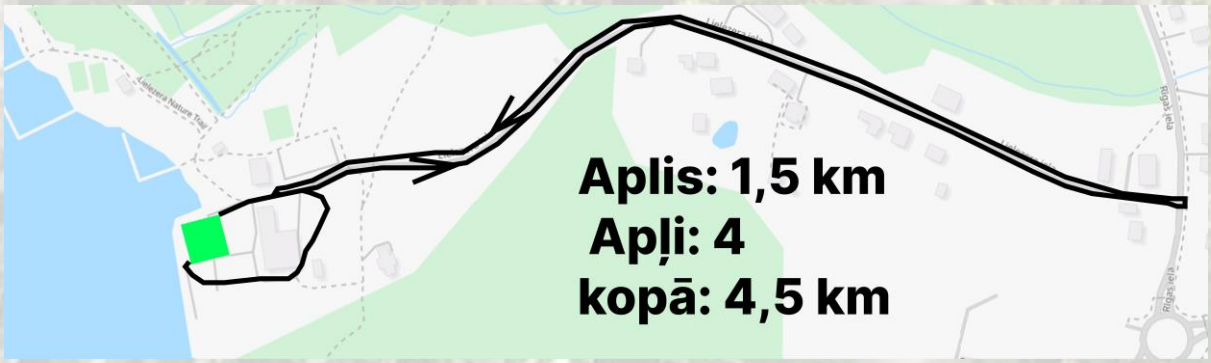


Jaunieši F13

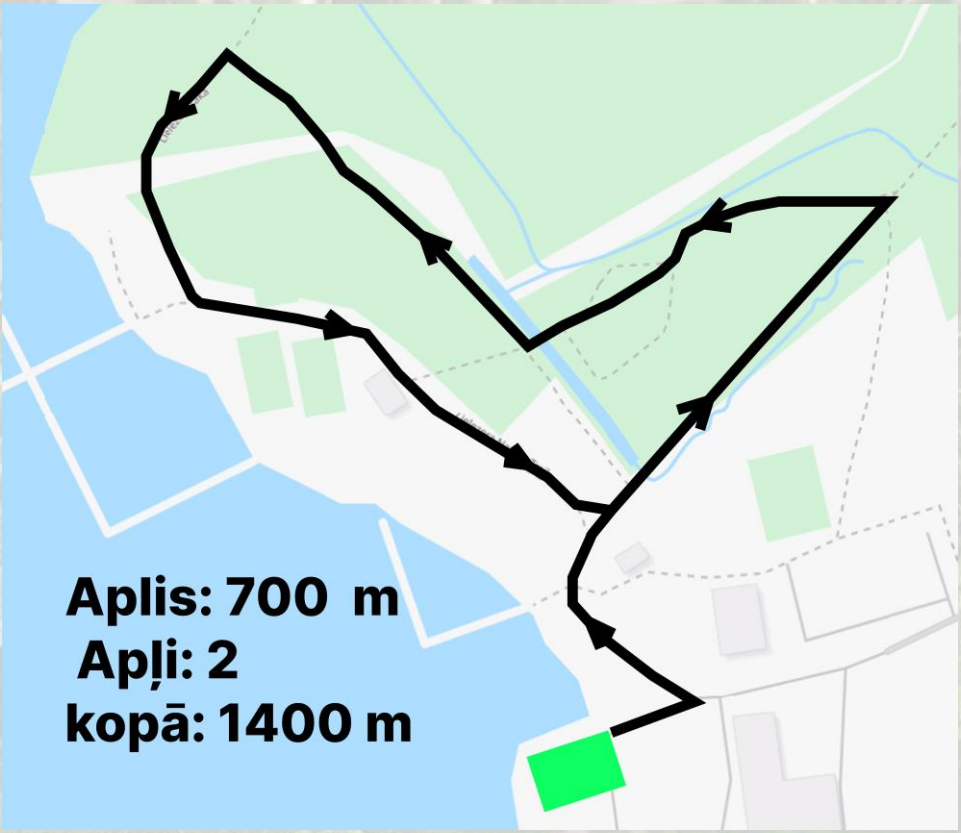
Peldēšana (aptuveni 60% no trases ir iespējams sasniegt ar kājām)



Riteņbraukšana

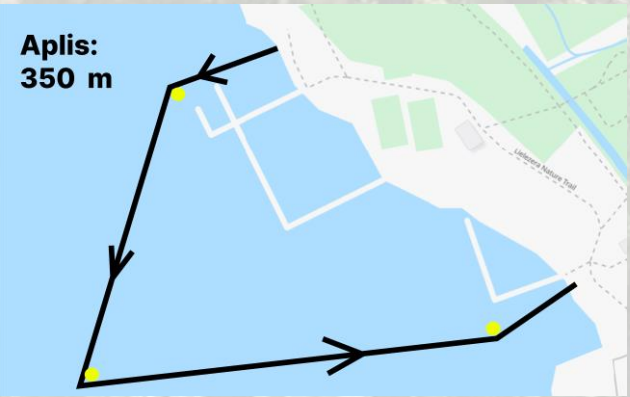


Skriešana

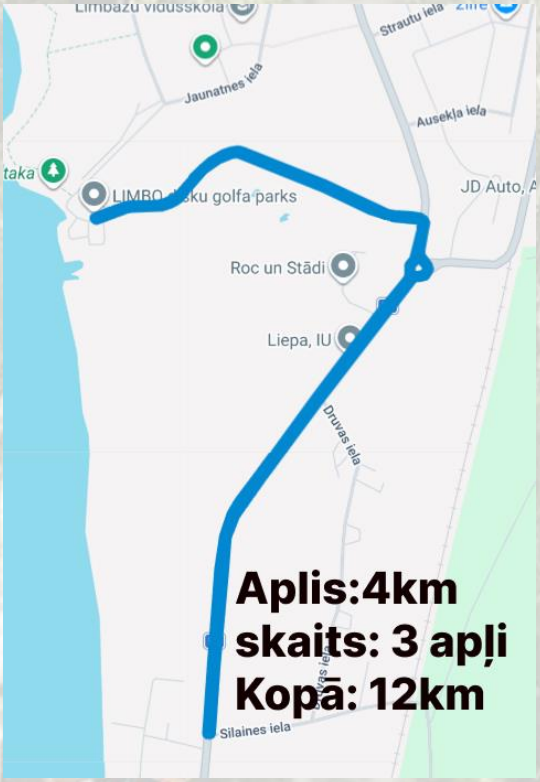


Supersprint

Peldēšana



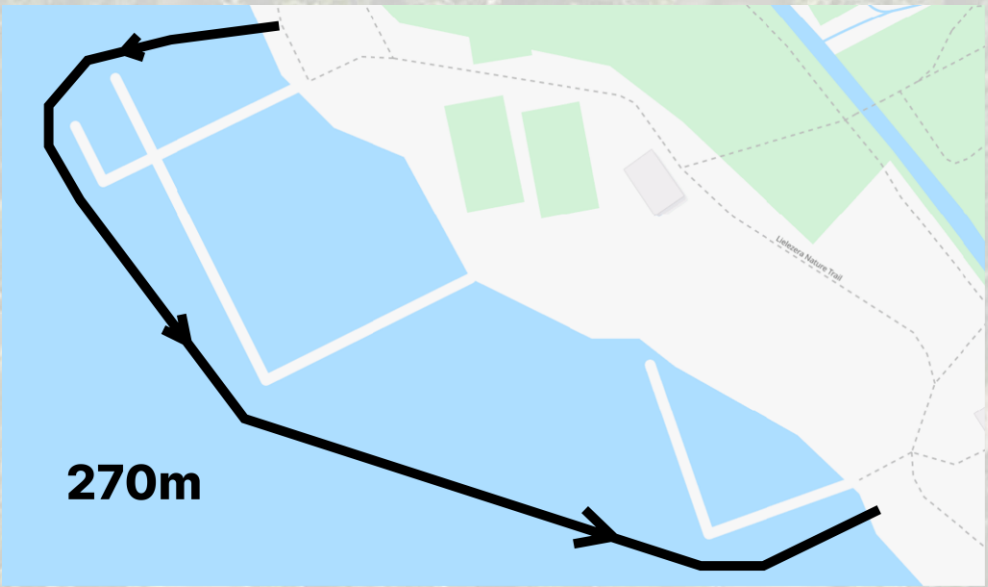
Riteņbraukšana (braukšana notiek pa ceļa labo pusi)



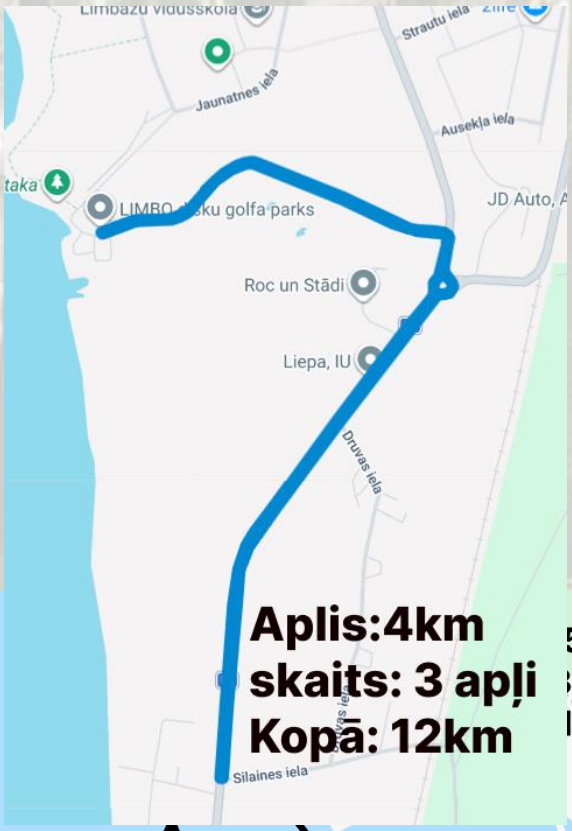
Skriešana

Limbažu open / F/M15 , F/M17

Paldēšana ("drošā" peldēšanas distance. Distance iet garām laipām un vietu kur tuvumā ir dziļumus kur iespējams nostāvēt kājās).



Riteņbraukšana



Skriešana

Riteņbraukšana

Skriešana