

APSTIPRINU:  
Mārupes Sporta centra  
vadītāja S.Bartuševiča

2023.gada \_\_\_\_.

# Mārupes “AEROBIKAS DIENA”

## NOLIKUMS

### 1. Mērķis.

- Veicināt Mārupes novada iedzīvotāju iesaistīšanos aktīvās sporta nodarbībās;
- Sekmēt Mārupes novada bērnu un jauniešu kvalitatīvu brīvā laika pavadīšanu;
- Veicināt Mārupes novada jauniešu un iedzīvotāju nodarbinātību brīvajā laikā;
- Popularizēt Mārupes jauniešu un iedzīvotāju pozitīvu attieksmi sportiskam, aktīvam un veselīgam dzīves veidam.

### 2. Laiks un vieta.

*Laiks:* 2023.gada 3.jūnijs

*Vieta:* Mārupes psk. stadions, Tīraines SK, Viskalnu iela 7, Tīraine

*Sākums:* plkst. 11:00.

*Ierašanās:* no plkst. 10:30

### 3. Sacensību vadība.

Mārupes “AEROBIKAS DIENU” organizē Mārupes sporta centrs, sadarbībā ar piesaistītajiem treneriem.

Atbildīgā persona Kaspars Šķepasts, 29177023,kaspars.skepasts@inbox.lv

### 4. Dalībnieki.

Mārupes “AEROBIKAS DIENĀ” piedalās Mārupes novada iedzīvotāji, kā arī ikviens sportot gribētājs no visas Latvijas. Dalība pasākumā ir bez maksas.

### 5. Pasniedzēji.

11.00-11.50	<b>TABATA</b>	<i>Baiba Verle</i>
12.00-12.50	<b>APĻA TRENINŠ</b>	<i>Līga Pastore-Kviese</i>
13.00-13.50	<b>ZUMBA</b>	<i>Kristīna Novika</i>

## 6. Dažādi

- ‘AEROBOKAS DIENĀ’ var piedalīties jebkurš interesents tai skaitā bērni.
- Katrs izvēlas sev atbilstošo no trīs aktivitātēm.
- Varat piedalīties visās aktivitātēs.
- Aktivitātēs var iesaistīties no ierašanās brīža.
- Līdzī ņemam maiņas apavus, ja gadījumā līst lietus, tad pārceļamies uz iekštelpām.
- Ņemam līdz savas ūdens pudeles.
- Ar ūdeni dalībnieki tiks nodrošināti.

**Apstiprinot savu dalību nodarbībās, dalībnieki ļauj izmantot foto un video materiālus organizatoru vajadzībām, atbilstoši Latvijas republikas likumdošanai.**

Pasākuma “AEROBIKAS DIENA”  
Galvenais organizators Mārupes sporta centrs

