

**JUNIORU IZLASES NOTEIKŠANA IZLASES SACENSĪBĀM 2016. gadā**

<b>Nr.</b>	<b>Sacensības</b>	<b>Datums, vieta</b>	<b>Skaitliskais sastāvs</b>
1.	Baltijas čempionāts	11.06.-12.06. Igaunija, Veskimõisa	D20 - 4 H20 - 4
2.	JWOC	09.07.-15.07. Šveice, Scuol	D20 – 3 H20 – 3
3.	Eiropas Junioru kauss	30.09.-02.10, Skotija, Aberfoyle	DH20–3 + 3
4.	Baltijas Junioru kauss	?10.-?10., Igaunija	DH20 – 5 + 5

Plānotās treniņnometnes:

- 1) 18.-20.03. pavasara treniņnometne ???.
- 2) treniņnometne Jūnijs Latvija ??
- 3) Sezonas noslēgums – treniņnometne novembrī.

***Izlases veidošanas kārtība***

**BALTIJAS ČEMPIONĀTS**

Sastāvs tiek nosaukts pēc atlasu sacensību rezultātiem. Izlases vadītājam, saskaņojot to ar izlašu komisiju, ir tiesības vienu sportistu no D-20 un H-20 grupas nosaukt pēc lēmuma.

Atlases sacensības:

<b>Nr.</b>	<b>Sacensības</b>	<b>Datums, vieta</b>	<b>Distance</b>
1.	Kurzemes Pavasaris	10.04. Naudīte, Auces nov.	garā
2.	Rīgas Kausi	23.04. Baldone, Riekstu kalns	vidējā
3.	Aronas kauss	30.04. Madonas novads, Jāņukalns	vidējā

4.	Latvijas čempionāts	07.05. Daugavpils cietoksnis	sprints
5.	Latvijas čempionāts	08.05. Svente, Eglukalns	garā

Ieskaita 3 labākos koeficientus no 5 atlases sacensībām – 100 x uzvarētāja laiks / dalībnieka laiku.

### **JWOC**

LOF budžeta līdzekļi dalībai JWOC plānoti- 3gb.D20 + 3gb.H20 junioru daļējai apmaksai.

*Mērķi: noteikt spēcīgāko sastāvu startam JWOC,*

*Plānotais rezultāts: 1. – 35.vieta individuālajās distancēs un 1.-10.vieta stafetē.*

Sastāvs: D 20 – 3 sportistes

H-20 – 3 sportisti

2 sportistes no D20 grupas un 2 sportisti no H20 grupas tiek nosaukti pēc atlasu sacensību rezultātiem. Izlases vadītājs, saskaņojot to ar izlašu komisiju, var nosaukt vienu sportistu no D20 un H20 grupas pēc lēmuma.

Atlases sacensības JWOC izlases kandidātiem:

<b>Nr.</b>	<b>Sacensības</b>	<b>Datums, vieta</b>	<b>Distance</b>
1.	Kurzemes Pavasaris	10.04. Naudīte, Auces nov.	garā
2.	Rīgas Kausi	23.04. Baldone, Riekstu kalns	vidējā
3.	Aronas kauss	30.04. Madonas novads, Jāņukalns	vidējā
4.	Latvijas čempionāts	07.05. Daugavpils cietoksnis	sprints
5.	Latvijas čempionāts	08.05. Svente, Eglukalns	garā

Ieskaita 3 labākos koeficientus no 5 atlases sacensībām – 100 x uzvarētāja laiks/dalībnieka laiku.

### **Fiziskie testi**

Junioru izlases kandidātiem nepieciešams piedalīties oficiālajā orientieristu krosā (Junioras – 4,4 km, juniori – 8,8 km) Šmerļa mežā, vai arī kādās no oficiālām novada, reģiona vai Latvijas sacensībās v/a(2000m, 3000m vai 5000m) vai krosā. Par dalību šādās sacensībās un savu veikto rezultātu ir jāinformē izlases vadītājs.

Ja sportistam objektīvu pamatotu iemeslu dēļ nav bijusi iespēja savākt nepieciešamo atlasu skaitu vai piedalīties krosa testa sacensībās, izlases vadītājam ir tiesības nosaukt sportistu izlases sastāvā, pamatojot savu lēmumu, kā arī - tiesības palielināt dalībnieku skaitlisko sastāvu.

Ja kāds no nosauktajiem sportistiem nevar startēt JWOC, viņa vietā var tikt nosaukts cits sportists, ja ir izpildījis atlases kritērijus.

Sportista uzrādītais rezultāts Baltijas čempionātā, ir noteicošais lēmuma pieņemšanā, sastādot izlases sastāvu JWOC.

### **EJC**

Izlases sastāvu apstiprina Izlašu komisija, ņemot vērā sportista uzrādītos rezultātus sezonā.

### **BJC**

Izlases sastāvu nosauc:

- pēc atlasu sacensību rezultātiem (D-20 3 sportistes, H-20 3 sportisti)
- pa diviem sportistiem D-20 un H-20 pēc LOF izlašu komisijas lēmuma

Ja kāds no nosauktajiem sportistiem nevar startēt BJC, viņa vietā var tikt nosaukts cits sportists, ja ir izpildījis atlases kritērijus.

Atlases sacensības:

<b>Nr.</b>	<b>Sacensības</b>	<b>Datums, vieta</b>	<b>Distance</b>
1.	Malienas kauss	20.08., Alūksnes nov. Kornešu apk.	Vidējā
2.	Latvijas čempionāts	3.09., Jaunupe, Ventspils novads	Vidējā
3.	Cēsu rudens	24.09., Krustakalni - Zvārtas iezis	Garā

Ieskaita 2 labākos koeficientus no 3 atlases sacensībām – 100 x uzvarētāja laiks / dalībnieka laiku.

### ***Prasības izlases kandidātiem uz JWOC***

1. Sagatavot kopējo individuālo sagatavošanās plānu uz JWOC līdz 20.03.2016.
2. Informēt par plāna realizāciju un atskaitīties par kopējo treniņa darba apjomu.(katru mēnesi).
3. Izlases sportistiem (kandidātiem) līdz 1.05. Izlases vadītājam jāiesniedz sporta ārsta slēdziens par veselības stāvokli - analīžu un kompleksā slodzes testa rezultātus.

4. Izlases sportista (kandidāta) pienākums ir savlaicīgi informēt izlases vadītāju par jebkurām veselības problēmām vai lēmumu nepiedalīties kādās no sacensībām, kurās viņš ir apstiprināts komandas sastāvā.

5. Par izlases sportistu (kandidātu) lietoto medikamentu, uztura bagātinātāju atbilstību WADA noteiktajām prasībām, atbild paši izlases kandidāti un viņu personīgie treneri.

6. Izlases sportistam (kandidātam), jāpiedalās atlases sacensībās un kopējos organizētajos izlases pasākumos.

7. Izlases sportistiem (kandidātiem) ikdienā jāievēro sportiskie principi, prasības, ētika, ar savu uzvedību jāattaisno sava atbilstība valsts izlasei.

Lēmumus par izlases sastāvu pieņem izlases vadītājs, saskaņojot tos ar LOF izlašu komisiju. Izlases vadītājs, saskaņojot to ar LOF izlašu komisiju, var pēc lēmuma nosaukt papildus sportistus dalībai JWOC, kas pārsniedz atlases kritērijos minēto dalībnieku skaitu. Izlases sastāvu apstiprina LOF valde.

Junioru izlases vadītājs Valters Āboliņš

e-pasts: [valters.abolins@gmail.com](mailto:valters.abolins@gmail.com)

Tel.nr. 26423478