**PROGRAMMA:**

**2023. gada 29. jūlijs,**[**Madonas pilsētas sporta centrs**](https://tinyurl.com/y9mfnujm)

Līdz 11:30 ierašanās sacensību centrā;

Līdz 11:45 visiem sprinta dalībniekiem jāierodas karantīnā, Madonas vidusskolas stadionā;

12:00 starts izlozes secībā sprinta distancē;

14:30 ierašanās Smeceres silā uz LOF festivālu;

15:00 sarunu festivāls jeb sarunas par un ap orientēšanos;

17:30 LOF festivāla sprinta apbalvošana;

* + Latvijas sprinta kausa kopvērtējuma apbalvošana
	+ LOF 60 apbalvojumi un pateicības

19:00 Klubu kulinārā parāde;

* + Ugunskura sarunas
	+ Filmu karuselis
	+ Brīvais mikrofons

20:00 Balle

* + Karaoke
	+ Klubu priekšnesumi

Visu vakaru paralēli oficiālajām aktivitātēm - bērnu izklaides un spēles.

Savukārt nākamajā dienā pēc Festivāla, turpat, Smeceres silā, sāksies jauniešu Vasaras akadēmija. Akadēmija ir ideja, ko esam noskatījuši Skandināvijā un ceram arī pie mums iedzīvināt kā ikvasaras pasākumu. Vasaras akadēmijas mērķis ir ļaut ikvienam jaunietim, kurš vēlas apgūt vai pilnveidot orientēšanās prasmes, iesaistīties un četru dienu garumā uzlabot savu orientēšanās tehniku un fizisko formu.

Tik nedomā, ka konkurence sprintā būs maza - LOF jubilejas sprintā piedalīsies arī Ukrainas orientieristu nometnes dalībnieki, kuri varēs pārbaudīt savas nometnē iegūtās prasmes.

**Distanču plānotāja - Ilgvara Caunes - komentārs:**
"*Sprints Madonā piedāvās ne pārāk tehniski sarežģītas distances, kas nozīmē, ka fiziski nedrīkstēs pārāk atslābt un atlaist kāju no gāzes pedāļa. Tajā pašā laikā būs daudz "pa labi vai kreisi" ceļa variantu etapi, kur daži no tiem var būt izšķiroši un izvēlēties labākos lielā ātrumā nebūs viegls uzdevums. Distances galvenokārt ies pa dzīvojamo/sabiedrisko ēku iekšpagalmiem, bet distances dinamikai būs lēnākas un detalizētākas daļas bērnu dārzu pagalmos, kā arī, lai atņemtu pēdējos spēkus - Madonas reljefiņš. Lai uzvar labākais!*"

Pēc sprinta varēs doties uz Smeceres silu, lai piepildītu savus izsalkušos vēderus ar gardām pusdienām. Un nedaudz vēlāk jau dalībnieki varēs sākt gatavoties LOF60 jubilejas pasākumam!

Apbalvošanā labākajiem tiks dāvātas skaistas LOF60 jubilejas medaļas - cīnies līdz pat finiša taisnei un izcīni to! Pēc sprinta apbalvošanas notiks arī Latvijas sprinta kausa kopvērtējuma apbalvošana.

Ja vēl neesi pieteicies, nesatraucies - pieteikšanās sprintam ir atvērta līdz pat 25.07 pusnaktij!

Spied [šeit](https://lof.lv/pieteikumi/?act=mans&id=2023072925) un piesakies!

**Uz tikšanos!**

