

Sports **RTK pilna laika 1. kursa studentiem**

Sporta nodarbības notiek reizi divās nedēļās izvēlētajā sporta veidā. Minimālais apmeklējumu skaits semestrī, lai kārtotu ieskaiti, ir 8 reizes
Sporta veidi::

1. **Galda spēles** (galda teniss, šautriņas, dambrete, šahs, novuss).
Nodarbības notiek pirmdienās no plkst 13.40- 15.00
Braslas ielā-16 tenisa zālē.
Pirmā nodarbība 12. septembrī; pulcēšanās pie sporta kabineta.
Nodarbības vada pasniedzējs Gunārs Ruža.
2. **Atlētiskā vingrošana** (trenažieri)
Nodarbības notiek piektdienās plkst 15.30- 16.50
Pieteikšanās trenažieru zālē (**Braslas-16**) piektdien, 16. septembrī
no plkst 15.20. Nodarbības vada pasniedzējs Gunārs Ruža
3. **Sporta spēles** (volejbols, basketbols) **Lēdmanes ielā- 3.**
Nodarbības notiek ceturtdienās no plkst 12.10- 13.30
Pirmā nodarbība ceturtdien, 15. septembrī
Nodarbības vada pasniedzējs Jānis Kalniņš.
4. **Sporta spēles** (volejbols, basketbols) **Braslas ielā- 16.**
Nodarbības notiek pirmdienās no 13.40- 15.00.
Pieteikšanās pirmdien, 12. septembrī no plkst 13.30
Nodarbības vada pasniedzējs Gunārs Ruža.

Ieskaiti sporta priekšmetā var iegūt neapmeklējot augstāk minētās nodarbības, ja studenti, kuri regulāri trenējas un **piedalās** sacensībās **RTK izlases komandas sastāvā** kādā no sporta veidiem- **vieglatlētikā, krosā (3000m), šautriņu mešanā mērķī, galda tenisā, basketbolā, svaru stieņa spiešanā, florbolā, dambretē, roku cīņā, volejbolā, badmintonā, futbolā.** Ja domājat, ka varat pārstāvēt RTK komandu kādā no šiem sporta veidiem- jums jāpiesakās sporta kabinetā pie:

- Gunāra Ružas- Braslas ielā- 16, vai
- Jāņa Kalniņa- Lēdmanes ielā-3 **līdz 16. septembrim.**

Studentiem ir tiesības piedalīties RTK spartakiādes sacensībās - gan komandu sporta veidos- basketbolā, volejbolā, futbolā, gan individuālajos- šautriņās, galda tenisā, svarbumbu celšanā, roku cīņā, dambretē, badmintonā (sacensību afišas tiek izliktas pie sporta zāles un sporta stendā pie galvenās ieejas).

Ārsta izziņas jāuzrāda sporta pasniedzējam savlaicīgi. Pastāvīgi atbrīvotiem studentiem jānodod ārsta izziņas līdz 28. septembrim Braslas ielā- G. Ružam, Lēdmanes ielā- J. Kalniņam sporta kabinetā.

Lai sportisks un veselīgs studiju gads!

Sporta organizators G. Ruža