Usmas pludmalē pulcēsies Ventspils novada aktīvākie seniori



Foto autors Ventspils novada foto arhīvs

28. jūnijā plkst. 13.00 Usmas pagasta pludmalē notiks trīspadsmitās Ventspils novada senioru sporta spēles "Neķer zušus, ķer mani!".

Pasākumā aicināti piedalīties visi interesenti, kuri sasnieguši 50 gadu vecumu un joprojām jūtas jauni sirdī. Senioru sporta spēļu galvenais mērķis ir veicināt aktīvu dzīvesveidu, savstarpēju satikšanos un pozitīvu kopā būšanu, piedāvājot vieglas un aizraujošas sportiskas aktivitātes, kas piemērotas dažāda vecuma un fiziskās sagatavotības dalībniekiem.

Senioriem nav jāuztraucas par sarežģītiem uzdevumiem vai lielu fizisku slodzi – aktivitātes būs vienkāršas, ikvienam pa spēkam un galvenokārt vērstas uz labu noskaņojumu un jautri pavadītu laiku. Tāpat nav nepieciešams īpašs sporta ekipējums – pārbaudījumos būs iespējams piedalīties arī ikdienas apģērbā.

Sacensību dalībnieki startēs četrās vecuma grupās – no 50 gadu vecuma līdz 75 gadiem un vecāki. Dienas pirmajā daļā notiks individuālās sacensības desmit disciplīnās. Lai pretendētu uz kopvērtējumu, būs jāpiedalās vismaz sešās aktivitātēs, un galarezultātu noteiks sešu labāko disciplīnu sniegums.

Pēc pusdienu pārtraukuma dalībnieki apvienosies četru cilvēku komandās un piedalīsies atraktīvajā stafetē "Goda mielasts".

Savukārt plkst. 17 sāksies dejas Andra Daņiļenko un Valda Zilvera muzikālajā pavadījumā. Pēc apbalvošanas dejas, sadziedāšanās un kopā būšanas prieks turpināsies līdz pat vakaram.

Sun, 28.06.2026

13:00-23:00

Usmas pludmale

Usmas muiža, Usma, Usmas pagasts, Ventspils novads, Latvija