

KAPA 2026



XXXIX trīsdienas • 03.07.-05.07. • Latvija
Tartaks • Krāslava



Izglītības un zinātnes
ministrija

ittu tuvu -
tepat
starp
savējiem
Maintenance, management
& construction

Impro
CEĻOJUMI

BROOKS

LATVIJAS VALSTS MEŽI
KOKSNE • STĀDI • ATPŪTA

AutoPlus

KOMANDA

"Kāpa 2026" direktors

Galvenā sekretāre

Tiesnešu komandas vadītāja

Distanču plānojums

IOF kontrolieris / LOF kontrolieris

Apbalvošana

IT serviss

Finances, pieteikumi

Vecākie starta tiesneši

Taku-O galvenais tiesnesis

Velo-O galvenais tiesnesis

Rogaininga galvenais tiesnesis

Sacensību serviss

Sporta karšu sagatavošana

Distanču dienests

Komentētājs

Nometnes vadītājs

Mārketingu un mediji

Asistenti un ļoti svarīgie palīgi

Indulis Peilāns

Inta Tabaka

Līga Blanka

Aigars Leiboms, Indulis Peilāns, Kaspars Čerjaks, Zita Rukšāne, Edgars Bričonoks

Jurģis Krastiņš / Jānis Gaidelis

Taiga Lazdāne, Edgars Peilāns

Mārcis Lukševičs, Egīls Puriņš, Ieva Rukšāne, Toms Baltacis, Edgars Indrāns, Artis Puķīte

Laura Leiboma, Irita Puķīte

Matīss Arnicāns, Tamāra Kosmačeva, Līga Zariņa

Zita Rukšāne

Paulis Bričonoks

Kārlis Osis

Jānis Incenbergs, Guntars Lupiķis, Gatis Puķīte, Uģis Kūliņš

Leonīds Malankovs, Indulis Peilāns, Edmunds Zvaigzne, Paulis Bričonoks, Zita Rukšāne

Aigars Leiboms, Kaspars Čerjaks, Edgars Bričonoks

Andris Rupais

Guntis Māliņš

Una Undīne Dzērve, Roberts Arnicāns, Taiga Lazdāne

OK Kāpa kluba biedri un daudzi labi draugi



TEAM

"Kāpa 2026" Director

Chief Secretary

Head of Referee Team

Course Planners

IOF controller / LOF controller

Awards

IT support

Finance Officers

Senior Start Referees

Chief Referee Trail-O

Chief Referee MTB-O

Chief Referee ROG

Event Services

Map Preparation

Course Setting

Commentator

Campsite manager

Marketing and media

Very important assistants

Indulis Peilāns

Inta Tabaka

Līga Blanka

Aigars Leiboms, Indulis Peilāns, Kaspars Čerjaks, Zita Rukšāne, Edgars Bričonoks

Jurģis Krastiņš / Jānis Gaidelis

Taiga Lazdāne, Edgars Peilāns

Mārcis Lukševičs, Egīls Puriņš, Ieva Rukšāne, Toms Baltacis, Edgars Indrāns, Artis Puķīte

Laura Leiboma, Irita Puķīte

Matīss Arnicāns, Tamāra Kosmačeva, Līga Zariņa

Zita Rukšāne

Paulis Bričonoks

Kārlis Osis

Jānis Incenbergs, Guntars Lupiķis, Gatis Puķīte, Uģis Kūliņš

Leonīds Malankovs, Indulis Peilāns, Edmunds Zvaigzne, Paulis Bričonoks, Zita Rukšāne

Aigars Leiboms, Kaspars Čerjaks, Edgars Bričonoks

Andris Rupais

Guntis Māliņš

Una Undīne Dzērve, Roberts Arnicāns, Taiga Lazdāne

OK Kāpa club members and many good friends

Sacensību centrā un sacensību dienu centros dežūrēs mediķis

(atzīmēts ar sarkanu krustiņu + sacensību centra shēmā)

First aid will be available at Event (only during the competitions)(marked with + in the scheme)

Ārkārtas situācijās zvanīt 112. In emergency situation call 112.

Sacensību centra GPS koordinātes, GPS coordinates of Competition center: 55.8932, 26.9837

Dalībnieki paši atbild par savu veselību!

Competitors are responsible for their own health!

MINTPRINT
Custom Teamwear

IGLU

Ceturtdiena, 2. jūlijs

16.00-22.00 Dalībnieku ierašanās un reģistrēšanās sacensību centrā, Tartakā (55.8932, 26.9837)

1. DIENA - Piektdiena, 3. jūlijs

- No 10.00 O-skrējiena, Taku-O dalībnieku reģistrācija sacensību centrā, Tartakā (55.8932, 26.9837)
- No 10.00 Velo-O dalībnieku reģistrācija TIKAI Velo-O 1. dienas sacensību centrā Daugavpilī, Stropu aktivās atpūtas un sporta trases galvenajā stāvlaukumā (55.9047, 26.5632)
- 12.00 Velo-O vidējā distance Daugavpilī, Stropus
- 14.00 O-skrējiena saīsinātā garā distance Tartakā (W21E, M21E - WRE vidējā distance)
- 16.00-18.30 Taku-O, PreO sprints Tartaka apkārtnē (55.8806, 26.9830)
- 19.30 Sacensību atklāšana, 1. dienas uzvarētāju un WRE apbalvošana, karaoke sacensību centrā, Tartakā
- 23.30 Naktsmiers nometnē, Tartakā



2. DIENA - Sestdiena, 4. jūlijs

- 11.00 O-skrējiena vidējā distance Tartakā (W21E, M21E - WRE vidējā distance)
- 11.00 Kāpas rogainings (2h un 3h) Tartakā (55.8932, 26.9837)
- 15.00-17.30 Taku-O PreO distance Tartaka apkārtnē (55.8845, 26.9802)
- 15.00 Velo-O pagarinātā vidējā distance (masu starts) Tartakā (55.8932, 26.9837)
- 17.30 **Ittu** Sprinta stafete 2026 sacensību centrā, Tartakā
- 19.30 2. dienas, WRE un sprinta stafetes sacensību uzvarētāju apbalvošana, koncerts un zaļumballīte
- 23.30 Naktsmiers nometnē, Tartakā



3. DIENA - Svētdiena, 5. jūlijs

- 8.30-12.00 Taku-O TempO distance Tartaka apkārtnē (55.8950, 26.9842)
- 9.00 Velo-O sprinta distance Krāslavā (55.8860, 27.1705)
- 10.00 O-skrējiena vidējā distance Tartakā (W21E 10.15 un M21E 11.30 - iedzīšana saīsinātā garajā distancē)
- 10.00 Kāpas rogainings (2h un 3h) Tartakā (55.8932, 26.9837)
- 14.00 Velo-O, Taku-O un Rogaininga apbalvošana sacensību centrā, Tartakā
- 15.00 O-Skrējiena apbalvošana, loterija, noslēgums sacensību centrā, Tartakā

Uzmanību! OPEN100 grupas dalībnieku svēšanās reģistrācijas laikā!

STARTA KĀRTĪBA, REZULTĀTU NOTEIKŠANA

1. Individuālais starts pēc izlozes visās trijās sacensību dienās (izņemot M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12*, DIR grupas un M21E, W21E 3.dienā). Grupām M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12* brīvais starts 3 stundu laikā no starta sākuma. DIR grupām brīvais starts 2,5 stundu laikā no starta sākuma. Rezultātu nosaka pēc trijās dienās uzrādīto laiku summas.

2. dienā M21E un W21E grupām iedzīšanas starts, balstoties uz divu dienu kopvērtējumu. Dalībnieki, kas divu dienu summā zaudē vairāk nekā 60 minūtes, startē 60 minūtes pēc uzvarētāja ar 30 sekunžu intervālu. Dalībnieki, kam nav ieskaitīts rezultāts vai nepiedalījās pirmajās divās dienās, startē beigās izlozes secībā ar 30 sekunžu intervālu.

2. Ja kādā dienā dalībnieks distanci neveic (diskvalificēts, nepiedalās utt.), kopvērtējumā viņš ieņem vietu aiz visās dienās distanci veikušajiem. Atklātajās (DIR) grupās ar tiešo startu kopvērtējums netiek noteikts.

3. Grupām W8* un M8* par galveno balvu cīnās tie dalībnieki, kuri skrien bez vecāku pavadības. Dalībnieki, kuri vismaz vienu no dienām ir skrējusi vecāku pavadībā tiek iekļauti atsevišķās grupās M8*AV un W8*AV (AV - ar vecākiem). Grupās M8*, W8*, M10*, W10* skrējējiem netiek piešķirta diskvalifikācija - par nepareizu/trūkstošu atzīmi dalībnieku laikam tiek pieskaitītas 60 minūtes. Tas rezultātos šos dalībniekus ierindo aiz tiem, kuri atzīmējušies pareizi.

4. Kolektīvās balvas. Balvu mērķis ir noteikt spēcīgāko orientēšanās klubu un ģimeni. Šajos vērtējumos katra dalībnieka vērtējums tiek mērīts pēc punktu sistēmas. Punkti katram kolektīva dalībniekam tiek aprēķināti dalot 1. vietas uzvarētāja laiku ar attiecīgā dalībnieka laiku x 1000. 1. vietas ieguvējs saņem 1000 punktus. Piemēram, ja dalībnieks veicis distanci divreiz lēnāk kā grupas uzvarētājs, viņš saņem 500 punktus. Rezultāti no grupām M8*AV, W8*AV, kā arī MW210** tiek reizināti ar koeficientu 0.5. Rezultāti no DIR grupām netiek iekļauti šajos vērtējumos.

Pateicamies par atbalstu

**Emīlam Liekniņam, Jānim Peilānam, Kasparam Čerjakam,
Tomasam Kotovičam, Vitālijam Sokirkam un Česlavai Moisejevai**

5. Ģimeņu vērtējumā tiek apbalvotas 3 labākās ģimenes. Par ģimeni tiek uzskatīti vecāki (tēvs, māte) un nepilngadīgie bērni (netiek skaitīti vecvecāki). Pilngadīgs bērns var aizstāt kādu no vecākiem. Ģimenē var startēt neierobežots skaits nepilngadīgo bērnu, vecāki var būt ne vairāk par 2. Ģimenes sastāvā var būt tikai bērni no vienas ģimenes. Ieskaitē rezultāts tiek vērtēts arī tad, ja "bērns" veic pieaugušo distanci (piemēram M18 grupas pārstāvis sacensības M21S grupā). Sacensību dienas rezultātu veido summa no 4 labākajiem ģimenes locekļu rezultātiem punktu sistēmā. Kopvērtējumā tiek saskaitītas sacensību dienu summas. Uzvar ģimene ar lielāko punktu skaitu. Maksimālais punktu skaits, ko ģimene var iegūt vienā dienā ir 4000, respektīvi 12 000 trijās dienās.

6. Klubu balva - šajā vērtējumā tiek vērtēti katras dienas 10 labākie rezultāti punktu sistēmā. Kopvērtējumā tiek saskaitītas sacensību dienu summas. Uzvar klubs ar lielāko punktu skaitu. Maksimālais punktu skaits, ko klubs var iegūt vienā dienā ir 10 000, respektīvi 30 000 trijās dienās.

7. Balva par ātrāko finišu sprintu O-skrējiena grupās. Katrā sacensību dienā tiek noteikts dalībnieks un dalībiece, kuri visātrāk veikusi posmu no pēdējā kontrolpunkta līdz finiša atzīmei. Laiks tiek aprēķināts no SportIdent atzīmēšanas sistēmas datiem. Gadījumā, ja divi/vairāk dalībnieki ir uzrādījuši vienādu laiku, apbalvošanas laikā tiek veikta izloze.

8. Katras dienas DIR grupu distances dalībnieki piedalās loterijā, katrai DIR distancei apbalvošanā tiek izlozēts viens laimīgais, kas var saņemt savu balvu uz vietas vai pēc tam reģistratūrā.

9. O-skrējiena kopvērtējumā visās grupās apbalvo pirmās 3 vietas, izņemot grupas M21E, W21E, kur apbalvo pirmās 6 vietas, un M8*, W8*, M10*, W10*, M12, W12, M14L, W14L, M16L, W16L, kur pirmās 6 vietas saņems medaļas.

10. Numuru loterija pēdējās dienas apbalvošanas ceremonijā. Lai piedalītos numuru loterijā, savs dalībnieka numurs pirms apbalvošanas un apbalvošanas laikā ir jāiemet numuru loterijas kastē pie skatuves. Loterijā piedalās tikai tie dalībnieku numuri, kas ir iemesti kastē.

11. Atbilstoši IOF un LOF noteikumu 21.4. punktam distancē atļauts lietot tikai tādas sakaru ierīces, kuras netiek izmantotas navigācijas nolūkiem.

PAPILDU INFORMĀCIJA

1. Visa jaunākā informācija vienmēr mūsu mājas lapā <https://2026.kapa.lv> un Facebook lapā <https://www.facebook.com/Kapa3days>

2. Sacensību laikā sacensību finiša rajonā bērnodārzā mazuļus (no 2 gadu vecuma) pieskatīs audzinātāja.

3. Sacensību centrā darbosies piepūšamās atrakcijas 1. sacensību dienā 18.00-21.00, 2. dienā 16.00-20.30, 3. dienā 12.00-15.00.

4. Sacensību centrā darbosies kafējnīcas.

5. Dalībnieku apģērbs, kas būs atstāts startā, tiks nogādāts finiša rajonā pie reģistrācijas telts.

6. Elektrība sacensību centrā ir paredzēta tikai mobilo ierīču lādēšanai, lūdzu neizmantojot elektrību ēdiena gatavošanai un ūdens vārīšanai. Telsu pilsētiņā un tās tuvumā lūdzu nedarbināt elektroģeneratorus.

TEHNISKĀ INFORMĀCIJA

1. Sacensību apvidus

Pārsvārā skuju koku mežs, daudzviet ar lapu koku pamežu. Apvidus ar ļoti daudzveidīgu reljefu - lielās reljefa formas (daudz dziļu iepaklu un augstu kalnu) mijas ar nelielu reljefu, kurā daudz dažādu reljefa formu. Maksimālā augstumu starpība 55 m. Apvidus caurejamība no labas līdz ļoti sliktai. Pašlaik, kad zāle un papardes sasniegušas veģetācijas kulmināciju, vietām pārvietošanās ir vairāk apgrūtināta, kā attēlots kartē. Vietām purvi mitrāki kā normāli. 1. un 3. sacensību dienās vietām sastopamas arī nātres. 3. sacensību dienā apvidū vairāk izcirtumu ar ļoti dažādu caurejamību, apvidus ir zaļāks un grūtāk skrienams nekā 1. un 2. dienā.

Papildus informācija par embargo, klimatu un vecajām kartēm ir pieejama mājaslapā: <https://2026.kapa.lv>

2. Kartes

Sagatavota 2026. gada pavasarī un vasarā. Karšu mērogs MW8* MW10* - 1:5000; MW12*, MW12, W14** OPEN-100,



DIR, MW50 un vecākiem - 1:7500; pārējām grupām - 1:10000. Augstumlīknes ik pēc 2.5 m. Visām grupām kartes drukātas ar digitālo printeri. Kartes drukātas uz mitrumneizturīga karšu papīra un ievietotas plastplēves maisiņos. KP leģendas uzdrukātas uz kartes un izpildītas grafisku piktogrammu veidā pēc IOF standartiem. Leģendu 2. eksemplāru varēs saņemt priekšstarta laikā. Grupām MW8*, MW10* arī vārdiskie paskaidrojumi. 1. dienā WRE grupām leģendu izmēri: M21E 53X145 mm, W21E 53X125mm, 2. dienā WRE grupām leģendu izmēri: M21E 53X155 mm, W21E 53X135mm

Lokālās zīmes: ▲ - skudru pūznis; ✕ - izgāzta koka sakne ✕ - koka konstrukcijas, ○ - reklāmas karogs (tikš izmantots pēdējā KP).

3. Distances

Katras grupas distance iedrukāta kartē, KP savienoti ar līnijām izešanas secībā. 1. sacensību dienā dzirdināšanas punkts ir visās distancēs izņemot MW8*, MW10*, MW12*. 2. sacensību dienā dzirdināšanas punkts ir lielākajai daļai distancē. WRE distancēs plānotais uzvarētāju laiks ir 35 min, un distancēs ir viens dzirdināšanas punkts. 3. sacensību dienā dzirdināšanas punkts tikai M21E un W21E grupās. Distanču autori: 1. dienā Aigars Leiboms, 2. dienā Indulis Peļāns un 3. dienā Kaspars Čerjaks.

4. Starta kārtība

Katrā sacensību dienā ir trīs starti.

- Starts Nr. 3 grupām MW8*, MW10*, MW12*
- Starts Nr. 2 grupām MW12, MW14**, MW14L, MW16**, W16L, MW210**, MW60, MW65, MW70, MW75, MW80, MW85, OPEN100, DIR1, DIR2, DIR3, DIR4
- Starts Nr.1 visām pārējām vecuma grupām.

Starta intervāls 1–6 min. Kontrola laiks 120 min. Priekšstarts 3 min, priekšstarta zonā ir obligāti jāveic SPORTident kartes atmiņas dzēšana stacijā CLEAR. **Dalībnieks ir pats atbildīgs par savas SPORTident kartes atmiņas dzēšanu.** Dalībnieki kartes drīkst paņemt starta brīdī (izņemot MW8*, MW10* grupas, kuras var karti paņemt pirms starta, izpētīt distanci, izrunāt ar treneriem vai vecākiem, un tad startēt atzīmējoties starta stacijā).

5. Finiša kārtība

Dalībnieka laiku fiksē ar atzīmēšanos SPORTident finiša stacijā uz finiša līnijas. Pēc tam dalībniekam jānodod uz SPORTident karšu nolasīšanu finiša teltī. 3.dienā MW21E iedzīšanas distancēs uzvar tas, kurš pirmais šķērso finiša līniju, finišā jāatzīmējas finiša stacijā.

2. sacensību dienā finišs atrodas ārpus sacensību arēnas, pēc finiša atzīmes dalībniekiem pa marķējumu jānodod uz arēnu rezultātu nolasīšanai.

Pēc finiša sacensību karte paliek pie dalībnieka. **Lūdzam dalībniekus ievērot godīgas spēles (fair play) principus, t.i., finišējušie dalībnieki nedrīkst sniegt informāciju un rādīt savas kartes dalībniekiem, kuri nav startējuši, citādi pēc LOF sacensību noteikumiem dalībnieku var diskvalificēt.**

Sacensību žūrija: Jānis Lazdāns (LAT), Juris Kokins (LAT), Oskars Zērnis (LAT)

Sūdzības var tikt iesniegtas 15 min laikā pēc pēdējā grupas dalībnieka finiša. Sūdzības jāiesniedz sekretariātā.

6. SPORTident

- Visām grupām atzīmēšanās ar SPORTident. Atzīmēšanās gan AIR+ bezkontakta, gan parastajā režīmā.
- Dalībniekam jāveic distance ar tādu SPORTident karti, ar kādu numuru tā reģistrēta starta protokolā. Lūdzam nesajaukt SPORTident kartes, pretējā gadījumā jūs var diskvalificēt. Problēmu gadījumā nekavējoties griezies sacensību sekretariātā.
- Atzīmējoties kontrolpunktā, ir jāsaņem skaņas un gaismas signāls, kas apstiprina atzīmes ierakstīšanu SPORTident kartē, izmantojot SIAC bezkontakta čipu skaņas un gaismas signāls būs no čipa, izmantojot parasto SI čipu, signāls būs no stacijas. Ja, izmantojot SIAC bezkontakta čipu, neatskan signāls no čipa, tad jāveic atzīme, ievietojot čipu stacijā. Ja, ievietojot čipu stacijā, skaņas un gaismas signāls nestrādā, tad dalībniekam ir jāveic atzīme ar mehānisko kompostieri uz sacensību kartes speciāli apzīmētos lauciņos. Kontrolpunktos, kur ir novietota



varīrāk kā viena SPORTident stacija, ja nestrādā viena stacija, tad vispirms jāveic atzīme blakus esošajā stacijā.

- Ja dalībnieks atzīmējas, ievietojot SPORTident karti kontrolpunktā, un izņem to pārāk ātri, nesagaidot apstiprinājuma signālu, tad viņa SPORTident kartē nebūs attiecīgās atzīmes, un dalībnieks tiks diskvalificēts (arī tādā gadījumā, ja kontrolpunkta stacijas atmiņā ir ticis reģistrēts SI kartes numurs). Dalībnieks var pieprasīt nolasīt konkrētā kontrolpunkta ierīcē ierakstīto informāciju, par to samaksājot 20 EUR, ja ierīcē atrodama dalībnieka atzīme, kas nav kļūdaina, dalībniekam tiek ieskaitīts attiecīgais KP un atgriezta samaksa. Citos gadījumos samaksa netiek atgriezta (atzīmējoties bezkontakta režīmā ar SIAC, kontrolpunkta ierīcē informācija netiek ierakstīta).
- Lūgums dalībniekiem neaizmirst SPORTident kartes, dodoties uz startu, kā arī neaizbraukt no sacensībām ar īrētajām SPORTident kartēm, bērnu vecākiem parūpēties, lai jaunāko grupu dalībnieki tās nepazaudē.
- Par pazaudētu vai sabojātu īrēto SPORTident karti dalībniekiem jākompensē organizatoriem kartes vērtība (SI9 – 45 EUR; SI10 – 50 EUR, SIAC – 75 EUR).
- Tiešsaistes rezultātiem varēs sekot <http://live.kapa.lv/>

7. Attālumi

	Sacensību centrs – Dienas centrs	P – finišs	Finišs – starts	Finišs – starts	Finišs – starts
1. diena	0 km	Max 300 m	Starts 1 – 1300 m	Starts 2 – 1400 m	Starts 3 – 150 m
2. diena	0 km	300 m	Starts 1 – 1600 m	Starts 2 – 1600 m	Starts 3 – 300 m
3. diena	0 km	300 m	Starts 1 – 550 m	Starts 2 – 200 m	Starts 3 – 400 m

8. Marķētās distancēs

Grupām M8*, W8*, tāpat kā grupām M10*, W10* KP atrodas uz marķējuma. Uz marķējuma var atrasties arī citi KP, kuros nav jāatzīmējas. Grupām M12*, W12* KP atrodas tuvumā marķējumam (līdz 150 m). Dalībnieki var skriet pa marķējumu vai izvēlēties citu ceļu – bez marķējuma. Marķējums ir balti-sarkans.

9. Atklātās grupas (DIR)

DIR1**, DIR2, DIR3** un DIR4 grupu dalībniekiem pieteikšanās sekretariātā, sacensību centrā.

Starta maksa: DIR1 – 5,00 EUR par dienu. DIR2, DIR3, DIR4: jauniešiem līdz MW20 – 10,00 EUR par dienu; MW60 un vecākiem – 11,00 EUR par dienu; pārējiem 16,00 EUR par dienu.

SPORTident kartes īres maksa 2,00 EUR par dienu. DIR dalībniekiem īrētās SPORTident kartes jāatstāj finišā, ja nestartē nākamajās dienās. DIR distancēs karšu skaits ir ar rezervi, tomēr ierobežots. Ja vēlaties nomainīt izvēlēto DIR distanci, pārreģistrācija no vienas DIR distances uz citu ir jāveic reģistratūrā, sacensību centrā.

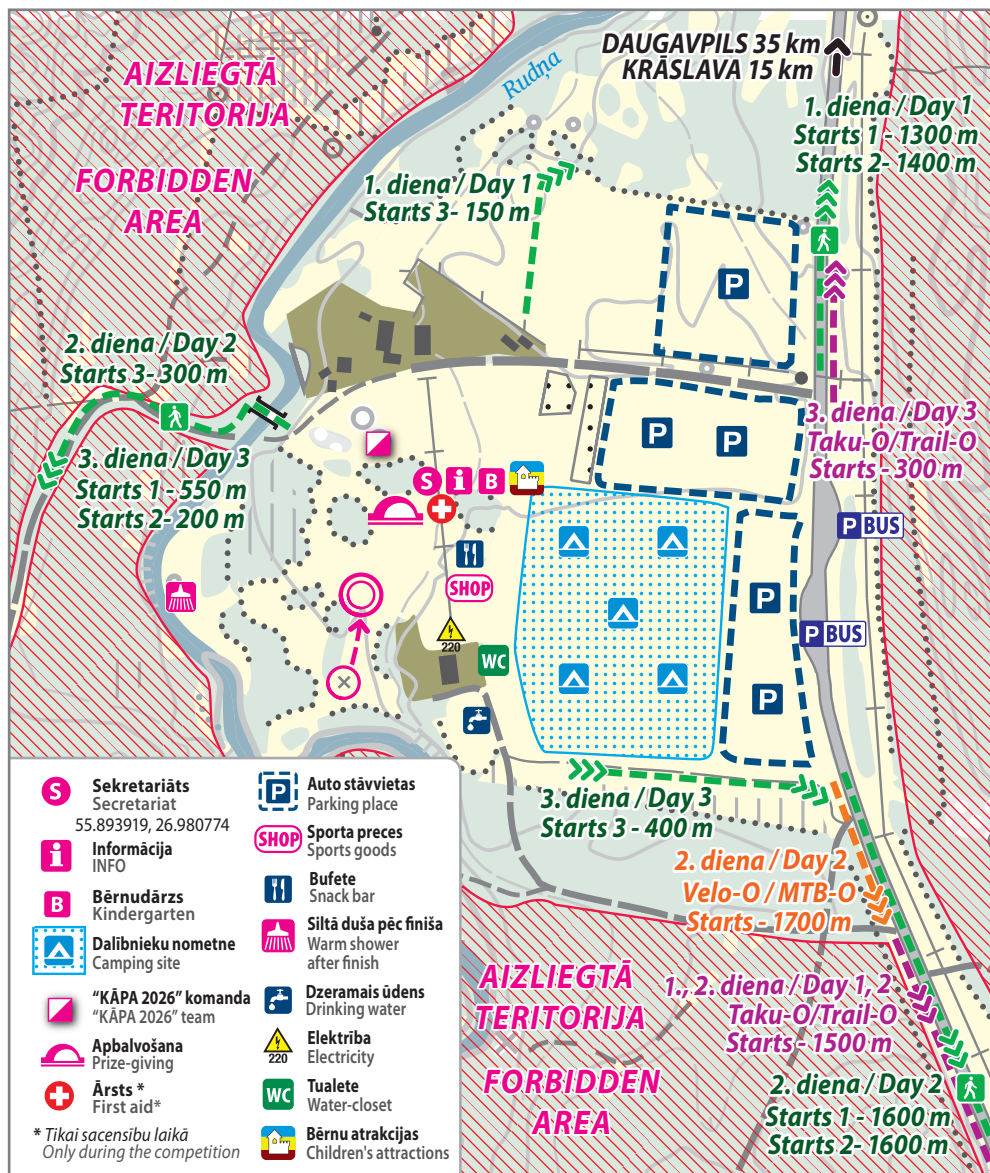
SVARĪGA DROŠĪBAS INFORMĀCIJA

- Informējam, ka sacensību organizatori neuzņemas atbildību par drošību, negadījumiem vai traumām, kas var rasties sacensību dalībniekiem atrodoties pie ūdenstilpnēm, peldoties vai nodarbojoties ar citām aktivitātēm ūdenstilpnēs. Dalībnieki tiek aicināti veikt visus nepieciešamos piesardzības pasākumus un nodrošināt savu un citu drošību. Atrodoties ūdenstilpnēs sacensību dalībnieki apzinās visus iespējamus riskus un uzņemas pilnu atbildību par savu rīcību. Pieaugušie paši atbild par sevi un savu drošību. **BĒRNIEM UN JAUNIEŠIEM LĪDZ 18. G. VECUMAM PAR DROŠĪBU ŪDENĒ ATBILD VECĀKI, TRENERI VAI ATBILDĪGIE KLUBU PĀRSTĀVJI.**

- Rīcības plāns mazticamajai gaisa telpas apdraudējuma situācijai būs pieejams sacensību centrā uz info dēļiem un saņemams reģistratūrā.



SACENSĪBU CENTRS/EVENT CENTRE • TARTAKS



AutoPlus

LATVIJAS VALSTS MEŽI
KOKSNE • STĀDI • ATPŪTA

COMPETITION PROGRAMME

Thursday, July 2

16.00–22.00 Arrival and registration at the event center Tartaks (55.8932, 26.9837)

DAY 1 - Friday, July 3

- From 10.00 Foot-O and Trail-O registration at the event center Tartaks (55.8932, 26.9837)
- From 10.00 MTB-O registration ONLY at the Day 1 event center in Daugavpils, Stropi (55.9047, 26.5632)
- 12.00 MTB-O middle distance race in Daugavpils, Stropi
- 14.00 Foot-O shortened long distance race in Tartaks (W21E, M21E - WRE middle distance)
- 16.00-18.30 Trail-O PreO sprint distance near Tartaks (55.8806, 26.9830)
- 19.30 Opening Ceremony, Day 1 and WRE prize-giving, followed by Karaoke at the event center Tartaks
- 23.30 Good night at the event center Tartaks



DAY 2 - Saturday, July 4

- 11.00 Foot-O middle distance race in Tartaks (W21E, M21E - WRE middle distance)
- 11.00 Kapa Rogaining (2h and 3h) near Tartaks (55.8932, 26.9837)
- 15.00-17.30 Trail-O PreO distance near Tartaks (55.8845, 26.9802)
- 15.00 MTB-O mass start in extended middle distance in Tartaks (55.8932, 26.9837)
- 17.30 **Ittu** Sprint Relay at the event center Tartaks
- 19.30 Day 2 and WRE prize-giving, followed by Open-air Party
- 23.30 Good night at the event center Tartaks



DAY 3 - Sunday, July 5

- 8.30-12.00 Trail-O TempO distance near Tartaks (55.8950, 26.9842)
- 9.00 MTB-O sprint distance race in Kraslava (55.8860, 27.1705)
- 10.00 Foot-O middle distance race in Tartaks (W21E 10:15 and M21E 11:30 - chasing start, shortened long distance)
- 10.00 Kapa Rogaining (2h and 3h) near Tartaks (55.8932, 26.9837)
- 14.00 MTB-O, Trail-O, Rogaining Prize-giving at the event center Tartaks
- 15.00 Foot-O, Prize-giving, Lottery, Closing Ceremony at the event center Tartaks

Note: Weighing of the OPEN 100 participants will be done during the registration.

START, RESULTS

1. Individual start order is set by draw on all three competition days (except for M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12*, DIR classes and M21E, W21E on Day3).

M8*, W8*, M10*, W10*, M12*, W12* classes have a free start within 3 hours from the first start.

DIR classes have a free start within 2.5 hours from the first start.

Final results are calculated as a total of three-day results.

On Day 3 for M21E and W21E is chasing start based on results of first two days. Competitors that lose more than 60 minutes in two day results will start 60 minutes behind the leader with 30 seconds interval, competitors that don't have result or did not participate the first two days will start at the end with 30 seconds interval in random order.

2. If a participant does not participate on one of the competition days (no-show, disqualified, etc.) he/she will be positioned after those who finish all three races. Totals will not be calculated for DIR class runners.

3. In classes W8* and M8* the main prize will be awarded to the competitors who have completed their course without the assistance of an adult. Separate classes W8*AV and M8*AV (AV - with parents) will be created for competitors who had been assisted by adults in at least one of the days. Competitors in classes W8*, M8*, W8*AV, M8*AV will not be disqualified for missing/wrong punch, instead 60 minutes will be added to the result. Therefore competitors with wrong/missing punch will be listed at the end of results (after all who had taken all controls correctly).



4. Collective prizes. The aim of collective prizes is to find out the strongest team(club) and family. The contribution of each member in the collective is measured by a scoring system. The score of each competitor is calculated by dividing class winners time with competitors' time. The winner of the class scores 1000 points, i.e. the competitor who has been twice slower than the winner scores 500 points. Results for M8*AV, M8*AV competitors in classes MW210** the points are multiplied by factor 0.5. Participants starting in DIR classes do not contribute to team/family scores.

5. The three best families will be awarded with a special family prize. The calculation is done on the basis of total scores (the aggregate of 4 best scores in the family, at least 2 participants under 18). For the purposes of this prize, "Family" is considered to be parents and children under age of 18. The results of grand parents are not included in the score of the family. There is no limit for the number of children that contributes to the total score of a family. However, only two "parents" are allowed within one "family". Family can consist only of children (e.g. three or four siblings). If a "child" under the age of 18 decides to start in the adult class (e.g. a 17-year old participant competes in class M21S), the result still contributes to the score of the family. The score for competition day is calculated as a sum of the 4 best results of family members. The total score of the family is calculated as a sum of scores for competition days. The family with the largest score wins. The maximum score for competition day is 4 000. Maximum total score for 3-days is 12 000.

6. The best orienteering club will also be awarded a prize. The club's score for each competition day is the sum of the 10 best individual scores achieved by its members. The club with the highest total score over all three competition days wins. The maximum score is 10,000 points per day and 30,000 points overall.

7. Best times from last control to finish in Foot-O will be calculated every day. One fastest male and one fastest female sprinter will be awarded each day. Time is calculated using SportIdent punching system data. In case of two/more equal results, a draw will be done during the awards ceremony.

8. Every day, DIR group distance participants participate in a lottery, one lucky winner is drawn each day for each DIR class, who can receive their prize on site or afterwards at the registration desk.

9. In the overall standings of Foot-O, the first 3 places in all groups will be awarded, except for classes M21E, W21E, where the first 6 places will be awarded, and M8*, W8*, M10*, W10*, M12, W12, M14L, W14L, M16L, W16L, where the first 6 places will receive medals.

10. Number bib lottery at the last day's awards ceremony - to participate in the number bib lottery, drop your number bib into the number bib lottery box near the stage before and during the awards ceremony; only those participant number bibs that have been dropped into the box will participate in the lottery.

11. According to IOF rule 21.4. only communication devices that are not used for navigation can be carried on the course.

ADDITIONAL SERVICE INFORMATION

1. The most recent competition details at our event website <https://2026.kapa.lv> and in our Facebook page <https://www.facebook.com/Kapa3days>

2. Kindergarten service is available for children (2 years and older) in the finish area.

3. Inflatable attractions for children will be available in event centre – on Day 1 18.00-21.00 and on Day 2 16.00-20.30 on Day 3 12.00-15.00.

4. Cafeterias will operate at the Event Centre.

5. Clothes left at the start area will be delivered to the finish area under the registration tent.

6. Electricity in the competition area is intended only for charging of mobile devices, please do not use it for cooking or boiling of water. Please do not use diesel or petrol powered generators at or near the campsite.



TECHNICAL INFORMATION

1. Terrain

A predominantly coniferous forest, with leaf tree undergrowth in many places. The terrain features a highly varied topography - large-scale landforms (many deep depressions and high hills) alternate with smaller-scale terrain characterized by a wide variety of landforms. The maximum elevation difference is 55 m. Runnability conditions range from good to very poor. Currently, with grass and ferns at their peak growth, in some places movement is more difficult than shown on the map. In some places, the marshes are wetter than usual. On competition days 1 and 3, stinging nettles are also found in some areas. On competition Day 3, there are more clearings in the terrain with highly variable passability, terrain is slower and harder to run compared to Day 1 and 2. Additional information about embargo, climate and old maps is available at event homepage: <https://2026.kapa.lv>

2. Maps

Prepared spring and summer of 2026. Map scale MW8*, MW10* - 1:5000; MW12*, MW12, W14**, OPEN-100, DIR, MW50, and older - 1:7500; other classes 1:10000. Contour interval 2,5 m. For all classes the maps are digitally printed. Maps printed on ordinary nonwaterproof map paper and placed in plastic bags. Control descriptions are printed directly on the map as a pictogram, according to the IOF standards. Spare control descriptions will be available at the pre-start corridor. For classes M8*, W8*, M10*, W10* there will also be verbal descriptions provided. Day1 WRE control description sizes: M21E 53X145 mm, W21E 53X125 mm. Day2 WRE control description sizes: M21E 53X155 mm, W21E 53X135 mm.

Local signs used on the map: ▲ – anthill; ✕ – stump or fallen tree; ✕ – wooden objects; ○ – advertising flag (used at the last CP).

3. Courses

Courses for each group are printed on the maps, controls are connected in the compulsory order of visiting. On Day 1 drinking points are planned for all courses except MW8*, MW10*, MW12*. On Day 2 most of the courses have drinking point planned. In WRE courses the planned winning time is 35 minutes and there is one drinking point on the course. On Day 3 only M21E and W21E have drinking point.

Course planners: Day 1 – Indulis Peilāns; Day 2 - Aigars Leiboms; Day 3 – Kaspars Čerjaks.

4. Start Order

There are three separate start areas at each day's competition:

- START No 3 for classes MW8*, MW10*, MW12*
- START No 2 for classes MW12, MW14the registration tent., MW14L, MW16**, W16L, MW210**, MW60, MW65, MW70, MW75, MW80, MW85, OPEN100, DIR1**, DIR2, DIR3**, DIR4
- START No.1 for all other classes

The start interval is 1–6 minutes. The control time limit is 120 minutes. Prestart is 3 minutes, in prestart area you need to clear the old records from SPORTident chip memory in station CLEAR. It is competitors' responsibility to ensure that he/she has CLEARED the chip. Participants may take the maps at the moment of start (except MW8*, MW10* classes that can take a map, study it individually or with a coach or parents and then when ready start by punching the start station).

5. Finish Order

Finish time is registered by punching at the finish line. After finishing competitors proceed to SPORTident chip readout in the finish tent. On Day 3 in MW21E classes chasing start course the winner is the one that crosses the finish line first, runner still needs to punch at the finish station.

On Day 2 the finish will be located outside of the competition arena, after the finish punch runners need to proceed along the marked route to the arena for result readout.

After the finish maps will remain with the participant. **Please obey fair play principles – those who have finished the course must not provide information and should not show their maps to the**



participants who have not yet started. According to LOF competition rules, violation of fair play principles may lead to disqualification of the participant.

Competition Jury: Jānis Lazdāns (LAT), Juris Kokins (LAT), Oskars Zēmnis (LAT)

Complaints may be filed until 15 min after the finish of last runner from the class. Complaints should be filed at the registration desk.

6. SPORTident

- SPORTident electronic punching will be used for all groups. Punching is possible both in AIR+ touchfree and regular punching mode.
- The participants should run the course with the SPORTident chip that is registered in the Start List. Please, do not accidentally swap SPORTident chips, or you can be disqualified. In case any problems occur, please contact the Registration desk.
- When punching at the control point you need to wait for sound and light signal that confirms that punch has been recorded in your chip, when using SIAC chip in touchfree mode the signal will be from chip, when using regular SI chips signal will be from station. If there is no signal from the SIAC chip the punch should be done by inserting the SIAC chip into the station. If sound and light signal is not given by the control station then punch should be made with the mechanical backup punch on the specially marked fields on the map. In control points where there are multiple control stations in case of failure of one station you have to make the punch in the other station.
- If the runner punches the control too fast and does not wait for a response signal from the control station unit, then there is no control recorded on the chip and runner will be disqualified (even if the chip number has been stored in the control station unit's memory). Runner can request the readout of control units backup memory by paying a 20 EUR deposit. If the control is found to contain a complete (non-error) punch, the runner will be recorded as having punched that control correctly and the fee will be returned; otherwise the fee will be retained by the organizer. When using SIAC in touch free mode, there is no information stored in control units memory.
- Please do not forget your SPORTident chips when going to start and do not leave the event for home without returning the rented chips. Parents, please take care of your kids' chips.
- The charge for lost or damaged SPORTident chip SI9 – 45 EUR, SI10 – 50 EUR, SIAC – 75 EUR.
- Live results can be followed at <http://live.kapa.lv/>

7. Location distance

	To day centre	P Finish area	Finish – Start	Finish – Start	Finish – Start
1st day	0 km	Max 300 m	Start 1 – 1300 m	Start 2 – 1400 m	Start 3 – 150 m
2nd day	0 km	300 m	Start 1 – 1600 m	Start 2 – 1600 m	Start 3 – 300 m
3rd day	0 km	300 m	Start 1 – 550 m	Start 2 – 200 m	Start 3 – 400 m

8. Marked Courses

For courses M8* and W8*, as well as M10* and W10* the controls are located directly on marking. There may be other controls on the marking that need not be punched. For courses M12* and W12* controls are located near the marking (up to 150 m). Participants are allowed to run along the marking or choose a shorter route. The marking is with a red-and-white colored band.

9. Direct Groups (DIR)

Registration for participation in DIR1, DIR2, DIR3, DIR4 courses shall be done at the Registration desk in competition center. Participation fees: DIR1 – 5,00 EUR per day; DIR2, DIR3, DIR4: for participants qualifying for MW20 and younger is 10,00 EUR per day, for MW60 and older 11,00 EUR per day, for all the rest 16,00 EUR per day. SPORTident rent is 2,00 EUR per day. DIR group runners should return rented chips at the finish, if not running next day. The number of maps for DIR courses is limited. If you wish to change your chosen DIR course, please do that in the registration desk at the competition center.





IMPORTANT SAFETY INFORMATION

- Hereby we inform competition organisers do not take any responsibility for safety, accidents and injuries, that can happen to competitors while being near or swimming or doing other activities in water bodies. Competitors are asked to take caution to ensure their own and others safety. Being near or water bodies, competitors acknowledge all potential risks and bear full responsibility for their actions. Adults are responsible for their own safety. Parents, coaches and club representatives bear responsibility for the safety of their children under the age of 18.
- Action plan for the unlikely situation of airspace threat will be available on the information boards in event center as well as at the registration

graci
FUNCTIONAL CEREALS

 **orthomol**

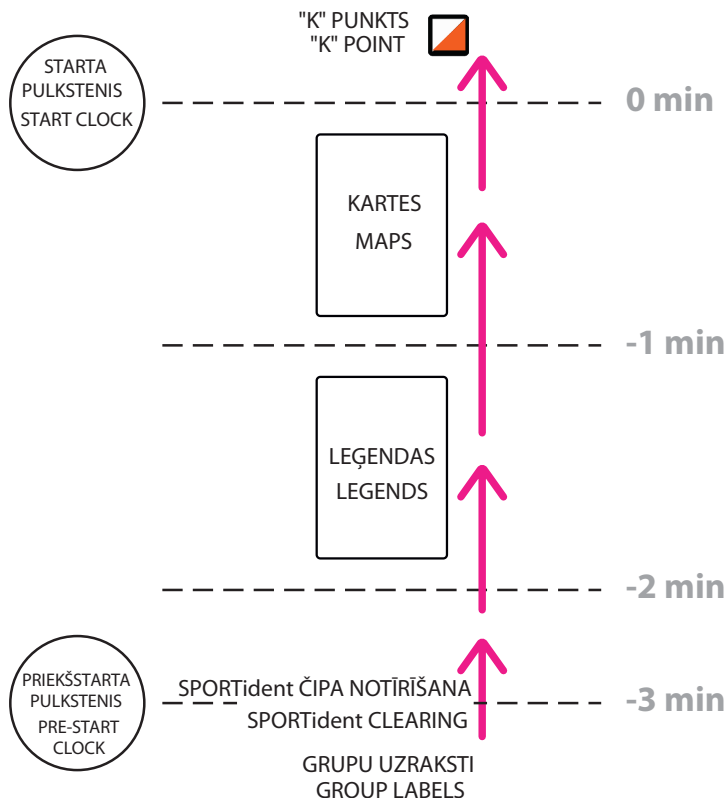
PLÜKT

DISTANČU PARAMETRI • COURSES

GRUPA	STARTA Nr	1. DIENA / DAY***			2. DIENA / DAY***			3. DIENA / DAY***		
W8*	3	0,9(1,5) km	6 KP	15 m	1.1(1,9) km	4 KP	10 m	1.5(2,3) km	7 KP	25 m
W10*	3	0,9(1,5) km	6 KP	15 m	1.1(1,9) km	4 KP	10 m	1.5(2,3) km	7 KP	25 m
W12*	3	1,3 km	6 KP	15 m	1,8 km	7 KP	15 m	1,6 km	7 KP	25 m
W12	2	2,4 km	9 KP	40 m	2,3 km	9 KP	30 m	2,0 km	7 KP	25 m
W14**	2	2,4 km	9 KP	40 m	2,6 km	11 KP	30 m	2,0 km	8 KP	25 m
W14L	2	3,7 km	11 KP	80 m	2,5 km	11 KP	75 m	2,6 km	11 KP	45 m
W16**	2	3,7 km	11 KP	80 m	2,5 km	11 KP	75 m	2,6 km	11 KP	45 m
W16L	2	4,1 km	13 KP	95 m	2,7 km	11 KP	80 m	3,2 km	11 KP	70 m
W18	1	4,6 km	16 KP	140 m	3,0 km	12 KP	90 m	3,3 km	13 KP	115 m
W20	1	5,0 km	17 KP	150 m	3,4 km	12 KP	80 m	4,0 km	14 KP	120 m
W210**	2	3,1 km	11 KP	40 m	2,7 km	12 KP	35 m	2,5 km	8 KP	40 m
W21S	1	4,4 km	15 KP	100 m	3,5 km	13 KP	100 m	3,9 km	18 KP	135 m
W21L	1	5,5 km	18 KP	175 m	4,2 km	16 KP	90 m	3,8 km	15 KP	125 m
W21E	1	4,6 km	17 KP	140 m	4,8 km	16 KP	95 m	9,4 km	30 KP	330 m
W35S	1	4,3 km	14 KP	100 m	3,3 km	13 KP	95 m	3,5 km	13 KP	120 m
W35L	1	5,5 km	18 KP	175 m	4,2 km	16 KP	95 m	3,8 km	15 KP	125 m
W40S	1	4,3 km	14 KP	100 m	3,3 km	13 KP	90 m	3,5 km	13 KP	120 m
W40L	1	4,9 km	16 KP	150 m	3,6 km	13 KP	85 m	4,0 km	17 KP	140 m
W45S	1	3,6 km	13 KP	90 m	3,3 km	14 KP	90 m	3,1 km	11 KP	100 m
W45L	1	4,5 km	15 KP	130 m	3,5 km	13 KP	90 m	3,6 km	18 KP	120 m
W50S	1	3,6 km	13 KP	90 m	3,3 km	14 KP	90 m	3,1 km	11 KP	100 m
W50L	1	4,5 km	15 KP	130 m	3,5 km	13 KP	90 m	3,6 km	18 KP	120 m
W55	1	4,2 km	14 KP	120 m	3,4 km	14 KP	85 m	3,7 km	13 KP	115 m
W60	2	3,9 km	13 KP	100 m	3,1 km	12 KP	80 m	3,1 km	14 KP	70 m
W65	2	3,4 km	12 KP	90 m	2,8 km	13 KP	50 m	3,1 km	14 KP	80 m
W70	2	3,1 km	11 KP	60 m	2,5 km	10 KP	50 m	2,8 km	13 KP	100 m
W75	2	3,1 km	11 KP	60 m	2,5 km	10 KP	50 m	2,8 km	13 KP	100 m
W80	2	2,6 km	10 KP	40 m	1,9 km	9 KP	30 m	1,8 km	8 KP	30 m
W85	2	2,6 km	10 KP	40 m	1,9 km	9 KP	30 m	1,8 km	8 KP	30 m
M8*	3	0,9(1,5) km	6 KP	15 m	1.1(1,9) km	4 KP	10 m	1.5(2,3) km	7 KP	25 m
M10*	3	0,9(1,5) km	6 KP	15 m	1.1(1,9) km	4 KP	10 m	1.5(2,3) km	7 KP	25 m
M12*	3	1,3 km	6 KP	15 m	1,8 km	7 KP	15 m	1,6 km	7 KP	25 m
M12	2	2,4 km	9 KP	40 m	2,6 km	11 KP	30 m	2,0 km	8 KP	25 m
M14**	2	3,1 km	11 KP	40 m	2,7 km	12 KP	35 m	2,5 km	8 KP	40 m
M14L	2	4,1 km	13 KP	95 m	2,7 km	11 KP	80 m	3,2 km	11 KP	70 m
M16**	2	4,2 km	13 KP	90 m	3,4 km	13 KP	60 m	2,9 km	9 KP	45 m
M16L	1	4,7 km	15 KP	140 m	3,2 km	11 KP	85 m	3,8 km	13 KP	125 m
M18	1	5,9 km	18 KP	160 m	3,9 km	14 KP	85 m	4,5 km	17 KP	135 m
M20	1	7,1 km	21 KP	190 m	4,5 km	15 KP	125 m	5,3 km	19 KP	195 m
M210**	2	4,2 km	13 KP	90 m	3,4 km	13 KP	60 m	2,9 km	9 KP	45 m
M21S	1	5,4 km	16 KP	150 m	4,2 km	17 KP	110 m	4,8 km	17 KP	180 m
M21L	1	7,3 km	20 KP	190 m	5,4 km	19 KP	125 m	5,5 km	19 KP	175 m
M21E	1	5,7 km	20 KP	160 m	5,8 km	20 KP	150 m	11,2 km	32 KP	400 m
M35S	1	5,6 km	18 KP	150 m	3,7 km	12 KP	100 m	4,6 km	16 KP	145 m
M35L	1	7,3 km	20 KP	190 m	5,4 km	19 KP	125 m	5,5 km	19 KP	175 m
M40S	1	5,6 km	18 KP	150 m	3,7 km	12 KP	100 m	4,6 km	16 KP	145 m
M40L	1	6,6 km	19 KP	180 m	5,1 km	18 KP	115 m	4,6 km	16 KP	150 m
M45S	1	4,9 km	16 KP	150 m	3,6 km	13 KP	85 m	4,0 km	17 KP	140 m
M45L	1	6,3 km	19 KP	180 m	4,9 km	16 KP	120 m	4,9 km	17 KP	215 m
M50S	1	4,5 km	15 KP	130 m	3,5 km	13 KP	90 m	3,6 km	18 KP	120 m
M50L	1	5,5 km	18 KP	160 m	4,7 km	15 KP	120 m	4,6 km	18 KP	145 m
M55	1	5,1 km	18 KP	160 m	4,5 km	17 KP	105 m	4,8 km	19 KP	145 m
M60	2	4,9 km	17 KP	150 m	3,8 km	15 KP	120 m	4,3 km	16 KP	125 m
M65	2	4,7 km	15 KP	130 m	3,6 km	13 KP	110 m	3,9 km	14 KP	135 m
M70	2	4,1 km	14 KP	95 m	2,7 km	10 KP	70 m	3,8 km	18 KP	115 m
M75	2	4,1 km	14 KP	95 m	2,7 km	10 KP	70 m	3,8 km	18 KP	115 m
M80	2	2,8 km	11 KP	40 m	2,3 km	10 KP	50 m	2,5 km	12 KP	55 m
M85	2	2,8 km	11 KP	40 m	2,3 km	10 KP	50 m	2,5 km	12 KP	55 m
DIR 1 **	2	2,5 km	10 KP	40 m	3,0 km	10 KP	50 m	2,2 km	9 KP	30 m
DIR 2	2	3,7 km	13 KP	90 m	4,2 km	15 KP	80 m	2,7 km	11 KP	50 m
DIR 3**	2	4,1 km	13 KP	70 m	4,5 km	15 KP	65 m	3,3 km	11 KP	60 m
DIR 4	2	5,8 km	17 KP	140 m	6,0 km	20 KP	130 m	5,2 km	16 KP	170 m
OPEN100	2	4,1 km	14 KP	95 m	2,7 km	10 KP	70 m	3,8 km	18 KP	115 m

Publicētie distanču garumi dažām grupām var nedaudz atšķirties no patiesās distances garuma sacensību dienā. * – marķētā distance ** – tehniski vieglas distances. Published distance lengths for some groups may vary slightly from actual distance length of the race day. * – marked course, ** – technically easy courses.

*** Distances garums (km) / KP skaits / Kāpumu summa (m) • Course length / Number of controls / Total ascent (m)



KĀRTĪBA STARTĀ

Sākumā dalībniekam obligāti jāievieto sava Sportident karte stacijā CLEAR un tad CHECK!

3 minūtes pirms starta dalībnieks dodas starta zonā, 2 minūtes pirms starta paņem papildu leģendu un 1 minūti pirms starta nostājas uz starta līnijas, kur gaida starta pulksteņa pēdējo (garo) signālu, kas vēsta, ka dalībnieks var doties distancē, paņemot savu karti, un pa marķējumu **skrien līdz «K» punktam**.

ORDER AT THE START

First of all clear your SPORTident card in station CLEAR and then CHECK

3 minutes before start the participant enters the start zone and 2 minutes before start takes additional legend.

1 minute before start, the participant stops at the start line and waits for the last (long) signal, which allows the participant to start the race. Participant takes his/her map and **runs along marking till «K» point**.



Distanču legendas • Control descriptions

M8* • W8* • M10* • W10*

1. diena • 1st Day

Kāpa 2026 1.diena				
M8* W8* M10* W10*				
Course 1		0.9 km		15 m
▷		Atklātas vietas R malā		
1	126	Atklātas vietas A malā		
2	127	Ieloks		
3	128	Meža ZR malā		
4	129	Žoga Z ārēja stūrī		
5	130	Taciņas līkumā		
6	100	Reklāmas karogs		
○ --- 70 m --- ➤ ⊙				

▷		◇		⊙	
1	126	◇		⊙	
2	127	∩			
3	128	↙		⊙	
4	129	↗		∧	
5	130	↘	<		
6	100	○			
○ --- 70 m --- ➤ ⊙					

2. diena • 2nd Day

Kāpa 2026 2. diena				
W8* W10* M8* M10*				
Course 1		1.1 km		
▷		Uz ceļa		
1	138	Atklātas vietas R malā		
2	139	Ieloks		
3	144	Atklāta vieta		
4	143	Paugura DR daļā		
○ ——— 80 m ——— ➔ ⊙				

▷		↗			
1	138	◇			◀
2	139	∩			
3	144	◇			
4	143	○			⊙
○ ——— 80 m ——— ➔ ⊙					

3. diena • 3rd Day

KĀPA 2026 3. diena				
M8* W8* M10* W10*				
Course 1		1.5 km		
▷		Taku krustojumā		
1	136	Atklātas vietas A		
2	138	Taku sazarojumā		
3	140	Paugurā		
4	142	Paugura Z daļā		
5	144	Bedres ZA malā		
6	146	Taku sazarojumā		
7	100	Reklāmas karogs		
○ — — — 70 m — — — ➔ ⊙				

▷			↗	×	
1	136		⊙		⊙
2	138		↗ ↘	↘	
3	140		○		
4	142		○		⊙
5	144		∨	3x3	⊙
6	146		↗ ↘	↘	
7	100		○		
○ — — — 70 m — — — ➔ ⊙					



Izglītības un zinātnes
ministrija

Mežazvērs
Piedzīvojumu Sacensības



EKOTEH
B Ū V E

Uz saredzēšanos nākamgad !



**LATVIJAS KAUSA
SADARBĪBAS PARTNERI**

MAXIMA



LATVIJAS VALSTS MEŽI
KOKSNE • STĀDI • ATPŪTA

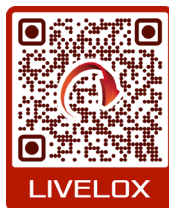


Izglītības un zinātnes
ministrija

LSFP
LATVIJAS SPORTA FEDERĀCIJU PADOME

Šeit vari augšupielādēt savu GPS ceļu!
Here you can upload your GPS route!

O-skrējiens
KĀPA 2026



Sprinta stafete
KĀPA 2026



MTB-O
KĀPA 2026

