**OS bėgte suaugusiųjų rinktinės pasirengimo ir atrankos planas 2015 metų svarbiausioms sezono varžyboms**

**Pasaulio čempionatas**

Pasaulio čempionatas antrus metus vyks pagal naująją programą, praktiškai susidės iš dviejų dalių: sprinto varžybų (sprintas ir mišrios sprinto estafetės) bei klasikinio (tradicinio) orientavimosi varžybų (ilga, vidutinė ir estafetės).

Konkurencija svarbiausiose varžybose kasmet auga, stipriausi pasaulio sportininkai vis labiau specializuojasi atskirose rungtyse. Norėdami sėkmingai konkuruoti, mūsų sportininkai turi žymiai kryptingiau rengtis svarbiausioms metų varžyboms.

Lietuvą individualiose rungtyse galės atstovauti tik du vyrai ir dvi moterys (išskyrus sprintą, kuriame vyks kvalifikacinės varžybos ir šalį atstovaus 3+3.

Komanda bus formuojama atrenkant sportininkus į kiekvieną rungtį. Kadangi pastaruoju metu didėja specializacija į sprinto bei klasikinio orientavimosi trasas, todėl ir atranka į šias varžybas bus atskira.

*Sprinto kontrolinės varžybos:*

*1. Latvijos čempionatas sprintas , Latvija, gegužės 16 d. (sprintas)*

*2. Kontrolinis startas Lietuvoje arba Tako daugiadienių sprintas (birželio pabaigoje – liepos pradžioje)*

*3. Kontrolinis bėgimas vyrai 5 km, moterys 3 km. Detalesnė informacija bus paskelbta iki balandžio 1 d.*

Komandos sudėtis 3 vyrai + 3 moterys. Skaičiuojami 2 startai iš 2. Kontrolinis bėgimas neskaičiuojamas, tačiau siektina įvykdyti numatytą normatyvą. 1+1 pagal atrankines varžybas, 2 OS bėgte komiteto sprendimu.

*Klasikinio orientavimosi (Vidutinės ir ilgos) kontrolinės varžybos:*

*1. Lietuvos čempionatas vidutinėje trasoje, Lietuva, gegužės 23 d. (vidutinė)*

*2. Baltijos čempionatas, Latvija, gegužės 30 d. (ilga)*

*3. Kontrolinis startas Lietuvoje arba Tako (Kapos) daugiadienių prailginta vidutinė (birželio pabaigoje – liepos pradžioje). Detalesnė informacija bus paskelbta iki birželio 1 d.*

*Rinktinės kandidatams rekomenduojamas kontrolinis bėgimas gegužės 1 d. „Miško trasa“. (20 km vyrams, 10 km moterims).*

Komandos sudėtis 2 vyrai + 2 moterys. Skaičiuojami 2 startai iš 3. Kontrolinis bėgimas neskaičiuojamas, tačiau siektina įvykdyti numatytą normatyvą. Komandos sudėtis 2 +2. Komandos sudėtį, kiekvienai rungčia atskirai, tvirtina OS bėgte komitetas, atsižvelgdamas į tos rungties kontrolinių varžybų rezultatą.

Pasaulio čempionato dalyvių finansavimas paaiškės kovo viduryje.

**Pasaulio taurės varžybos**

Sportininkai registruojami startuoti Pasaulio taurės etapuose OS bėgte komiteto sprendimu. Sportininkus planuojančius startuoti Pasaulio taurės etapuose privalo pranešti OS begte komiteto pirmininkui.

**Baltijos šalių čempionatas**

Dalyvauja: 10 moterų ir 10 vyrų.

*Atrankinės varžybos:*

*1. Vileišio taurė 1 diena (vidutinė)*

*2. Spring Cup (ilga)*

*3. Lietuvos čempionatas (vidutinė)*

*Kontrolinis startas: Bėgimas „Aplink Rėkyvos ežerą“ arba „Miško trasa“.*

Skaičiuojami 2 geriausi rezultatai iš 3. 5 sportininkai pagal atrankinių varžybų rezultatus, 5 – tvirtinami rinktinės trenerio teikimu komiteto sprendimu.

**Stovyklos**

Savaitgalinės stovyklos: sausio 9-11 d., vasario 22-23 d., kovo 20-22 Dalyvauja OS bėgte komiteto pakviesti rinktinės kandidatai.