



Ziemeļvalstu masāžas čempionāts 2025

NOLIKUMS

1. Čempionāta mērķis un uzdevumi

- 1.1. Veicināt savstarpēju pieredzes bagātināšanu, sadarbību un komunikāciju starp profesionāļiem, studējošajiem, praktizējošiem masieriem.
- 1.2. Pilnveidot profesionālās prasmes, apliecinot un gūstot izaicinājumus topošajiem nozares speciālistiem, gan arī esošajiem profesionāļiem.

2. Čempionāta organizatori

Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledža, Latvija, un Starptautiskā masieru asociācija (*International Massage Association*), Dānija.

3. Čempionāta norise

- 3.1. Čempionāts norisinās no 2025. gada 3. līdz 4. oktobrim Latvijas Universitātes P. Stradiņa medicīnas koledžā: Vidus prospektā 38, Jūrmalā, Latvijā, LV-2010.
- 3.2. Čempionāta pirmās dienas mērķauditorija: studenti, kuri apguvuši masāžas studiju kursus. Katra izglītības iestāde čempionātam var izvirzīt 1 – 2 studentus.
- 3.3. Čempionāta otrās dienas mērķauditorija: praktizējoši masieri.
- 3.4. Čempionāta darba valoda: latviešu un angļu.
- 3.5. Čempionāta norise tiks pārraidīta sociālajos tīklos un fotografēta.

4. Čempionāta norises kārtība

4.1. ČEMPIONĀTA PROGRAMMA

ČEMPIONĀTA PIRMĀ DIENA – 03.10.2025.	
PLKST.	Studentu masāžas čempionāts un meistarklases
9:00 – 10:00	REĢISTRĀCIJA
10:00 – 10:30	Čempionāta atklāšana
11:00 – 12:00	Studentu čempionāta 1. daļa – klasiskā masāža
12:00 – 13:00	PUSDIENAS
14:00 – 15:00	Studentu čempionāta 2. daļa – brīvās izvēles masāža
15:00 – 16:00	Starptautisko masāžas treneru meistarklases
17:00	APBALVOŠANA

ČEMPIONĀTA OTRĀ DIENA – 04.10.2025.	
PLKST.	Profesionālu masāžas čempionāts un meistarklases
9:00 – 10:00	REĢISTRĀCIJA
10:00 – 10:30	Čempionāta 2. dienas atklāšana
11:00 – 12:00	<i>Profesionālu čempionāta 1. daļa</i> – klasiskā masāža
12:00 – 13:00	PUSDIENAS
14:00 – 15:00	<i>Profesionālu čempionāta 2. daļa</i> – brīvās izvēles masāža
15:00 – 16:00	Starptautisko masāžas treneru meistarklases
17:00	APBALVOŠANA

4.2. DALĪBA ČEMPIONĀTĀ

- 4.2.1. Čempionāta dalībnieki drīkst pieteikt savu dalību abās čempionāta daļās – klasiskā masāža un brīvās izvēles masāža.
- 4.2.2. Čempionāta dalībnieki drīkst pieteikt savu dalību vienā čempionāta daļā – klasiskā masāža vai brīvās izvēles masāža.
- 4.2.3. Čempionāta dalībniekam ir pienākums brīdināt čempionāta organizatorus par veikto izvēli.

4.3. KLASISKĀS MASĀŽAS PROGRAMMA

- 4.3.1. Masāžas ilgums – 30 minūtes.
- 4.3.2. Veicot masāžu, nepieciešams iekļaut galvenos klasiskās masāžas pamatpaņēmienu: glāstīšanu, berzēšanu, mīcīšanu, vibrāciju un pamatpaņēmienu palīgpaņēmienu.
- 4.3.3. Tiek vērtēta **MUGURAS** vai **APKAKLES ZONAS** masāža, pamata prasmju klasiskās masāžas līmenis.
- 4.3.4. Čempionāta organizatori visiem dalībniekiem nodrošina: modeli, masāžas kušeti, kosmētikas galdu, 2 dvieļus, masāžas eļļu un dezinfekcijas līdzekli.
- 4.3.5. Čempionāta dalībniekiem jāievēro higiēnas noteikumi, laika limits un ierādītās vietas robežas.

4.4. BRĪVĀS IZVĒLES PROGRAMMA

- 4.4.1. Brīvās izvēles programmas demonstrācijas ilgums – 40 minūtes, dalībnieki veic izvēlētās masāžas veidu vai masāžas veidu kombināciju.
- 4.4.2. Dalībnieki ir atbildīgi par visu nepieciešamo masāžas veikšanai (dekorācijas, apģērbs utt.).
- 4.4.3. Organizatori nodrošina dalībniekus ar masāžas kušeti, kosmētikas galdu un modeli. Organizatori izvēlas pasākuma mūziku.
- 4.4.4. Čempionāta dalībniekiem jāievēro higiēnas noteikumi, laika limits un ierādītās vietas robežas.
- 4.4.5. Dalībnieki vienu nedēļu pirms čempionāta dienas (līdz 26.09.2025.) iesniedz īsu masāžas aprakstu, norādot veicamās masāžas veidu un īsu metodikas aprakstu.

Informācija sagatavojama angļu valodā un iesniedzama pieteikuma formā:

<https://forms.gle/7P3MLtN1T6cUZJFJ8>

5. Vērtēšanas kārtība un kritēriji

5.1. Čempionātā vērtēšana tiek veikta katrā programmas daļā atsevišķi – klasiskā masāža un brīvās izvēles masāža.

5.2. KLASISKĀS MASĀŽAS PROGRAMMAS VĒRTĒŠANAS KRITĒRIJI:

5.2.1. higiēnas noteikumu ievērošana un profesionāls masiera ārējais izskats;

5.2.2. darba vietas sagatavošana, lai precīzi un kvalitatīvi veiktu masāžu;

5.2.3. modeļa sagatavošana, pozicionēšana masāžas veikšanai, komunikācija ar modeli;

5.2.4. masiera ergonomika;

5.2.5. izpildītās klasiskās masāžas tehnikas un paņēmieni atbilstība, klasiskās masāžas pamata paņēmieni atbilstība pēc nozīmīguma (secība un virzieni);

5.2.6. laika limita ievērošana (30 minūtes).

5.3. BRĪVĀS IZVĒLES PROGRAMMAS VĒRTĒŠANAS KRITĒRIJI:

5.3.1. higiēnas noteikumu ievērošana un profesionāls masiera ārējais izskats;

5.3.2. darba vietas sagatavošana, lai precīzi un kvalitatīvi veiktu masāžu;

5.3.3. masāžas programmas estētiskais noformējums;

5.3.4. profesionālās etiķetes noteikumu ievērošana;

5.3.5. izvēlētās masāžas vai SPA programmas drošība, atbilstība masāžas mērķim un uzdevumam;

5.3.6. masāžas vai SPA procedūras pilnīgums, oriģinalitāte un kompozīcija;

5.3.7. laika limita ievērošana (40 minūtes).

5.4. Čempionātu vērtē starptautiska žūrija – pieci žūrijas locekļi (divi žūrijas locekļi no Latvijas, trīs Starptautiskās masieru asociācijas (*International Massage Association*) deleģētie pārstāvji).

5.5. Čempionāta uzdevumi tiks vērtēti pēc Starptautiskās masieru asociācijas (*International Massage Association*) noteiktās punktu sistēmas.

6. Rezultāti un apbalvošana

6.1. Uzvarētāju rezultāti tiks paziņoti čempionāta norises dienas noslēgumā.

6.2. Pēc vērtējumu apkopošanas, tiek apbalvoti trīs visaugstāko vērtējumu ieguvušie dalībnieki katrā čempionāta daļā – klasiskā masāža un brīvās izvēles masāža.

- 6.3. Dalībniekiem tiks piešķirti atzinības raksti dažādās nominācijās, piemēram, skatītāju simpātija, estētiskākais noformējums, ergonomiskākais masieris u. c.
- 6.4. Visi dalībnieki iegūst apliecinājumus par piedalīšanos.
- 6.5. Čempionāta dalībniekiem, ārstniecības personām, par dalību čempionātā tiek piešķirti tālākizglītības punkti, kas apstiprināti Latvijas Ārstniecības personu profesionālo organizāciju savienībā.

7. Dalības maksa un reģistrācija

- 7.1. Reģistrācija veicama līdz 2025. gada 19. septembrim koledžas mājaslapā, aizpildot pieteikuma *on-line* formu: <https://forms.gle/QLFLPcZ1bvKGNuMQA>
- 7.2. Dalības maksa ir noteikta saskaņā ar izvēlēto aktivitāti un veicama līdz 2025. gada 26. septembrim.

8. Čempionāta atbalstītāji

- Jūrmalas valstspilsētas pašvaldība;
- Biedrība "Latvijas Masieru asociācija";
- SIA "GMT Beauty Trade".