K O K N E S E S N O V A D A D O M E

Reģ. Nr. 90000043494
Melioratoru iela 1, Kokneses pagasts, Kokneses novads, LV-5113
Tālrunis +371 65133630, fakss +371 65133631, e-pasts: dome@koknese.lv

Kokneses novada Kokneses pagastā

APSTIPRINU
Kokneses novada
domes priekšsēdētājs
D.Vingris
2018.gada 12.martā

NACIONĀLAIS ATTĪSTĪBAS PLĀNS 2020 | EIROPAS SAVIENĪBA Eiropas Sociālais fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

TIRGUS IZPĒTES

"Ārstnieciska vingrošana ūdenī iedzīvotājiem" nodarbību nodrošināšana un vadīšana 2018.gadā

Fiziskā aktivitāte, ESF Projekts "Koknese-veselīgākā vide visiem" (projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/019, pozīcija Nr. 13.2.1.15; KND/TI/2018/13)

INSTRUKCIJA

1. Informācija par pasūtītāju:

Nosaukums	Kokneses novada dome,
Reģistrācijas numurs	90000043494
Adrese	Melioratoru iela 1, Koknese, LV – 5113,
Kontaktpersona	Ieva Rusiņa, projektu vadītāja
Kontaktinformācija	ieva.rusina@koknese.lv, 27298666; 65133636

2. Informācija par tirgus izpēti:

2.1. Tirgus izpētes metode:

Publicēt instrukciju Kokneses novada pašvaldības mājas lapā www.koknese.lv sadaļā "Cenu aptaujas"	+
Nosūtīt instrukciju vismaz trīs potenciālajiem pretendentiem uz elektronisko pastu ar uzaicinājumu iesniegt piedāvājumus	+
Veikt cenu izpēti internetā	-
Veikt pakalpojumu sniedzēju vai piegādātāju telefonisku vai klātienes aptauju	-

2.2. Pakalpojums tiek iepirkts SAM 9.2.4.2. projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.

2.3. Visa ar Tirgus izpēti saistītā informācija ir brīvi pieejama Pasūtītāja mājas lapā http://koknese.lv/cenu_aptaujas

3. Tirgus izpētes priekšmets:

3.1. "Ārstnieciska vingrošana ūdenī iedzīvotājiem" (pozīcija Nr. 13.2.1.15) nodarbību nodrošināšana un vadīšana saskaņā ar Tehnisko specifikāciju (1.pielikums).

3.2. Pakalpojuma sniegšanas periods – 2018.gada marts – decembris

4. Piedāvājuma noformēšana un iesniegšana:

4.1. Pretendentam jāiesniedz:

4.1.1. Finanšu piedāvājums (2. pielikums);

4.1.2. Tehniskais piedāvājums (3.pielikums);

4.1.3. Izglītību apliecinoša dokumenta kopija/ sertifikāta kopija;

4.1.4. Speciālista CV.

4.2. Ieinteresētās personas piedāvājumus var iesniegt līdz 2018.gada **19.martam, plkst. 12.00,** sūtot to ieskenētā veidā uz e-pastu ieva.rusina@koknese.lv (var sūtīt arī pa pastu vai iesniegt personīgi Kokneses novada domē, Melioratoru ielā 1, Koknesē, 11. kabinetā līdz iepriekšminētajam termiņam).

4.3. Pasūtītājs nodrošina iesniegto piedāvājumu konfidencialitāti līdz iesniegšanas termiņa beigām.

4.4. Piedāvājumam jāatbilst šajā instrukcijā un Tehniskajā specifikācijā noteiktajām prasībām;

4.5. Piedāvājumā jānorāda piedāvātā cena euro. Cenā jāierēķina visi ar pakalpojuma sniegšanu saistītie izdevumi, t.sk. nokļūšana līdz pakalpojuma sniegšanas vietai, nodarbību plāna sagatavošana, nodarbību sagatavošana un vadīšana, telpu noma, nodarbību dalībnieku uzskaite un anketēšana, nodokļi.

5. Līguma slēgšana un apmaksas kārtība:

5.1. Pasūtītājs slēgs ar izraudzīto Pretendentu līgumu, pamatojoties uz Pretendenta piedāvājumu.

5.2. Samaksu par pakalpojumu Pasūtītājs veic 5 (piecu) darba dienu laikā pēc nodošanas – pieņemšanas akta parakstīšanas par pilnīgu pakalpojuma izpildi un atbilstoša rēķina saņemšanas.

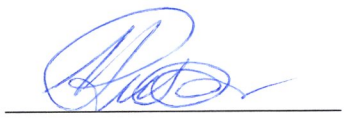
6. Iesniegto piedāvājumu vērtēšana:

6.1. Līguma slēgšanai tiks izvēlēts piedāvājums ar zemāko cenu (tiks ņemta vērā kopējā finanšu piedāvājuma norādītā cena EUR ar PVN, ja tiek piemērots).

6.2. Ja diviem pretendentiem piedāvātā cena ir vienāda, Pasūtītājs izvēlēsies pretendentu ar lielāku pieredzi.

6.3. Ja Pretendenta piedāvājums neatbilst šai instrukcijai un Tehniskajai specifikācijai, Pretendenta piedāvājums var tikt noraidīts.

Sagatavoja:
Projektu vadītāja
Ieva Rusiņa



1.pielikums.

NACIONĀLAIS ATTĪSTĪBAS PLĀNS 2020

EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

"Ārstnieciska vingrošana ūdenī iedzīvotājiem" nodarbību nodrošināšana un vadīšana 2018.gadā

Fiziskā aktivitāte, ESF Projekts "Koknese-veselīgākā vide visiem"
(projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/019 pozīcija Nr. 13.2.1.15, KND/TI/2018/13)

TEHNISKĀ SPECIFIKĀCIJA

Pasākuma nosaukums	***Skaits***	***Īstenošanas laiks, vieta un ilgums***
Ārstnieciska vingrošana ūdenī iedzīvotājiem (Fiziskā aktivitāte)	34 nodarbības	Marts – maijs: nodarbības 2 reizes nedēļā, kopā plānotas 16 nodarbības Septembris – decembris: nodarbības 1 - 2 reizes nedēļā, kopā plānotas 18 nodarbības Nodarbību skaits kopā: 34 nodarbības Nodarbību laiks: darba dienu vakaros, sākot ar plkst.17:00 vai brīvdienās (saskaņojot ar pasūtītāju). Vienas nodarbības ilgums - 60 minūtes. Īstenošanas vieta: Koknese, Kokneses novads
Mērķis un apraksts:	Mērķis: Popularizēt veselīgu un aktīvu dzīvesveidu, samazināt veselības stāvokļa nevienlīdzības starp dažādām sabiedrības grupām, domājot par veselības principos balstītu fiziskās un garīgās veselības veicināšanu. Vingrošana ūdenī ir ieteicama ikvienam, lai veicinātu vispārējo fizisko un garīgo veselību, uz uzlabotu fizisko aktivitāti. Vingrojumi vērsti uz saspringtās muskulatūras atslābināšanu, pareizas elpošanas apmācību, kustību ritma izjūtu, stājas kontroli, muskuļu pareizu noslogojumu. Stiepšanās un atbrīvojošie vingrinājumi patīkami atslogos muguru un kājas, uzlabojot pašsajūtu un veselības stāvokli. Ūdens vingrošanas laikā pastiprināta uzmanība tiek pievērsta pareizai elpošanai, nodarbināto muskuļu grupu attīstīšanai, fiziskās formas uzturēšanai, saspringtās muskulatūras atbrīvošanai un stiepšanai. Ūdens vingrošana sniedz piepildījumu arī garīgā ziņā, jo palīdz atbrīvoties no stresa, satraukuma un negatīvām emocijām, veicina pašsajūtas un emocionālā stāvokļa uzlabošanos.	
Kvalifikācijas prasības aktivitātes vadītājam:	1. Atbilstoši diplomēts/ sertificēts treneris vai fizioterapeits; 2. Pieredze vismaz 3 līdzīgu nodarbību vadīšanā.	
Pakalpojuma sniegšanas nosacījumi:	Pretendenta pienākumos ietilpst: 1. Nodarbību plāna un grafika sagatavošana un saskaņošana ar Pasūtītāju; 2. Dalībnieku iepriekšējas pieteikšanās koordinēšana (ja nepieciešams - dalīšana grupās); 3. Nodarbību sagatavošana un vadīšana; 4. Nodarbību dalībnieku reģistrēšana; 5. Dalībnieku anketēšana (Pasūtītajā sagatavota anketa, anketas jānodod pasūtītājam papīra un elektroniskā veidā anketu kopsavilkuma formā); 5. Nodarbību foto fiksācija un foto iesniegšana Pasūtītajam. Metodes: ✓ Iesildīšanas; ✓ Kopīga vingrošana;	

	✓ Atsildīšanās; Speciālists var papildināt pasākuma norisi ar racionāliem uzlabojumiem, ieviest jauninājumus un izveidot pats savu pasākuma norises metodiku, ja tā ir atbilstoša pasākuma formātam, vispārējiem pamatprincipiem un noteikumiem. Pasākumu norises laikā jāievēro drošības prasības, kā arī jāizvērtē un jāpielieto pasākuma aktivitāšu intensitātes pakāpe atbilstoši pasākuma apmeklētāju veselības stāvoklim, vecumam un spējām.
Papildu prasības:	Nodarbību norises vietu nodrošina pretendents (izmaksas iekļaujot piedāvājuma cenā), saskaņojot to ar pasūtītāju. Pakalpojuma sniegšanas vietā jābūt pieejamai atbilstošai infrastruktūrai – baseinam vismaz ar vienu celiņu, ar vidējo dziļumu vismaz 1,50m, jābūt pieejamām ģērbtuvēm, dušām, labierīcībām. Norises vietai jāatrodas ne tālāk kā 10 km no Kokneses centra –Melioratoru ielas 1. Par iespējamajām norises vietām sazināties ar pasūtītāju. Pretendents apņemas veikt dalībnieku iepriekšēju pieteikšanos un reģistrēšanu. Ja interesentu ir daudz, tiek veidotas grupas. Pretendents veic dalībnieku piereģistrēšanu pirms pasākuma un pasākuma dienā. Oriģinālus iesniedz Pasūtītājam papīra veidā. Pretendents apņemas aizsargāt, neizplatīt un glabāt iegūto informāciju saskaņā ar Latvijas Republikā spēkā esošajiem normatīvajiem aktiem.
Piedāvājuma cena:	Cenā jāietver visas izmaksas, kas tieši un netieši saistītas ar pakalpojuma nodrošināšanu, tajā skaitā, visi piemērojamie nodokļi, izejmateriāli, transporta izmaksas, telpu noma, un valsts noteiktie obligātie maksājumi, nodevas pakalpojuma pilnīgai un kvalitatīvai izpildei.