

KOMUNIKAT NR 11/2012

SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI NA MISTRZOSTWA ŚWIATA MĘŻCZYZN W KULTURYSTYCE GUAYAQUIL, 07-11.11.2012

Skład reprezentacji Polski na te Mistrzostwa został ustalony na podstawie wyników Pucharu Polski (21.10.2012 – Mińsk Mazowiecki). Do drużyny weszło czterech pierwszych zawodników z Pucharu:

Drużyna A

1. Marek Olejniczak (Paco Lublin) – kategoria +100 kg
2. Karol Małecki (Winogrody Poznań) – kategoria 75 kg
3. Andrzej Kołodziejczyk (Aplauz Warszawa) - kategoria +100 kg
4. Tomasz Lech (Efekt Toruń) - kategoria 100 kg

Wszyscy ci zawodnicy są doświadczeni, zdobywali już medale MŚ, ME lub Arnold Classic. i mają szansę dostać się do finałów MŚ w Ekwadorze, a potem walczyć o medale.

Po raz pierwszy na Mistrzostwach Świata Mężczyzn można wystawić Drużynę B, ale ze względu na koszty podróży nikt się nie zgłosił.

Program Mistrzostw:

07.11.2012 (środa):

- Do godz. 19:00 - Przyjazdy ekip, zakwaterowanie
- 12:00 – 15:00 - Obiad
- 19:00 – Kolacja powitalna

08.11.2012 (czwartek):

- 07:00 – 09:30 - Śniadanie
- 12:30 – 15:00 – Obiad
- 16:30 - Narada Techniczna (Hotel Sheraton)
- 18:00 - Ważenie i weryfikacja zawodników (Hotel Sheraton)
- 20:00 – Kolacja

09.11.2012 (piątek):

- 07:00 – 09:00 - Śniadanie
- 10:00 – Eliminacje i półfinały (Palacio de Cristal)
- 19:00 – 21:00 - Kolacja

10.11.2012 (sobota):

- 07:00 – 09:00 – Śniadanie
- 08:30 - Kongres Międzynarodowy IFBB (Hotel Sheraton)
- 12:00 – 14:00 - Obiad
- 15:00 - Finały (Teatro Centro Civico Eloy Alfaro)
- 21:00 - Bankiet pożegnalny

11.11.2012 (niedziela):

- 07:00 – 10:00 – Śniadanie
- Wyjazdy

Plan podróży reprezentacji Polski:

Wylot: z Warszawy 07.11.2012 (środa), Lotnisko Chopina, godz. 06:20, KL 1362 do Amsterdamu. Lądowanie w Amsterdamie: 08:30.

Wylot z Amsterdamu: 10:05, KL 755 do Guayaquil, lądowanie w Guayaquil: 18:20.

Wylot z Guayaquil: 11.11.2012 (niedziela), godz. 20:05, KL 755 do Amsterdamu.

Lądowanie w Amsterdamie: 12.11.2012 (poniedziałek). godz. 13:30.

Wylot z Amsterdamu: 12.11.2012 (poniedziałek), godz. 14:20, KL 1365 do

Warszawy. Lądowanie w Warszawie: 16:15 (Terminal A).

Każdy musi mieć ze sobą ważny paszport, wydrukowany bilet lotniczy oraz Legitymację Zawodnik IFBB.

Strefa czasowa Ekwadoru: GMT + 5 godzin (CET + 6 godzin).

Waluta: oficjalną walutą w Ekwadorze jest Dolar Amerykański (USD).

Klimat: średnie temperatury w dzień: 26-30°C

Napięcie w sieci: 110 V, 60 Hz. Wtyczki typu A lub B (jak w USA):



Zakwaterowanie: 3 hotele w bliskiej odległości:

- Sheraton Hotel
- Sonesta Hotel
- Howard Johnson Hotel

Hotel główny; **SHERATON**. Tam będzie też dostępna siłownia. **Wszystkie posiłki dla działaczy i zawodników są serwowane w Hotelu Sheraton! Wszystkie oficjalne części Mistrzostw (weryfikacja, narady, kongres) odbywają się w Hotelu Sheraton!**

Zawodnicy proszeni są o wyjątkowe zwracanie uwagi, aby nie zabrudzić pościeli i ręczników. **Zaleca się zabranie własnych prześcieradeł i ręczników.**

Stosowanie bronzarów jest niedozwolone.

Nagranie podkładu muzycznego na płycie CD, od początku strony. Warto mieć drugą płytę zapasową.