

REGULAMIN

VI PUCHAR ZIEMI PUCKIEJ W KULTURYSTYCE

1. *Cel imprezy*

- Popularyzacja kulturystyki, jako jednej z form rekreacji ruchowej.
- Wyłonienie najlepszych zawodników w kulturystyce w poszczególnych kategoriach.

2. *Organizatorzy*

- Stowarzyszenie „Ziemia Pucka” oddział Leśniewo

3. *Współorganizatorzy*

- **PZKFITS**
- Urząd Gminy Puck
- Ośrodek Kultury Sportu i Turystyki Gminy Puck
- Powiatowy Ośrodek Sportu Młodzieżowego w Pucku
- Urząd Miasta Puck

4. *Termin i miejsce zawodów*

- Zawody odbędą się dnia 21 marca, początek o godz. 11:30, w sali Domu Kultury w Żelistrzewie, 3 km od Pucka. Biuro zawodów czynne w dniu imprezy od godz. 9:00

5. *Uczestnictwo*

- W zawodach mogą uczestniczyć jedynie zawodnicy i zawodniczki **zrzeszeni w organizacjach sportowych, będących członkami PZKFITS**. Zawodnicy dotychczas niezrzeszeni proszeni są o zapisanie się do najbliższego stowarzyszenia sportowego należącego do PZKFITS. Kluby wystawiające zawodników muszą mieć opłacone składki członkowskie na bieżący rok, a zawodnicy muszą mieć aktualne i opłacone licencje. Informacji w tej sprawie udziela biuro Związku, tel. (0-22) 550 09 67; fax: (0-22) 550 09 68, e-mail: pzkfits@pzkfits.pl
- Na zawodach zostanie rozegrana jedna **kategoria wszechwag dla debiutantów w kulturystyce**, w której mogą uczestniczyć zawodnicy niezrzeszeni. W kategorii tej nie mogą brać udziału osoby, które kiedykolwiek startowały na Mistrzostwach Polski lub były finalistami (pierwsza szóstka) zawodów ogólnopolskich.
- Zawodnicy poniżej 18 lat muszą przedłożyć zgodę prawnych opiekunów na start w zawodach.
- Uczestnicy przyjeżdżają bezpośrednio na weryfikację, która odbędzie się w miejscu zawodów (Domu Kultury w Żelistrzewie), w godz. od 9:00 do 11:00.
- Przy weryfikacji wymagane będą następujące dokumenty: ważna licencja zawodnika, ważna karta zawodnika, świadectwo lekarskie dopuszczające do udziału w zawodach sportowych oraz strój startowy i płyta CD z podkładem muzycznym do pozowania. **Debiutanci muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem, strój startowy, płytę CD z nagraniem oraz zaświadczenie lekarskie.**
- Każdy startujący zobowiązany jest do opłaty wpisowego w wysokości 30 zł.
- **[WSZYSCY ZAWODNICZY STARTUJĄCY W TYCH ZAWODACH W KATEGORII WSZECHWAG DEBIUTANTÓW W KULTURYSTYCE LUB W FITNESS SYLWETKOWYM BĘDĄ MIELI PRAWO STARTU W TEGOROCZNYCH „DEBIUTACH PZKFITS” W OSTROWI MAZOWIECKIEJ.](#)**

6. *Kategorie*

- Zawody zostaną przeprowadzone w kategoriach: kobiet, mężczyzn (juniorów i seniorów), weteranów oraz debiutantów.
 - **Kat open fitness sylwetkowe kobiet**
 - **Kat. wszechwag juniorów w kulturystyce**
 - **Kat. mężczyzn w kulturystyce do 75 kg**
 - **Kat. mężczyzn w kulturystyce do 90 kg**
 - **Kat. mężczyzn w kulturystyce powyżej 90 kg**
 - **Kat. wszechwag weteranów w kulturystyce**
 - **Kat. open mężczyzn (dla zwycięzców z kategorii wagowych)**
 - **Kat. wszechwag dla debiutantów w kulturystyce**
 - Jeśli w którejś kategorii wagowej będzie mniej niż trzech zawodników, zostanie ona połączona z wyższą kategorią wagową.

7. Nagrody

- Za miejsca I-III w każdej kategorii statuetki (puchary) i dyplomy.
- Za miejsce I-III w każdej kategorii nagrody rzeczowe.
- Za miejsca IV – VI w każdej kategorii dyplomy
- Za I miejsce w kat. open kobiet Puchar Burmistrza Miasta Puck.
- Za I miejsce w kat. open masters Puchar Starosty Powiatu Puckiego.
- Za I miejsce w kat. open mężczyzn Puchar Wójta Gminy Puck.

8. Program zawodów:

21.03.2009 (niedziela) godz. 11:30

Eliminacje i półfinały:

- fitness sylwetkowe kobiet - I runda (ocena sylwetki w czarnym stroju bikini)
- kultyści debiutanci - I runda (porównania)
- kultyści juniorzy - I runda (porównania)
- kultyści, kat. 75; 90 i +90 kg - I runda (porównania)
- fitness sylwetkowe - II runda (ocena sylwetki w stroju jednoczęściowym)
- kultyści weterani wszechwag - I runda (porównania)

Finały (bezpośrednio po zakończeniu półfinałów):

- kultyści debiutanci – II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kultyści juniorzy - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- fitness sylwetkowe kobiet - III runda (ocena sylwetki w stroju bikini)
- kultyści, kat. 75 kg - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kultyści, kat. 90 kg - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kultyści, kat. +90 kg - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kultyści weterani - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kultyści, kat open (pozy obowiązkowe i dogrywka)

9. Zasady przeprowadzania zawodów

- Zawody przeprowadzone zostaną zgodnie z przepisami PZKFITS (IFBB). Komisję Sędziowską wyznacza PZKFITS.

10. Narada Techniczna dla sędziów, organizatorów i uczestników odbędzie się zaraz po zakończeniu weryfikacji.

11. Postanowienia końcowe

- Ubezpieczenie podczas zawodów spoczywa wyłącznie na zawodnikach lub jednostkach delegujących.
- O wszystkich sprawach spornych decyduje sędzia główny zawodów i organizator.

12. Informacje o zawodach

- Zgłoszenia przyjmuje i informacji udziela: Piotr Potrykus tel. 0-668-508-526, Stowarzyszenie „Ziemia Pucka” oddział Leśniewo, ul. Szkolna 2, 84-106 Leśniewo, www.lesniewo.ziemiapucka.org

Organizator:

Zatwierdzono:

mgr inż. Andrzej Michalak,
Wiceprezes PZKFITS
16.02.2010