

**REGULAMIN**  
**I MISTRZOSTW POLSKI SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH**  
**W KULTURYSTYCE i FITNESS**  
**KŁODZKO 24.04.2010 r.**

**1. Cel imprezy:**

- popularyzacja kulturystyki i fitness jako jednej z form rekreacji fizycznej,
- wyłonienie najlepszych zawodników i zawodniczek w poszczególnych kategoriach wiekowych,

**2. Organizatorzy:**

- UCZNIOWSKI MIEDZYSZKOLNY KLUB SPORTOWY MANIAC KŁODZKO

**3. Współorganizatorzy imprezy:**

- Kłodzkie Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji
- ZSO im. Bolesława Chrobrego w Kłodzku

**4. Patroni imprezy:**

- PZKFITS
- Starosta Powiatu Kłodzkiego
- Wice Minister Zdrowia - Poseł na Sejm RP Jakub Szulc

**5. Termin i miejsce zawodów:**

Zawody odbędą się w dniu 24.04.2010 r., początek o godzinie 10:00, w hali sportowo rekreacyjnej Kłodzkiego Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji (wielofunkcyjna hala sportowa na stadionie).

**6. Zasady uczestnictwa:**

- prawo udziału w zawodach mają uczniowie szkół gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych oraz studenci i absolwenci w wieku do 24 lat (decyduje data urodzenia) posiadający ważną legitymację szkolną, studencką lub Licencję Zawodnika PZKFITS.
- jeśli uczestnik nie posiada Licencji Zawodnika PZKFITS, musi wykpić Licencję Akademicką PZKFITS lub Licencję Uczniowską PZKFITS, każda w cenie 20 zł/rok. Licencje te można wykupić w biurze PZKFITS, ul. Mangalia 4, lok. 427, 02-758 Warszawa (e-mail: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl), tel. 22-55-00-967) lub na miejscu zawodów, przed weryfikacją.
- każdy zawodnik musi posiadać aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w zawodach sylwetkowych.
- wpisowe dla zawodnika wraz z trenerem wynosić będzie 15 zł dla zawodników zgłoszonych do dnia 17 kwietnia 2010 (7 dni przed rozpoczęciem weryfikacji na zawodach) **WPISOWE DLA ZAWODNIKÓW ZGŁOSZONYCH PO TYM TERMINIE I W DNIU ZAWODÓW WYNOŚIĆ BĘDZIE 135 PLN, ZGODNIE Z PRZEPISAMI PZKFITS (Komunikat Finansowo-Organizacyjny, punkt F/2).**

**7. Kategorie:** zawodnicy w kulturystyce mężczyzn startują w następujących kategoriach wiekowych:

**JUNIORZY:**

- do 18 roku życia (decyduje data urodzenia) - wszechwag
- do 21 roku życia (decyduje data urodzenia) - wszechwag

## SENIORZY:

- do 24 roku życia (spełniający warunki z pkt. 6 niniejszego Regulaminu) – wszechwag

## FITNESS SYLWETKOWE KOBIET:

- do 24 roku życia (spełniający warunki z pkt. 6 niniejszego regulaminu) - open

**UWAGA:** istnieje możliwość połączenia kategorii juniorów, jeśli nie będzie odpowiedniej ilości zawodników w danej kategorii (minimalna ilość zawodników w danej kategorii wiekowej 3).

## 8. Zgłoszenia i weryfikacja zawodników:

- zgłoszenia zawodników do 17.04.2010 r., do organizatora imprezy, na adres e-mail: [kulturystyka-slawek@wp.pl](mailto:kulturystyka-slawek@wp.pl) ; [umksmaniacklodzko@wp.pl](mailto:umksmaniacklodzko@wp.pl) lub listownie na adres: UMKS MANIAC Kłodzko ul. Szkolna 8/115; 57-300 Kłodzko – decyduje data stempla pocztowego.
- weryfikacja zawodników odbędzie się w dniu **24.04.2010 r., od godz. 7:00 do godz. 9:00** w hali sportowej Kłodzkiego Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji.
- zawodnicy zobowiązani są posiadać strój startowy zgodny z wymogami PZKFiTS oraz płytę CD z nagraniem do programu dowolnego.
- w przypadku braku odpowiedniego stroju zawodnik może zostać nie dopuszczony do zawodów.
- w przypadku złego stanu technicznego nagrania organizator zastrzega sobie prawo do zastosowania własnego podkładu muzycznego.
- Zawodnicy zobowiązani są posiadać podczas weryfikacji badania lekarskie i ważne dokumenty uprawniające do startu w zawodach (zgodnie z p. 6)

## 9. Program zawodów: Początek zawodów - godz. 10:00

### PÓŁFINAŁY

- Fitness sylwetkowe kobiet – Runda 1 (czarny strój bikini)
- Kulturystyka juniorów do lat 18 – Runda 1 (pozy obowiązkowe, porównania)
- Kulturystyka juniorów do lat 21 - Runda 1 (pozy obowiązkowe, porównania)
- Kulturystka seniorów do lat 24 - Runda 1 (pozy obowiązkowe, porównania)
- Fitness sylwetkowe kobiet – Runda 2 (strój jednoczęściowy)

### FINAŁY

- Kulturystyka juniorów do lat 18 – Runda 2 (pozy obowiązkowe)
- Kulturystyka juniorów do lat 18 – Runda 3 (program dowolny)
- Kulturystyka juniorów do lat 21 - Runda 2 (pozy obowiązkowe)
- Kulturystyka juniorów do lat 21 - Runda 3 (program dowolny)
- Kulturystka seniorów do lat 24 - Runda 2 (pozy obowiązkowe)
- Kulturystka seniorów do lat 24 - Runda 3 (program dowolny)
- Fitness sylwetkowe kobiet – Runda 3 (ocena sylwetki, kostium – dowolne bikini)
- Dekoracja zwycięzców w poszczególnych kategoriach wiekowych

**KATEGORIA OPEN w kulturyście mężczyzn** – zwycięzcy z poszczególnych kategorii wiekowych.

- fitness sylwetkowe kobiet – dekoracja

#### **10. Nagrody:**

- organizatorzy przewidują: za miejsca I – III puchary
- za miejsca 1-VI dyplomy
- nagrody rzeczowe za zajęcie miejsc od I do VI w poszczególnych kategoriach wiekowych
- puchar oraz nagrody rzeczowe dla zwycięzcy w kategorii OPEN.

#### **11. Postanowienia końcowe:**

- przystąpienie do rywalizacji oznacza akceptację niniejszego Regulaminu.
- Sprawy sporne wynikłe podczas zawodów i nie ujęte w niniejszym Regulaminie rozstrzyga Komisja Odwoławcza złożona z Prezesa PZKFITS, Sędziego Głównego i przedstawiciela Organizatora, po wpłaceniu wadium w wysokości 100,-zł na rzecz Organizatora.

#### **12. Informacje:**

Wszelkich informacji o zawodach udziela organizator imprezy: mgr Sławomir Wojtowicz (UMKS MANIAC Kłodzko)

tel: kom.: 795-241-551

e-mail: [kulturystyka-slawek@wp.pl](mailto:kulturystyka-slawek@wp.pl) lub [umksmaniacklodzko@wp.pl](mailto:umksmaniacklodzko@wp.pl)

<http://www.kulturystyka-slawek.pl>

---

Za Zarząd  
UMKS MANIAC Kłodzko

Zatwierdził:

mgr inż. Andrzej Michalak  
Wiceprezes PZKFITS

mgr Sławomir Wojtowicz  
Prezes UMKS MANIAC Kłodzko

Warszawa, dn. 23.02.2010 r

Kłodzko, dn. 24.02.2010r.