



BĘDZIN

PRZYSZŁOŚĆ Z TRADYCJAMI

REGULAMIN

III OTWARTYCH MISTRZOSTW ZAGŁĘBIA W WYCISKANIU LEŻĄC

O PUCHAR PREZYDENTA MIASTA BĘDZINA

BĘDZIN, DNIA 04.10.2009r.

I. Cel:

1. Popularyzacja wyciskania leżąc
2. Popularyzacja ćwiczeń siłowych wśród społeczności Zagłębia,
a w szczególności młodzieży
4. Wyłonienie najlepszych zawodników

II. Organizatorzy:

1. Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego w Warszawie
2. Dąbrowski Klub Karate Sekcja Sportów Siłowych Terminatus Dąbrowa
Górnicza – organizator bezpośredni
3. Śląski Okręgowy Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego
4. Miejski Urząd Kultury i Sportu w Będzinie
5. Miejski Zespół Szkół nr 4 Będzinie

III. Termin i miejsce:

1. Termin: **04 październik 2009r. /niedziela/**
2. Miejsce startu: Będzin – Łagisza Hala Sportowa, ul. Jedności 38 przy
Zespole Szkół nr 4
3. Termin i miejsce odprawy technicznej: **4 październik 2009r. o godz. 8.00**
w miejscu startu

IV. Warunki uczestnictwa:

1. W zawodach uczestniczyć mogą:
 - a. Reprezentanci klubów, ognisk i stowarzyszeń kultury fizycznej – członków PZKFITS, mających na bieżąco opłacone składki członkowskie w PZKFITS, posiadający kartę zawodniczą i licencję ważną na rok 2009
 - b. Zawodnicy i członkowie DKK Terminatus Dąbrowa Górnicza oraz kandydaci na członków DKK Terminatus w Dąbrowie Górnicznej.
2. Zawodnicy i zawodniczki muszą spełniać następujące warunki:
 - b. Ukończony 14 rok życia w dniu zawodów;
 - c. Posiadać ważne badania lekarskie;
 - zawodników z klasą MM, M i I obowiązuje książeczka zdrowia sportowca trójboju siłowego;

- zawodników o niższej klasie sportowej obowiązuje karta zdrowia sportowca trójboju siłowego lub zaświadczenie lekarskie z klauzulą „Zdolny do zawodów trójboju siłowego lub wyciskania leżąc” podpisaną przez lekarza;

Obowiązują wyłącznie indywidualne badania lekarskie; nie będą honorowane zbiorowe badania lekarskie, wydane dla dwóch lub więcej osób, a osoby legitymujące się zbiorowymi badaniami nie będą dopuszczone do zawodów.

c. Opłacone wpisowe w wysokości **40 zł** (drużyny liczące 5 lub więcej zawodników opłacają wpisowe w wysokości 30 zł od osoby).

V. Sposób rywalizacji:

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z obowiązującymi przepisami IPF i PZKFITS.

- a. Do zawodów można zgłosić nieograniczoną liczbę zawodniczek i zawodników.

Klasyfikacja indywidualna zostanie przeprowadzona:

- juniorki do 18 lat open według formuły Wilks'a - startują bez koszulek wspomagających
- juniorki do 23 lat open według formuły Wilks'a
- seniorki open według formuły Wilks'a
- juniorzy do 18 lat rocznikowo w grupach kategorii wagowych(52-67,5), (75-90),(100+125) open według formuły Wilks'a - startują bez koszulek wspomagających
- juniorzy do 23 lat rocznikowo w grupach kategorii wagowych 52-67,5),(75-90),(100+125) open według formuły Wilks'a
- seniorzy w kat.56, 60, 67.5, 75, 82.5, 90, 100,110,125,+125kg
- weterani I gr. 40-49 lat open według formuły Wilks'a
- weterani II gr. 50-59 lat open według formuły Wilks'a
- weterani III gr. 60 lat i powyżej open według formuły Wilks'a

VI. Klasyfikacja:

Klasyfikacja drużynowa będzie przeprowadzona w kategorii mężczyzn – seniorów. Do klasyfikacji drużynowej liczy się 6 najlepszych z zajętych miejsc przez zawodników.

Punkty do klasyfikacji drużynowej (mężczyzn) obliczane są wg następującego klucza:

I-12pkt., II-9pkt., III-8pkt., IV-7pkt., V-6pkt., VI-5pkt., itd. Miejsce X i niższe otrzymują po jednym punkcie.

VII. Nagrody :

1. Trzy pierwsze miejsca w kategorii open junierek do lat 18 do lat 23 i senierek oraz weteranów I, II i III grupy zostaną nagrodzone medalami
2. Trzy pierwsze miejsca w każdej kategorii wagowej lub grupie kategorii wagowych zostaną nagrodzone medalami.
3. Pierwsze miejsce w każdej kategorii wagowej w kat. Junierek do lat 18 do 23 i senierek, weteranów I, II i III . lub grupie kategorii wagowych – puchar.
4. Trzy pierwsze miejsca w kategorii drużynowej mężczyzn zostaną nagrodzone pucharami i dyplomami. IV-VI miejsce dyplomy.
5. Wszyscy uczestnicy zawodów, którzy ukończą zawody otrzymają dyplomy.
6. Trzy pierwsze miejsca w kat. open według formuły Wilks'a mężczyzn puchar oraz nagroda rzeczowa.

VIII. Sprawy organizacyjne:

A. Zgłoszenia i informacje

Zgłoszenia pisemnie, mailem, telefonicznie do **dnia 02.10.2009 r. z podaniem imienia i nazwiska zawodniczki/zawodnika, dokładnej daty urodzenia i kategorii wagowej oraz pełnej nazwy klubu** lub na miejscu w dniu zawodów

Adres do korespondencji:

DĄBROWSKI KLUB KARATE

41-305 Dąbrowa Górnicza, ul. Kasprzaka 25

Wszelkich informacji udziela Grzegorz Leski tel. kom. 504 120 722

e-mail:grzegorzleski@terminatus.com.pl

Opłaty startowe przyjmowane będą wyłącznie w biurze zawodów w dniu

04 października 2009 r. od godz. 8.00 przed wejściem na wagę.

Regulamin i lista zgłoszonych zawodników oraz wyniki będą również dostępne pod adresem www.terminatus.com.pl www.powerlifting.pl oraz www.pzkfits.pl i www.sozkfits.pl

Komisję Sędziowską powołuje PZKFITS w porozumieniu z organizatorem bezpośrednim

IX. Zakwaterowanie:

Dom Turysty - OSiR Będzin ul Sportowa 4a tel. 032 267 59 50

CUMULUS Będzin ul. Sportowa 3 tel. 032 267 52 15

Zajazd IRYS Będzin ul. Sportowa 4 tel.032 267 79 10

X. Proponowany program zawodów:

04 październik 2009 r. /niedziela/

- | | |
|-------------------|--|
| Godz. 8.00 | - odprawa techniczna w miejscu zawodów |
| Godz. 8.30 -10.00 | - ważenie wszystkich zawodniczek, następnie zawodników |
| Godz. 10.15 | - uroczyste otwarcie zawodów przez Prezydenta miasta Będzina |
| Godz. 10.30 | - start I grupy zawodniczek |

Dokładny program zawodów ustalony będzie na odprawie technicznej w dniu 04.10.2009r.o godz.8.00

XI. Postanowienia końcowe:

1. Prawo interpretacji Regulaminu należy do Organizatora.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za nie dostarczone zgłoszenie.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zaginione.

4. Kluby sportowe i uczestnicy zawodów winni ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków.
5. Składanie i uwzględnienie protestu odbywa się na zasadach podanych w przepisach w szczególności w „Komunikacie Finansowo-Organizacyjnym PZKFITS na 2009 rok”.
6. Wszelkie sprawy nie objęte Regulaminem rozstrzygać będzie Komisja Odwoławcza złożona z przedstawiciela Organizatora, przedstawiciela ŚOZKFITS oraz Sędziego Głównego Zawodów.

Będzin , dnia 19.09.2009r.

Za Organizatorów

V-ce Prezes PZKFITS

Grzegorz Leski

dr Marek Kruszewski