

REGULAMIN

XIV PUCHAR ZIEMI PUCKIEJ W KULTURYSTYCE – ŻELISTRZEWO 2018

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
- Starostwo Powiatowe w Pucku
- Wiejski Klub Kultury w Żelistrzewie

4. Termin i miejsce zawodów

- Zawody odbędą się dnia 11 MARCA 2018r., 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
- Zgłoszenia imienne startujących należy nadsyłać **do dnia 9 marca 2018 r.** wypełniając **FORMULARZ** zamieszczony na stronie pzkfits.pl pod poniższym adresem:

<https://www.pzkfits.pl/rejestracja/zelistrzewo2018/12/>

Formularz nie zawierający pełnych informacji o zawodniku nie zostanie przyjęty.

- **W zgłoszeniu każdy zawodnik lub zawodniczka musi podać:**
- - imię i nazwisko,
- - dokładną datę urodzenia,
- - klub,
- - dokładną kategorię startową, w której zamierza wystartować,
- - adres e-mail,
- - telefon kontaktowy.

- Zawodnicy poniżej 18 lat muszą przedłożyć zgodę prawnych opiekunów na start w zawodach.
- Uczestnicy przyjeżdżają bezpośrednio na weryfikację, która odbędzie się w miejscu zawodów (Klub Kultury w Żelistrzewie), w godz. od 9:00 do 11:00.
- Przy weryfikacji wymagane będą następujące dokumenty: **dokument tożsamości ze zdjęciem i datą urodzenia**, ważna licencja zawodnika, świadectwo lekarskie dopuszczające do udziału w zawodach sportowych oraz strój startowy, a także w przypadku opłaty wpisowego na konto stowarzyszenia potwierdzenie wpłaty.

- **Nagranie z podkładem muzycznym z podaniem imienia i nazwiska oraz kategorii startowej należy przesłać drogą mailową do 9 marca 2018 na adresie-mail: lesniewo.ziemiapucka@wp.pl**

- Wymagane opłaty na rzecz PZKFITS należy wносить na konto PZKFITS: **BANK PEKAO SA, Nr 08 1240 6250 1111 0000 4591 7718** z podaniem imienia i nazwiska zawodnika, za którego wnoszona jest opłata, ewentualnie w Biurze PZKFITS, ul. Mangalia 4, lok. 427, Warszawa. (e-mail: pzkfits@pzkfits.pl, tel. 22-55-00-967).

Zawodnicy zrzeszeni opłacają wpisowe w wysokości 100 zł (bezpośrednio przed startem, lub na konto Oddziału Leśniewo Stowarzyszenia ZiemiaPucka) – nr konta 53834800030000001701100007 Bank Spółdzielczy w Pucku (Za start w dwóch kategoriach startowych opłata ulega podwojeniu.

6. Kategorie

- Zawody zostaną przeprowadzone w konkurencjach: kobiet, mężczyzn (juniorów i seniorów), weteranów w następujących kategoriach:
 - Fitness sylwetkowe kobiet – open
 - Bikini fitness kobiet – open
 - Fitness plażowe mężczyzn open
 - Fitness atletyczne mężczyzn open
 - Kulturystyka klasyczna mężczyzn - open
 - Kulturystyka juniorów (16- 23 lata) - wszechwag
 - Kulturystyka mężczyzn do 75 kg
 - Kulturystyka mężczyzn do 90 kg
 - Kulturystyka mężczyzn powyżej 90 kg
 - Kulturystyka weteranów (+40 lat) - wszechwag
 - Kulturystyka mężczyzn – open (dla zwycięzców kategorii wagowych)
 - 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: medale i dyplomy.
- Za miejsca I-III w każdej kategorii: nagrody rzeczowe.
- Za miejsca IV – VI w każdej kategorii: dyplomy
- Miejsca I-IV uprawniają zawodników do udziału w rywalizacji międzynarodowej IFBB
- Za I miejsce w kat. open bikini-fitness kobiet: Puchar Starosty Powiatu Puckiego.
- Za I miejsce w kat. open mężczyzn w kulturystyce: Puchar Wójta Gminy Puck.

8. Program zawodów:

11.03.2018 (niedziela) godz. 11:30

Eliminacje i półfinały:

- fitness sylwetkowe kobiet - I runda (ocena sylwetki w dowolnym stroju bikini)
- bikini fitness kobiet - I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)
- kulturyści debiutanci - I runda (porównania)
- fitness plażowe mężczyzn – I runda (cztery zwroty)
- fitness atletyczne mężczyzn – I runda (cztery zwroty)
- kulturystyka klasyczna – I runda (porównania)
- kulturyści juniorzy - I runda (porównania)
- kulturyści, kat. 75 kg; 90 kg i +90 kg - I runda (porównania)
- kulturyści weterani wszechwag - I runda (porównania)

Finały (bezpośrednio po zakończeniu półfinałów):

- kulturystyka klasyczna – II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kulturyści debiutanci – II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kulturyści juniorzy - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- fitness sylwetkowe kobiet - II runda (T-walking + ocena sylwetki w dowolnym stroju bikini)
- bikini fitness kobiet - II runda (T-walking + ocena sylwetki w dowolnym stroju bikini)
- I blok dekoracji
- kulturyści, kat. 75 kg - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kulturyści, kat. 90 kg - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kulturyści, kat. +90 kg - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kulturyści weterani - II runda (pozy obowiązkowe i dogrywka) i III runda (program dowolny)
- kulturyści, kat. open (pozy obowiązkowe i dogrywka)
- II blok dekoracji

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. Mechowska 2, 84-106 Leśniewo, e-mail: lesniewo.ziemiapucka@wp.pl

Organizator:
mgr Piotr Potrykus

Zatwierdzono:
mgr inż. Andrzej Michalak
Wiceprezes PZKFITS, 06.02.2018 r