



## KOMUNIKAT O ZAWODACH

### I Otwarte Mistrzostwa Tarnowskich Gór w Wyciskaniu Leżąc i Martwym Ciągu Klasycznym

Pod Patronatem Burmistrza Miasta Tarnowskie Góry

Arkadiusza Czecha

*Tarnowskie Góry, 07 października 2017 r.*

#### I. CELE

1. Popularyzacja Wyciskania Leżąc oraz Martwego Ciągu Klasycznego wśród mieszkańców Tarnowskich Gór.
2. Wyłonienie mistrzyń i mistrzów Tarnowskich Gór na 2018 r.
3. Sprawdzenie przed Mistrzostwami Polski w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym.

## II. PATRONAT MEDIALNY

1. Tygodnik Gwarek
2. TG Stacja

## III. ORGANIZATORZY

1. Polski Związek Kulturystryki, Fitness i Trójboju Siłowego.
2. Śląski Okręgowy Związek Kulturystryki, Fitness i Trójboju Siłowego.
3. Stowarzyszenie Centrum Formy Dąbrowa Górnicza.
4. Mikołaj Kowalik – Kola Osobisty Trener.

## III. TERMIN I MIEJSCE

1. Termin zawodów: **7 października 2018 r.**
2. Miejsce startu: **Hala Sportowa w Tarnowskich Górach, ul. Obwodnica 8**
3. Termin zgłoszeń: **1 października 2018 r.** Jest to termin dostarczenia zgłoszenia do organizatora.

## IV. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W zawodach uczestniczyć mogą zawodnicy, reprezentanci klubów sportowych – członków PZKFITS, po okazaniu podczas weryfikacji, **ważnej licencji zawodnika PZKFITS lub przedłożeniu kompletnego wniosku o wydanie licencji potwierdzonego przez klub.** Wniosek o przyznanie licencji zawodnika jest do pobrania na witrynie PZKFITS w menu "Do pobrania": [pobierz wniosek](#).
2. Kandydaci do klubu - tylko osoby, które jeszcze nie startowały jako kandydaci od 2018 r. (startować można tylko raz jako kandydat).
3. Okazanie podczas weryfikacji ważnych, indywidualnych badań lekarskich.
4. Opłacone wpisowe w przypadku:
  - i. **zgłoszenia terminowego** – do 1 października : **60 oraz 40 zł** w kolejnej kategorii wiekowej
  - ii. **zgłoszenia spóźnionego** – od 2-7 października **80 zł oraz 60 zł** w kolejnej kategorii wiekowej

## V. SPOSÓB RYWALIZACJI, KLASYFIKACJE

### a. Wyciskanie Leżąc Klasyczne

1. Klasyfikacja indywidualna junierek do lat 16, 18, 20, 23 i senierek w kategoriach open na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.
2. Klasyfikacja indywidualna juniorów do lat 16, 18, 20, 23 w kategoriach open na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.
3. Klasyfikacja indywidualna seniorów w obowiązujących kategoriach wagowych (59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, +120) na podstawie wyniku uzyskanego w kilogramach.
4. Klasyfikacja indywidualna weteranów I gr. (40-49 lat), II gr. (50-59 lat) oraz III gr. (60 - +60 lat) w kategoriach open na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.

### a. Martwy Ciąg Klasyczny

1. Klasyfikacja indywidualna junierek do lat 18, 23 i senierek w kategoriach open na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.
2. Klasyfikacja indywidualna juniorów do lat 18, 23 w kategoriach open na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.
3. Klasyfikacja indywidualna seniorów w kategoriach wagowych do 74, do 93 oraz powyżej 93 kg na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.
4. Klasyfikacja indywidualna weteranów w kategorii open na podstawie wyniku uzyskanego w punktach Wilks'a.

## VI. NAGRODY

1. Trzy pierwsze miejsca w każdej kategorii zostaną nagrodzone medalami.
2. Trzy pierwsze miejsca w klasyfikacji Najlepszego Zawodniczka, Najlepszego Zawodnika spośród wszystkich startujących zostaną nagrodzeni pucharami lub statuetką w wyciskaniu oraz martwym ciągu.
3. Sklasyfikowani uczestnicy zawodów otrzymają dyplomy potwierdzające uzyskane miejsce, a osoby niesklasyfikowane dyplom uczestnictwa.
4. W zależności od hojności sponsorów przewidziano nagrody rzeczowe.

## VII. INFORMACJE

1. Wszelkich informacji udziela:  
oraz p. **Mikołaj Kowalik** 518 808 026 [kasia18k@wp.pl](mailto:kasia18k@wp.pl) oraz p. **Grzegorz Leski** 504 120 722  
[grzegorzleski@wp.pl](mailto:grzegorzleski@wp.pl)

2. Informacje o zawodach wraz z Komunikatem oraz drukami zgłoszeń dostępne będą w Internecie na witrynie [www.pzkfits.pl](http://www.pzkfits.pl)
3. Wszystkie należności związane z opłatą wpisowego płatne wyłącznie gotówką w Biurze Zawodów.

#### **VIII. ZGŁOSZENIA**

1. Zgłoszenia dokonuje się na specjalnym druku załączonym do Komunikatu wysłanego pocztą elektroniczną na adres e-mail: [grzegorzleski@wp.pl](mailto:grzegorzleski@wp.pl) jako załącznik do wiadomości. Załącznik ma być plikiem w formacie Excela 98-2003.
2. Każde zgłoszenie jest potwierdzane.

#### **IX. PROGRAM ZAWODÓW**

1. Wstępnie godz. 8.00 do 09:30 ważenie zawodniczek, a następnie zawodników; 10:00 rozpoczęcie startów w wyciskaniu. Dokładny program zawodów będzie ustalony po wpłynięciu zgłoszeń i opublikowany w Internecie na witrynie [www.pzkfits.pl](http://www.pzkfits.pl).

#### **X. REGULAMIN ZAWODÓW I PRZEPISY SZCZEGÓŁOWE**

1. Na zawodach obowiązują przepisy i procedury PZKFITS i IPF.
2. Komisję sędziowską powołuje PZKFITS w porozumieniu z organizatorem.
3. Na zawodach nie będą przyjmowane opłaty za licencje zawodnicze.  
Opłaty te należy uiszczać bezpośrednio na konto PZKFITS BANK PKO SA Nr. BANK PKO SA Nr.08 1240 6250 1111 0000 4591 7718
4. Niniejsze informacje podlegają szczegółowym definicjom, regulacjom i przepisom zawartym w „Regulaminie wzorcowym zawodów” dostępnym na witrynie internetowej PZKFITS pod adresem: [www.pzkfits.pl](http://www.pzkfits.pl)
5. Sprawy sporne rozstrzygać będzie Komisja Odwoławcza złożona z przedstawiciela Organizatora, przedstawiciela PZKFITS oraz Sędziego Głównego Zawodów.

Tarnowskie Góry, dnia 16.08.2018 r.

**Zatwierdził:**  
**Wiceprezes PZKFITS**  
**ds. Trójboju Siłowego**

**Grzegorz Nocek**

**Organizator:**  
**Stowarzyszenie Centrum Formy**  
**Dąbrowa Górnicza**

**Mikołaj Kowalik, Grzegorz Leski**