**REGULAMIN**

**UWAGA – ZMINA LOKALIZACJI!**

**IFBB DIAMOND CUP KATOWICE - ZABRZE**

**05 – 07 PAŹDZIERNIKA 2018**

**12 LICENCJI IFBB ELITE PRO!**

**NAGRODY FINANSOWE 12 500 EURO!**

**1. ORGANIZATORZY**

* Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego

**2. TERMIN I MIEJSCE**

**IFBB Diamond Cup Katowice odbędzie się w dniach:**

**05 - 07 października 2018 r**

**w Zabrzu – Dom Muzyki Tańca**

**ul. Generała de Gaulle’a 17 , 41-800 Zabrze**

**4. UCZESTNICTWO**

W imprezie mogą brać udział reprezentacje Federacji Narodowych zrzeszonych w IFBB z całego świata. Liczba startujących jest nielimitowana.

Polskę mogą reprezentować członkowie klubów sportowych i stowarzyszeń kultury fizycznej zrzeszonych w PZKFiTS. Informacji w tej sprawie udziela biuro Związku   
(tel.022 550 09 67). Każdy klub biorący udział w rywalizacji musi mieć opłaconą składkę członkowską PZKFiTS na 2018 rok. Każdy startujący musi mieć opłaconą licencję PZKFiTS na 2018 rok. Wysokość opłaty podana jest w KOMUNIKACIE FINANSOWO-ORGANIZACYJNYM PZKFiTS na 2018 rok, dostępnym na stronie internetowej Związku: [www.pzkfits.pl](http://www.pzkfits.pl/) w zakładce „Komunikaty”. Wymagane opłaty na rzecz PZKFiTS należy wnosić na konto PZKFiTS:

**Bank PKO SA, nr 08 1240 6250 1111 0000 4591 7718**

z podaniem nazwy klubu, imienia i nazwiska zawodnika, za którego wnoszona jest opłata, ewentualnie w biurzePZKFiTS, ul. Mangalia 4, lok. 427, Warszawa, (e-mail: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl), tel. 022 55009 67). **Opłaty wnoszone bezpośrednio przed zawodami będą obciążone dodatkowym narzutem w wysokości 20 zł**.

**5. ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia imienne startujących należy nadsyłać **do dnia 28 września 2018 r. (piątek)** wypełniając **FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY** zamieszczony na stronie internetowej **PZKFiTS** pod poniższym adresem:

Formularz nie zawierający pełnych informacji o zawodniku nie zostanie przyjęty.

W zgłoszeniu każda zawodniczka lub zawodnik musi podać:

* imię i nazwisko
* klub/stowarzyszenie zrzeszone w PZKFiTS, w którego barwach startuje
* dokładną datę urodzenia
* kategorię, w której zamierza startować
* numer Licencji IFBB lub DO (gdy jeszcze nie ma Licencji)
* adres e-mail i telefon komórkowy

**6. WPISOWE**

W kategorii seniorów wpisowe wynosi €200 EURod osoby, w kategorii juniorów €100 EUR od osoby. Zawodnicy PZKFiTS (w kategorii seniorów) płacą jedynie €150 EUR, a pozostałe 50 EUR dopłaca PZKFiTS**.** Zawodnicy PZKFiTS płacą wpisowe w gotówce podczas weryfikacji. Za start w drugiej kategorii (juniorzy lub weterani w kategoriach open) pobierana jest dodatkowa opłata w wysokości **€50 EUR.**

**Wpisowe nie podlega zwrotowi w przypadku:**

* negatywnej weryfikacji,
* rezygnacji zawodnika ze startu po weryfikacji,
* spóźnienia się zawodnika na start w swojej kategorii.

**7. PRZYJAZD I ZAKWATEROWANIE**

**Uczestnicy IFBB DIAMOND CUP KATOWICE 2018 przyjeżdżają w dniu 05 października (piątek) do Domu Muzyki i Tańca w Zabrzu i zgłaszają się na weryfikację.**

**Na zakwaterowanie Organizatorzy polecają Hotel Silesian Katowice**, ul. Szybowcowa 1A, 40-502 Katowice, [www.silesianhotel.pl](http://www.silesianhotel.pl/kontakt), który jest oficjalnym partnerem imprezy.

tel. 32 606-88-00; [kontakt@silesianhotel.pl](mailto:kontakt@silesianhotel.pl)

Specjalna oferta na Diamond Cup:

- Pokój dwuosobowy: 210 zł za pokój  
- Pokój jednoosobowy: 175 zł od osoby

Pokoje dostępne są od 14:00. Wykwaterowanie – do 12:00. Używając hasła DIAMOND CUP, można wprowadzić się 2-3 godziny wcześniej i opuścić pokój 2-3 godziny później.

**UWAGA: Uczestnicy sami rezerwują sobie noclegi w hotelu.**

**8. WERYFIKACJA ZAWODNIKÓW**

Weryfikacja uczestników **IFBB Diamond Katowice** odbędzie się 05 października 2018 r roku (piątek) w godzinach **14:00-18:00** w **Domu Muzyki i Tańca w Zabrzu, ul. Generała de Gaulle’a 17**

**Zawodnicy zobowiązani są posiadać:**

* dokument tożsamości (paszport lub DO)
* potwierdzenie dokonania opłaty licencyjnej PZKFiTS na 2018 r.

Wszyscy startujący muszą posiadać ze sobą aktualną Licencję IFBB (IFBB International Card) ważną na 2018 r. Jeśli się jej nie posiada, trzeba być przygotowanym na jej opłacenie podczas weryfikacji, co kosztuje **€30 EUR**.

Zawodnicy zobowiązani są posiadać ze sobą **stroje startowe** do wszystkich rund oraz płytę **CD lub USB flash memory z nagraniem (w formacie MP3) do programu dowolnego.** W przypadku nagrania na płycie CD należy posiadać także rezerwowe nagranie. **Nagranie nie może zawierać słów lub zdań wulgarnych, obraźliwych bądź agresywnych.**

Wszyscy zawodnicy otrzymają podczas weryfikacji opaskę na nadgarstek, upoważniającą do wchodzenia i poruszania się po obiekcie.

**Narada Techniczna** sędziów odbędzie się 05 października 2018 roku (piątek) ok. godziny 18:15 w miejscu weryfikacji.

**9. KATEGORIE NA IFBB DIAMOND CUP KATOWICE:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MEN BODYBUILDING:** | **WOMEN BODYFITNESS:** | **MEN’S PHYSIQUE:** |
| **Up to & including 75 kg** | **Up to & including 163 cm** | **Up to & including 173 cm** |
| **Up to & including 80 kg** | **Up to & including 168 cm** | **Up to & including 176 cm** |
| **Up to & including 85 kg** | **Over 168 cm** | **Up to & including 179 cm** |
| **Up to & including 90 kg** | **Overall (2 Pro Cards)** | **Up to & including 182 cm** |
| **Up to & including 100 kg** |  | **Over 182 cm** |
| **Over 100 kg** | **MASTER WOMEN BODYFITNESS** | **Overall (2 Pro Cards)** |
| **Overall (2 Pro Cards)** | **One open category** |  |
|  |  | **JUNIOR MEN’S PHYSIQUE:** |
| **JUNIOR MEN BODYBUILDING:** | **WOMEN BIKINI-FITNESS:** | **Up to 176 cm** |
| **One open category** | **Up to & including 158 cm** | **Over 176 cm** |
|  | **Up to & including 162 cm** | **Overall** |
| **MASTER MEN BODYBUILDING:** | **Up to & including 166 cm** |  |
| **One open category** | **Up to & including 169 cm** | **MUSCULAR MEN’S PHYSIQUE:** |
|  | **Up to & including 172 cm** | **Up to & including 175 cm** |
| **MEN CLASSIC PHYSIQUE** | **Over 172 cm** | **Over 175 cm** |
| **One open category** | **Overall (2 Pro Cards)** | **Overall (2 Pro Cards)** |
|  |  |  |
| **MEN CLASSIC BODYBUILDING\*** | **JUNIOR WOMEN BIKINI-FITNESS:** | **WOMEN’S WELLNESS FITNESS:** |
| **Up to & including 175 cm** | **One open category** | **One open category** |
| **Up to & including 180 cm** |  |  |
| **Over 180 cm** | **MASTER WOMEN BIKINI-FITNESS:** | **WOMEN’S PHYSIQUE:** |
| **Overall (2 Pro Cards)** | **One open category** | **One open category** |
|  |  |  |
| **JUNIOR CLASSIC BODYBUILDING\*\*** |  |  |
| **One open category** |  |  |
| **MEN BODYBUILDING:** | **WOMEN BODYFITNESS:** | **MEN’S PHYSIQUE:** |
| **Up to & including 75 kg** | **Up to & including 163 cm** | **Up to & including 173 cm** |
| **Up to & including 80 kg** | **Over 163 cm** | **Up to & including 176 cm** |
| **Up to & including 85 kg** | **Overall (2 Pro Cards)** | **Up to & including 179 cm** |
| **Up to & including 90 kg** |  | **Up to & including 182 cm** |
| **Up to & including 100 kg** | **WOMEN BIKINI-FITNESS:** | **Over 182 cm** |
| **Over 100 kg** | **Up to & including 158 cm** | **Overall (2 Pro Cards)** |
| **Overall (2 Pro Cards)** | **Up to & including 162 cm** |  |
|  | **Up to & including 166 cm** | **JUNIOR MEN’S PHYSIQUE:** |
| **JUNIOR MEN BODYBUILDING:** | **Up to & including 169 cm** | **Up to & including 178 cm** |
| **One open category** | **Up to & including 172 cm** | **Over 178 cm** |
|  | **Over 172 cm** | **Overall** |
| **MASTER MEN BODYBUILDING:** | **Overall (2 Pro Cards)** |  |
| **40-49 years - open** |  | **MUSCULAR MEN’S PHYSIQUE:** |
| **Over 50 years - open** | **JUNIOR WOMEN BIKINI-FITNESS:** | **Up to & including 175 cm** |
| **Overall** | **One open category** | **Over 175 cm** |
|  |  | **Overall (2 Pro Cards)** |
| **MEN CLASSIC BODYBUILDING\*** | **MASTER WOMEN BIKINI-FITNESS:** |  |
| **Up to & including 175 cm** | **One open category** |  |
| **Up to & including 180 cm** |  | **WOMEN’S WELLNESS FITNESS:** |
| **Over 180 cm** | **JUNIOR CLASSIC BODYBUILDING\*\*** | **One open category** |
| **Overall (2 Pro Cards)** | **One open category** |  |
|  |  | **WOMEN’S PHYSIQUE:** |
|  | **WOMEN’S FITNESS:** | **One open category** |
|  | **One open category** |  |

**Nowe limity wagowe w kulturystyce klasycznej:**

**Kulturystyka klasyczna mężczyzn:**  
Wzrost (kategoria) do 168 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 0 [kg]  
Wzrost (kategoria) do 171 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 2 [kg]  
Wzrost (kategoria) do 175 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 4 [kg]  
Wzrost (kategoria) do 180 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 7 [kg]  
Wzrost (kategoria) powyżej 180 cm:  
Dla zawodników ze wzrostem od 180,1 cm do 190 cm (włącznie) obowiązuje limit:  
Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 9 [kg]  
Dla zawodników ze wzrostem od 190,1 cm do 198 cm (włącznie) obowiązuje limit:  
Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 11 [kg]  
Dla zawodników ze wzrostem powyżej 198 cm obowiązuje następujący limit:  
Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 13 [kg]

**Kulturystyka klasyczna juniorów:**

Wzrost (kategoria) do 168 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 0 [kg]  
Wzrost (kategoria) do 171 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 1 [kg]  
Wzrost (kategoria) do 175 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 2 [kg]  
Wzrost (kategoria) do 180 cm: Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 4 [kg]  
Wzrost (kategoria) powyżej 180 cm:

- Dla zawodników ze wzrostem od 180,1 cm do 190 cm (włącznie) obowiązuje limit:

Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 5 [kg]  
  
- Dla zawodników ze wzrostem od 190,1 cm do 198 cm (włącznie) obowiązuje limit:

Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 6 [kg]  
  
- Dla zawodników ze wzrostem powyżej 198 cm obowiązuje następujący limit:

Maks. waga ciała [kg] = (wzrost [cm] – 100) + 7 [kg]

**Men Classic Physique bodyweight limits [in kg]:**

Up to & incl. 168 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 4 [kg]

Up to & incl. 171 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 6 [kg]

Up to & incl. 175 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 8 [kg]

Up to & incl. 180 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 11 [kg]

Over 180 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 13 [kg]

Up to& incl. 198 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 15 [kg]

Over 198 cm: Max Bodyweight [kg] = (Height [cm] - 100) + 17 [kg]

**10. NAGRODY FINANSOWE**

Całkowita pula nagród: EUR € 12,500. Nagrody otrzymają zwycięzcy następujących kategorii overall albo open:

* Men Bodybuilding overall EUR € 1500
* Men Classic Bodybuilding overall EUR € 1500
* Men’s Physique overall EUR € 1500
* Women Bodyfitness overall EUR € 1500
* Women Bikini Fitness overall EUR € 1500
* Muscular Men’s Physique overall EUR € 1000
* Women’s Physique open EUR € 900
* Men Classic Physique open EUR € 800
* Master Men Bodybuilding open EUR € 800
* Women Wellness Fitness open EUR € 500
* Master Women Bikini Fitness open EUR € 500
* Master Women Bodyfitness open EUR € 500

Aby dana kategoria była rozgrywana, musi w niej startować co najmniej 5 zawodników. Przy mniejszej liczbie zawodników kategorie mogą być łączone.

**11. INNE NAGRODY**

- Pierwsze trójki w każdej kategorii otrzymają Medale.

- Pierwsze szóstki w każdej kategorii otrzymają Puchary i Dyplomy.

- Zwycięzcy w kategoriach open (overall) otrzymają Puchary.

- **Pierwsze dwójki** w open (overall) w następujących konkurencjach**: fitness plażowe, fitness plażowe atletyczne, kulturystyka, kulturystyka klasyczna, fitness sylwetkowe i bikini fitness** uzyskają prawo do wystąpienia, poprzez swoje federacje narodowe, o **Licencję IFBB Elite Pro.**

- Zwycięzcy w kategoriach open (overall) juniorów i weteranów oraz w kategoriach wszechwag otrzymają nagrody rzeczowe, w zależności od hojności sponsorów.

**12. BRĄZOWIENIE CIAŁA**

IFBB zakazała stosowania łatwościeralnych środków brązujących.

Na zawodach dostępna będzie **profesjonalna usługa brązowienia ciała** (brązowienie natryskowe). Chętnych prosimy o kontakt z Panią Moniką Szymańską, e-mail: [olimpzabrze@gmail.com](mailto:olimpzabrze@gmail.com)

**13. SĘDZIOWIE**

Polscy sędziowie klasy międzynarodowej, którzy chcieliby pracować na tych zawodach,, powinni zgłosić się do Szefa Komisji Sędziowskiej IFBB, Pawła Filleborna, pod adresem: [pawelfilleborn@gmail.com](mailto:pawelfilleborn@gmail.com), z kopią na [amichalak5@gmail.com](mailto:amichalak5@gmail.com). Każdy sędzia musi posiadać aktualną Legitymację Sędziego Międzynarodowego IFBB, z opłaconą składką €50 EUR za 2018 r. Wszyscy sędziowie muszą być obecni na Naradzie Technicznej (IFBB Team Managers & Judges Meeting) w dniu 05 października 2018 r. (piątek) o 18:15 w miejscy weryfikacji.

**14. PLANOWANY PROGRAM ZAWODÓW**

**05 października 2018 r (piątek):**

* Przyjazdy

14:00 – 18:00 – Weryfikacja (**Dom Muzyki i Tańca w Zabrzu)**

18:15 – Narada Techniczna (**Dom Muzyki i Tańca w Zabrzu)**

**06 października 2018 r (sobota)**

10:00 – 13:00: Eliminacje i finały – część 1 (**Dom Muzyki i Tańca w Zabrzu)**

13:00 – 14:30: Obiad

15:00 – Eliminacje i finały – część 2 (**Dom Muzyki i Tańca w Zabrzu)**

**07 października 2018 r (niedziela)**

10:00 – 13:00: Eliminacje i finały – część 3 (**Dom Muzyki i Tańca w Zabrzu)**

13:00 – 14:30: Obiad

15:00 – Eliminacje i finały – część 4 (**Dom Muzyki i Tańca w Zabrzu)**

**24 września 2018 r (poniedziałek)**

- Wyjazdy

**15. INFORMACJE**

Szczegółowych informacji o imprezie udziela: biuro PZKFiTS, telefon: 022 550 09 67**.**

e-mail: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl) oraz

**Zatwierdzam Organizator**

mgr inż. Andrzej Michalak Jerzy Szymański

Wiceprezes PZKFiTS Olimp Zabrze

dn. 20.08.2018 r

**Zmiany 04.10.2018**