

KOMUNIKAT 8/2019

SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI NA MISTRZOSTWA EUROPY W KULTURYSTYCE I FITNESS Santa Susanna, 01-06.05.2019

Na podstawie wyników rund eliminacyjnych do Mistrzostw Europy, rozegranych podczas Mistrzostw Polski w Kielcach, trener kadry zaproponował, a PZKFITS zatwierdził następujący skład reprezentacji:

MISTRZOSTWA EUROPY W KULTURYSTYCE: **DRUŻYNA A** (na koszt PZKFITS)

Kulturystyka klasyczna +180 cm:	Damian Kufel	(Drużyna A)
Classic Physique +180 cm:	Marcin Kotleszka	(Drużyna A)
Kulturystyka 100 kg:	Bartosz Zimny	(Drużyna A)
Kulturystyka +100 kg:	Paweł Wodyk	(Drużyna A)
Fitness plażowe 173 cm:	Patryk Walczuk	(Drużyna A)
Fitness plażowe 179 cm:	Piotr Zieliński	(Drużyna A)
Fitness plażowe +182 cm	Wojciech Jabłoński	(Drużyna A)

MISTRZOSTWA EUROPY W FITNESS:

Bikini fitness 158 cm:	Katarzyna Dmochewicz	(Drużyna A)
Bikini fitness 166 cm:	Kinga Bafia	(Drużyna A)
Bikini fitness 169 cm:	Maryia Lehenkaya	(Drużyna A)
Bikini fitness 172 cm:	Emilia Kostańska	(Drużyna A)
Bikini fitness +172cm:	Alicja Pyszka-Bazan	(Drużyna A)
Fitness sylwetkowe 168 cm:	Katarzyna Dudek	(Drużyna A)
Wellness fitness 158 cm:	Dagmara Dominiczak	(Drużyna A)
Wellness fitness 163 cm:	Nikoletta Sularz	(Drużyna A)
Wellness fitness 168 cm:	Dorota Szweda	(Drużyna A)

MISTRZOSTWA EUROPY JUNIORÓW I WETERANÓW

Fitness plażowe juniorów 21-23 lata, 178 cm:	Bartosz Bartkowski	(Drużyna A)
Fitness juniorów 16-20 lat:	Dominik Jewiak	(Drużyna A)
Bikini fitness junierek 16-20 lat:	Vanessa Skibińska	(Drużyna A)
Bikini fitness junierek 21-23 lata, +166 cm:	Klaudia Szymańska	(Drużyna A)
Kulturystyka juniorów 21-23 lata, +75 kg:	Paweł Kowalski	(Drużyna A)

Uwagi:

Drużyna A jedzie na koszt PZKFITS. Koszt wykupienia / odnowienia Licencji IFBB (EUR 35) zawodnicy pokrywają z diety.

Drużyna B (w tym weterani) wnosi opłaty startowe:

- Startowe (**seniorki, seniorzy i juniorzy**): **1620 zł**
- Startowe (**weteranki i weterani**): **1620 zł**

W tych opłatach mieści się startowe, zakwaterowanie (5 dni) i wyżywienie (3 posiłki dziennie), transport lokalny (hotel – hala – hotel).

Transport z/na lotnisko El Prat w Barcelonie: **180 zł**

Licencja IFBB: **160 zł**

Do udziału w **Drużynie B** automatycznie kwalifikują się:

- Wszyscy uczestnicy rund eliminacyjnych
- Medaliści z kategorii, w których nie rozgrywano rund eliminacyjnych

Wszyscy chętni do udziału w **Drużynie B** proszeni są o nadsyłanie swoich kandydatur do dnia **17.04.2019 r (do godz. 24:00)**.

Ekstra delegaci i osoby towarzyszące, które chcą skorzystać z oficjalnego zakwaterowania w ramach Mistrzostw, mogą wykupić pakiet pobytowy za 1735 zł, który obejmuje zakwaterowanie (5 dni) i wyżywienie (3 posiłki dziennie). Wpłaty do PZKFITS do 23 kwietnia włącznie.

Wszyscy zawodnicy udający się na Mistrzostwa Europy zobowiązani są do przesłania skanu aktualnych badań lekarskich do dn. 23.04.2019 na adres biura pzkfits@pzkfits.pl

UWAGA za transport proszę wносить opłaty wyłącznie jeśli podróż będzie odbywała się tym samym samolotem, którym leci drużyna A.

Drużyna A wylatuje 1 maja 2019 r.

Zbiórka na lotnisku Chopina w Warszawie o godz. 6:45.

Szczegóły połączenie lotniczego:

LO 437 01MAY WAWBCN 09:10 12:20

LO 438 06MAY BCNWAR 13:10 16:15

Wszystkich zawodników z Drużyny B (w tym weteranów) prosimy o potwierdzenie swojego udziału przez wysłanie maila do Biura PZKFITS w nieprzekraczalnym terminie do dnia 17.04.2019 r (do godz. 24:00). Po tym terminie zgłoszenia nie będą przyjmowane)

Bilety lotnicze dla Drużyny A kupuje PZKFITS. Zawodnicy z Drużyny B sami wykupują bilety lotnicze.

Wszyscy muszą być przygotowani na zwrotny depozyt hotelowy w wysokości 100 EUR (można załatwić przy pomocy karty kredytowej).

Aby uniknąć problemów ze zwrotem depozytu, należy dbać, aby nie pobrudzić pościeli i ręczników. **Zaleca się wzięcie ze sobą własnych prześcieradeł i ręczników oraz poszewki na poduszkę.** IFBB zabroniła używania bronzerów łatwo-

ścieralnych. **Trzeba korzystać z samoopalaczy i innych metod trwale barwiących skórę.**

Kto ma już Licencję IFBB, **niech pamięta** o jej zabraniu ze sobą!

UWAGA: wszyscy muszą mieć albo **Dowód Osobisty** albo **Paszport** z datą ważności co najmniej na 3 miesiące do przodu.

**Wymagane opłaty na rzecz PZKFITS (IFBB) należy wnosić 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,
w nieprzekraczalnym terminie do dn. 23.04.2019. Jeśli wpłata nie wpłynie do
tego czasu, zawodnik zostanie skreślony z listy startujących.**

Weryfikacja w Santa Susanna trwa przez cały dzień, **w środę 01 maja, od 10:00 do 19:00.** Odbywa się w hotelu „Florida Park Hotel”, Avenida del Mar 17, Santa Susanna.

Kontrola antydopingowa:

Mistrzostwa Europy **podlegają kontroli antydopingowej.** Należy szczególnie uważać, aby nie zażyć niedozwolonego środka odwadniającego, stymulantu lub lekkiego narkotyku (marihuany, oxilofrine).

Unikać odżywek, suplementów i środków niepewnego pochodzenia, szczególnie kupowanych przez Internet. Przyjmując jakiś środek należy się upewnić, czy nie znajduje się on na liście substancji zakazanych WADA lub nie zawiera w swoim składzie substancji zakazanych. Można to sprawdzić pod adresem:

http://antydoping.pl/pl/informacje_dla_sportowcow/lista_zabroniona

Jeśli ktoś w celach leczniczych przyjmuje leki z listy leków zabronionych, przepisane mu przez lekarza, może wystąpić o Wyłączenie dla celów terapeutycznych (TUE):

http://antydoping.pl/pl/informacje_dla_sportowcow/wylaczenia_dla_celow_terapeutycznych_tue