

**PZKFITS i Trójbój Siłowy na błoniach Stadionu Narodowego podczas
Narodowego Dnia Sportu 14.09.2019**



W dniu 14.09.2019 podczas Narodowego Dnia Sportu na błoniach Stadionu Narodowego w Warszawie Polski Związek Kulturystryki i Trójbój Siłowego będzie miał swoją reprezentację w postaci zawodników i działaczy Trójbój Siłowego. W planach jest postawienie podczas tej imprezy namiotu PZKFITS oraz dwóch pomostów, na których zostaną przeprowadzone - jeśli pogoda i czas pozwoli następujące atrakcje:

- pokaz prawidłowej techniki wykonania: przysiadu, wyciskania leżąc i martwego ciągu w wydaniu trójbójowym
- pokaz treningu mistrzów
- wywiady z mistrzami trójbój siłowego i wyciskania leżąc
- pokaz treningu trójbój sprzętowego
- ćwiczenia z nietypowymi przyrządami pomocniczymi
- konkursy z nagrodami wyciskania na ławeczce dla publiczności
- trójbój siłowy w wykonaniu płci pięknej, i podobno słabszej, ale czy na pewno słabszej to się przekonamy
- trójbój siłowy na wesoło, ale czy aby na pewno jeśli na sztandze będzie 300, 400 a może nawet 500kg... A jak to możliwe ? Trzeba przyjść na Stadion Narodowy, żeby się przekonać

Jeżeli chodzi o sportowców z naszego związku którzy będą na tej imprezie to będzie ich kilkunastu, a poniżej najbardziej utytułowana czwórka z nich:

Piotr Sadowski, zawodnik AZS WAT. Aktualny brązowy medalista Mistrzostw Świata Seniorów i wicemistrz Europy Seniorów w Trójboju Siłowym Klasycznym w kategorii do 120kg. Najsilniejszy zawodnik w Polsce w Trójboju Siłowym Klasycznym jeśli chodzi o ilość podnoszonych kilogramów.

Zuzanna Kula, zawodniczka SCF Dąbrowa Górnicza. Aktualna brązowa medalistka Mistrzostw Świata Juniorów w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym i wicemistrzyni Świata Juniorek w Trójboju Siłowym Sprzętowym sprzed 2 tygodni z Kanady, startująca w kategorii do 47kg.

Justyna Kozdryk, zawodniczka GKS Kraska Jasieniec, wielokrotna medalistka Mistrzostw Europy i Świata Seniorek w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym i Sprzętowym. Aktualna Mistrzyni Europy Seniorek w Wyciskaniu Leżąc Klasycznym i rekordzistka Europy w tym wyciskaniu w kategorii do 47kg. Brązowa medalistka olimpijska w wyciskaniu z paraolimpiady w Pekinie w 2008 roku.

Jarosław Olech, zawodnik KS Wiking Starachowice. W tej chwili już chyba najbardziej utytułowany zawodnik w historii Trójboju Siłowego całej federacji światowej IPF (Międzynarodowa Federacja Trójboju Siłowego). **Siedemnastokrotny (pod rząd co roku) i aktualny Mistrz Świata Seniorów** w Trójboju Siłowym Sprzętowym w kategorii do 74kg! Rekordzista Świata w Trójboju Siłowym Sprzętowym w tej kategorii wagowej – 908kg. Trzykrotny zwycięzca World Games (Światowe Igrzyska Sportowe rozgrywane co 4 lata zwane olimpiadą sportów nieolimpijskich). Zawodnik wpisany do galerii sław federacji światowej IPF – do której co roku wpisuje się tylko jednego zawodnika i jedną zawodniczkę.

Serdecznie zapraszamy więc wszystkich sympatyków Trójboju Siłowego na błonia Stadionu Narodowego, na stoisko PZKFITS w dniu 14.09.2019 w godzinach między 12.00 a 17.00.