

**REGULAMIN**  
**X MISTRZOSTW POLSKI DZIECI W FITNESS**  
**POD PATRONATEM PREZYDENTA MIASTA OSTROWCA ŚW.**  
Eliminacje do reprezentacji Polski na Mistrzostwa Świata  
**9-11.10.2020r.**  
**OSTROWIEC ŚWIĘTOKRZYSKI**

**1. PATRONAT:**

Prezydent Miasta Ostrowca Świętokrzyskiego Pan Jarosław Górczyński

**2. ORGANIZATORZY:**

- Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego
- Uczniowski Klub Sportowy „BLACK & WHITE”

**3. WPÓŁORGANIZATORZY:**

- MOSiR Ostrowiec Świętokrzyski
- MCK Ostrowiec Świętokrzyski

**4. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:**

X Mistrzostwa Polski Dzieci w Fitness odbędą się:

**9-11 października 2020 r.**

**W hali sportowo – widowiskowej MOSiR Ostrowiec Św.**

**27-400 Ostrowiec Św., ul. Świętokrzyska 11**

**5. PRZYJAZD:**

Uczestnicy **Mistrzostw Polski Dzieci w Fitness** przyjeżdżają w dniu 9 października (piątek) i zgłaszają się na weryfikację, która będzie prowadzona w godz. 16:00– 19:00 we wskazanym pomieszczeniu Hali Widowiskowo – Sportowej MOSiR, przy ul. Świętokrzyskiej 11.

**6. Zakwaterowanie i wyżywienie we własnym zakresie.**

**Oficjalny Hotel zawodów – HOTEL ACCADEMIA, Al. 3-go Maja 13, 27-400 Ostrowiec Św,**

**Tel.: +48 41 2654222, Tel. kom. 502 456 920**

**Na Hasło „Mistrzostwa Polski w Fitness” obowiązują specjalne ceny:**

<b>Rodzaj pokoju</b>	<b>Cena pokoju ze śniadaniem za dobę</b>
Pokój 2- osobowy standard	180 zł
Pokój 3- osobowy standard	220 zł
Pokój 1- osobowy ekonomiczny	100 zł
Pokój 2- osobowy ekonomiczny	145 zł

**7. ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia imienne startujących należy nadsyłać **do dnia 2 października 2020 r. (piątek)** wypełniając **FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY** zamieszczony na stronie internetowej **PZKFITS** pod poniższym adresem:



kategoria 9 lat	(2011)
kategoria 10 lat	(2010)
kategoria 11 lat	(2009)
kategoria 12 lat	(2008)
kategoria 13 lat	(2007)
kategoria 14 lat	(2006)
kategoria 15 lat	(2005)

#### **Fitness dzieci - chłopcy:**

kategoria do 12 lat	(–2008)
kategoria 13-15 lat	(2007– 2005)

**Eliminacje do Mistrzostw Europy:** wyniki zawodów będą podstawą do ustalenia składu reprezentacji Polski na Mistrzostwa Świata Dzieci (Cacak, Serbia, 23-26 października br.)

**Informacja dla trenerów i zawodników: scena ma wymiary: 16 x 6 m i będzie wyłożona matą o wymiarach 12 x 4 m.**

#### **10. NARADA TECHNICZNA**

Narada Techniczna dla sędziów i kierowników ekip odbędzie się w dniu 9 października (piątek) w tym samym miejscu, co weryfikacja, bezpośrednio po jej zakończeniu (ok. godz. 19:15).

#### **11. PROGRAM ZAWODÓW - MISTRZOSTWA POLSKI DZIECI W FITNESS**

**10 października 2020 r. (sobota) – hala zawodów i backstage czynny od 8:00**  
**Rozgrzewka przeprowadzana na backstag'u na macie o wymiarach 12m x 4m**  
**Początek zawodów - godz. 09:00**

#### **PÓŁFINAŁY**

Fitness Dzieci, **dziewczynki**

1. kategoria do 7 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
2. kategoria 8 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
3. kategoria do 7 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
4. kategoria 9 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
5. kategoria 8 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
6. kategoria 10 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
7. kategoria 9 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
8. kategoria 11 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
9. kategoria 10 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
10. kategoria 11 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym

#### **FINAŁY**

Fitness Dzieci, **dziewczynki** – 3 runda: program dowolny (90 sekund) – tylko 6 finalistek

14. kategoria do 7 lat
15. kategoria 8 lat
16. kategoria 9 lat
17. kategoria 10 lat
18. kategoria 11 lat

#### **BŁOK DEKORACJI:**

Wręczenie medali, dyplomów oraz nagród rzeczowych:

#### **Dziewczynki**

- kategoria do 7 lat
- kategoria 8 lat

- kategoria 9 lat
- kategoria 10 lat
- kategoria 11 lat

**11 października 2020 r. (niedziela) – hala zawodów i backstage czynny od 8:00**  
**Rozgrzewka przeprowadzana na backstag'u na macie o wymiarach 12m x 4m**  
**Początek zawodów - godz. 09:00**

### **PÓŁFINAŁY**

Fitness Dzieci, **dziewczynki** i chłopcy

1. kategoria 12 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
2. kategoria 13 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
3. kategoria 12 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
4. kategoria 14 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny
5. kategoria 13 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
- 6. kategoria 15 lat - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny**
7. kategoria 14 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
- 8. kategoria chłopcy OPEN - 1 runda: program dowolny (90 sekund), strój dowolny**
9. kategoria 15 lat - 2 runda: ocena sylwetki w czarnym kostiumie dwuczęściowym
- 10. kategoria chłopcy OPEN - 2 runda: ocena sylwetki w czarnych spodenkach**

### **FINAŁY**

Fitness Dzieci, **dziewczynki** i chłopcy – 3 runda: program dowolny (90 sekund) – tylko 6 finalistek (finalistów)

11. kategoria 12 lat
12. kategoria 13 lat
13. kategoria 14 lat
14. kategoria 15 lat
15. kategoria chłopcy OPEN

### **BLOK DEKORACJI:**

Wręczenie medali, dyplomów oraz nagród rzeczowych:

#### **Dziewczynki i chłopcy**

- kategoria 12 lat
- kategoria 13 lat
- kategoria 14 lat
- kategoria 15 lat
- kategoria chłopcy OPEN

**OSTATECZNY PROGRAM ZAWODÓW BĘDZIE ZATWIERDZONY PO WERYFIKACJI !!!**

### **12. NAGRODY:**

We wszystkich kategoriach zawodniczki/zawodnicy otrzymują:

- Za miejsca od I do III – medale: złoty, srebrny, brązowy
- Za miejsca od IV do .... – medale pamiątkowe Mistrzostw Polski
- Za miejsca od I do VI – puchary (statuetki)
- Za miejsca od I do VI – dyplomy

Trzy najlepsze drużyny otrzymują puchary oraz dyplomy.

### **13. PUNKTACJA DRYŻYNOWA:**

Do punktacji drużynowej wliczane są wyniki pięciu (5) najlepszych zawodniczek i jednego (1) zawodnika z danego klubu, według punktacji obowiązującej w IFBB.

#### **14. KOMISJA SĘDZIOWSKA**

Komisję Sędziowską powołuje PZKFITS. Wszystkie konkurencje będą rozgrywane zgodnie z przepisami PZKFITS (IFBB).

#### **15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Sprawy sporne wynikłe podczas zawodów i nie ujęte w niniejszym Regulaminie rozstrzyga Komisja Odwoławcza złożona z najwyższego rangą przedstawiciela PZKFITS, Sędziego Głównego i przedstawiciela Organizatora, po wpłaceniu wadium w wysokości 100 zł na rzecz Organizatora.

#### **16. INFORMACJE:**

Wszelkich informacji o zawodach udziela:

Z ramienia organizatora UKS „BLACK & WHITE” – Joanna Kępa tel. 509-422-332 lub Grzegorz Kępa 509-422-331

Z ramienia PZKFITS - biuro PZKFITS, 225500967, [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl)