

KOMUNIKAT 11/2020

SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI NA MISTRZOSTWA ŚWIATA Santa Susanna, 05-09.11.2020

Na podstawie wyników eliminacji do Mistrzostw Świata, rozegranych podczas Mistrzostw Wielkopolski w Grodzisku oraz MP Juniorów i Weteranów 2020, a także deklaracji zawodników, trener kadry zaproponował, a PZKFITS zatwierdził, następujący skład reprezentacji:

MISTRZOSTWA ŚWIATA W KULTURYSTYCE:

1. Kulturystyka klasyczna 171 cm:	Jakub Szuba	Drużyna A
2. Classic physique 180 cm:	Marcin Dziadczyk	Drużyna A
3. Classic physique 175cm:	Daniel Kunikowski	Drużyna B
4. Kulturystyka 80 kg:	Dawid Ziola	Drużyna A
5. Kulturystyka 85 kg:	Mariusz Bałaziński	Drużyna A + Masters
6. Kulturystyka 90 kg:	Paweł Żukowski	Drużyna B
7. Kulturystyka 95 kg:	Sebastian Szmyt	Drużyna B + Masters
8. Kulturystyka 100 kg:	Adrian Koniecznyński	Drużyna A
9. Kulturystyka 100 kg:	Tomasz Kornalewski	Drużyna B
10. Kulturystyka +100 kg:	Paweł Sawicki	Drużyna B
11. Fitness plażowe 173 cm:	Kamil Koźlik	Drużyna A
12. Fitness plażowe 179 cm:	Piotr Zieliński	Drużyna A
13. Fitness plażowe 182 cm:	Damian Dombrowski	Drużyna A

DRUŻYNA A uczestniczy na koszt PZKFITS.

DRUŻYNA B - na koszt własny.

MISTRZOSTWA ŚWIATA W FITNESS:

1. Bikini fitness 160 cm:	Patrycja Słaby	Drużyna A
2. Bikini fitness 160 cm:	Magdalena Orzech	Drużyna B
3. Bikini fitness 160 cm:	Ewa Menzel	Drużyna B
4. Bikini fitness 164 cm:	Anna Woźniakowska	Drużyna A
5. Bikini fitness 164 cm:	Katarzyna Oleśkiewicz-Szuba	Drużyna B
6. Bikini fitness 166 cm:	Joanna Tańska	Drużyna A
7. Bikini fitness 169 cm:	Wiktoria Gąsior	Drużyna A
8. Bikini fitness 169 cm:	Anna Wróblewska	Drużyna B
9. Bikini fitness 172 cm:	Natalia Machowicz	Drużyna B
10. Bikini fitness +172 cm:	Wiktoria Nnaka	Drużyna A
11. Wellness fitness 158 cm:	Dagmara Dominiczak	Drużyna A
12. Wellness fitness 163 cm:	Nikoletta Sularz	Drużyna A
13. Fitness atletyczne kobiet +163 cm:	Aleksandra Krzyworzeka	Drużyna A

DRUŻYNA A uczestniczy na koszt PZKFITS.

DRUŻYNA B - na koszt własny.

MISTRZOSTWA ŚWIATA WETERANÓW:

- | | |
|---|-----------------------------|
| 1. Bikini fitness wet. 35-39 lat, +164 cm: | Iwona Nowosielska |
| 2. Bodyfitness wet. >45 lat: | Małgorzata Piwko |
| 3. Bodyfitness wet. >45 lat: | Tatiana Zalas |
| 4. Fitness plażowe wet. >45 lat: | Radosław Siciun |
| 5. Kulturystyka wet. 40-44 lat, 90 kg: | Robert Kaczmarek |
| 6. Kulturystyka wet. 45-49 lat, 70 kg: | Rafał Birnbach |
| 7. Kulturystyka wet. 45-49 lat, 80 kg: | Andrzej Drabikowski |
| 8. Kulturystyka wet. 45-49 lat, +90 kg: | Sebastian Szmyt + senior |
| 9. Kulturystyka wet. 45-49 lat, +90 kg: | Jakub Potocki |
| 10. Kulturystyka wet. 45-49 lat, +90 kg: | Piotr Wierzchanowski |
| 11. Kulturystyka wet. 50-54 lata, 90 kg: | Mariusz Bałaziński + senior |
| 12. Kulturystyka klasyczna wet. 40-44 lata: | Rafał Jałowiecki |
| 13. Kulturystyka klasyczna wet. 40-44 lata: | Tomasz Laszko |
| 14. Classic physique wet. 40-44 lata: | Waldemar Biernacki |
| 15. Classic physique wet. 45-49 lat: | Tomasz Danielak |

Drużyna weteranów uczestniczy na koszt własny.

Wszyscy zawodnicy (Drużyny A i B oraz weterani), którzy nie mają aktualnej **Licencji IFBB** pokrywają koszt jej wykupienia / odnowienia (**35 EUR**).

Wszyscy muszą być przygotowani na **zwrotny depozyt hotelowy** w wysokości **100 EUR** (może być karta kredytowa). 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 bronzarów łatwo-ścieralnych. **Trzeba korzystać z samoopalaczy i innych metod trwale barwiących skórę.**

Drużyna A wylatuje 5 listopada 2020 r.

Zbiórka na lotnisku Chopina w Warszawie o godz. 3:40.

Szczegóły połączenia lotniczego:

KL 1362/1669 05NOV WAW-AMS-BCN 06:05 12:15

KL 1674/1369 09NOV BCN-AMS-WAW 17:25 23:25

KONTROLA ZDROWOTNA

Od 1 lipca wszyscy podróżni przybywający do Hiszpanii drogą powietrzną lub morską będą musieli poddać się kontroli zdrowotnej, która może obejmować mierzenie temperatury, sprawdzanie dokumentów oraz ocenę ogólną (wizualną) stanu zdrowia. Mierzenie temperatury będzie się odbywało w sposób rutynowy, poprzez kamery termowizyjne lub termometry bezkontaktowe. Za gorączkę będzie uznawana temperatura 37,5 °C oraz wyższa.

W przypadku stwierdzenia gorączki lub podejrzeń o wykazywanie objawów COVID-19, pasażer zostanie poddany kolejnej kontroli (powtórne mierzenie temperatury, badanie lekarskie). Jeśli podejrzania okażą się uzasadnione zostanie uruchomiony alert sanitarny (wg protokołów przygotowanych wspólnie przez władze centralne i regionalne), a pasażer zostanie skierowany do odpowiedniego centrum medycznego.

Wszyscy pasażerowie są również zobowiązani do wypełnienia **formularza sanitarnego** (dostępny na stronie www.spth.gob.es lub poprzez bezpłatną aplikację SPAIN TRAVEL HEALTH-SpTH). Formularz generuje kod QR, który należy okazać na granicy. Bieżące informacje o ograniczeniach w Hiszpanii na stronie: <https://www.gov.pl/web/dyplomacja/hiszpania>

ZAKWATEROWANIE

Oficjalnym miejscem zakwaterowania jest **Hotel Don Angel*****, ul. Carrer del Pla de la Torre 14, Santa Susanna, <https://www.hoteldonangel.com/en/index.php>.

MIEJSCE ZAWODÓW

Dobrze znana z wielu imprez hala PARC COLOMER SPORTS CENTRE, SANTA SUSANNA.

<http://stasusanna-barcelona.uk/activities/santa-susanna-meetings/unique-venues/sport-centre/>

WERYFIKACJA:

Weryfikacja będzie prowadzona w czwartek, 05 listopada, w godz. 10:00 – 20:00 w Hotelu Don Angel. Indywidualna weryfikacja jest niemożliwa. Zbiórka wszystkich naszych startujących o godz. 16:00 przed hotelem.

Trzeba mieć ze sobą **dokument tożsamości z datą urodzenia, Licencję IFBB** opłaconą na 2020 rok (lub przygotowane 35 EUR w gotówce). Jeśli ktoś płacił internetowo przez stronę IFBB, trzeba mieć przy sobie potwierdzenie wpłaty. Obowiązuje **strój startowy**, kobiety przynoszą ze sobą obuwie startowe. Każdy dostanie **opaskę na nadgarstek** jako wejściówkę na zawody, nie należy jej usuwać. Dopłacając 100 EUR można wystartować w dodatkowej kategorii. **Nagranie** do programu dowolnego tylko na płycie CD (podpisać).

TEAM MANAGERS & JUDGES MEETING

Rozpocznie się po weryfikacji, o **godz. 18:00 (obecność obowiązkowa)**. Polskiej drużynie przysługują **3 Green Cards** (wejściówki na backstage), które będą tam przydzielane.

KONTROLA ANTYDOPINGOWA:

Mistrzostwa Świata 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:

<https://www.antydoping.pl/en/prohibited-list/>

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

<https://www.antydoping.pl/en/therapeutic-use-exemptions/>

WALUTA:

Oficjalną walutą w Hiszpanii jest Euro (EUR).

1,00 EUR = 4,54 PLN (18.10.2020)

KLIMAT:

Średnia dzienna temperatura w listopadzie w Santa Susanna waha się między 17 a 22°C. Można spodziewać się deszczu.

SIEĆ ELEKTRYCZNA:

220 V, 50 Hz, wtyczki takie jak w Polsce.

STREFA CZASOWA:

Czas środkowoeuropejski UTC + 1 (jak w Polsce). Będzie to już czas zimowy.

PROGRAM ZAWODÓW

Czwartek, 05.11.2020

09:00 - 20:00 Official arrival day, official athlete registration

18:00 Team Managers & Judges Meeting

18:00 IFBB International Congress

19:00 – 22:00 Dinner

Piątek, 06.11.2020

07:30 – 10:30 Breakfast

09:00 - 20:00 Prejudging and Finals – Part 1

19:00 – 22:00 Dinner

Sobota, 07.11.2020

07:30 – 10:30 Breakfast

09:00 - 20:00 Prejudging and Finals – Part 2

19:00 – 22:00 Dinner

Niedziela, 08.11.2020

07:30 – 10:30 Breakfast

09:00 - 20:00 Prejudging and Finals – Part 3

19:00 – 22:00 Dinner

Poniedziałek, 09.11.2020

07:30 - 10:30 Breakfast

Do 12:00 wykwaterowanie i wyjazd na lotnisko w Barcelonie

PROGRAM NA KAŻDY DZIEŃ

FRIDAY NOVEMBER 6th, 2020

09:00 – ONE CONTINUOUS SESSION

- MASTER MEN CLASSIC BODYBUILDING 40-44 YEARS [OPEN](#)
- MASTER MEN CLASSIC BODYBUILDING 45-49 YEARS [OPEN](#)
- MASTER MEN CLASSIC BODYBUILDING +50 YEARS [OPEN](#)
- MASTER GAMES CLASSIC BODYBUILDING 40-44 YERS [OPEN](#)
- MASTER GAMES CLASSIC BODYBUILDING 45 YEARS & OVER [OPEN](#)

MASTER MEN CLASSIC BODYBUILDING VICTORY [CEREMONY + OVERALL](#)
MASTER GAMES CLASSIC BODYBUILDING [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)

- MEN CLASSIC BODYBUILDING 168 CM
- MEN CLASSIC BODYBUILDING 171 CM
- MEN CLASSIC BODYBUILDING 175 CM
- MEN CLASSIC BODYBUILDING 180 CM
- MEN CLASSIC BODYBUILDING + 180 CM
- GAMES CLASSIC BODYBUILDING 175 CM
- GAMES CLASSIC BODYBUILDING +175 CM

MEN CLASSIC BODYBUILDING [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)
GAMES CLASSIC BODYBUILDING VICTORY CEREMONY + OVERALL

- MASTER MEN BODYBUILDING 40-44: 70 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 40-44: 80 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 40-44: 90 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 40-44: +90 KG

MASTER MEN BODYBUILDING 40-44 VICTORY CEREMONY

- MASTER MEN BODYBUILDING 45-49: 70 KG

- MASTER MEN BODYBUILDING 45-49: 80 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 45-49: 90 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 45-49: +90 KG

MASTER MEN BODYBUILDING 45-49 YEARS VICTORY CEREMONY

- MEN WHEELCHAIR BODYBUILDING
- MASTER MEN BODYBUILDING 50-54: 80 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 50-54: +80 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 55-59 YEARS: 75 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 55-59 YEARS: +75 KG
- MASTER MEN BODYBUILDING 60 YEARS & OVER

MEN WHEELCHAIR BODYBUILDING VICTORY CEREMONY

MASTER MEN BODYBUILDING 50-54, 55-59, +60 YEARS VICTORY CEREMONY

MASTER MEN BODYBUILDING OVERALL (ALL CATEGORIES)

SATURDAY, NOVEMBER 7th, 2020

09:00 – ONE CONTINUOUS SESSION

- WOMEN ARTISTIC FITNESS OPEN SEMIFINALS
- MASTER MEN'S PHYSIQUE 40-44 YEARS
- MASTER MEN'S PHYSIQUE 45-49 YEARS
- MASTER MEN'S PHYSIQUE 50 YEARS & OVER

MASTER MEN'S PHYSIQUE VICTORY CEREMONY + OVERALL

- MASTER WOMEN WELLNESS FITNESS 35-39 YEARS
- MASTER WOMEN WELLNESS FITNESS 40-44 YEARS

- MASTER WOMEN WELLNESS FITNESS 45 YEARS & OVER
- MASTER WOMEN BODYFITNESS 35-39 YEARS
- MASTER WOMEN BODYFITNESS 40-44 YEARS
- MASTER WOMEN BODYFITNESS 45 YEARS & OVER
- WOMEN ARTISTIC FITNESS OPEN FINALS

MASTER WOMEN WELLNESS [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)
MASTER WOMEN BODYFITNESS [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)
WOMEN ARTISTIC FITNESS VICTORY CEREMONY

- MEN PHYSIQUE 170 CM
- MEN PHYSIQUE 173 CM
- MEN PHYSIQUE 176 CM
- MEN PHYSIQUE 179 CM
- MEN PHYSIQUE 182 CM
- MEN PHYSIQUE +182 CM

MEN PHYSIQUE VICTORY [CEREMONY + OVERALL](#)

[MEN BODYBUILDING 65 KG](#)

- MEN BODYBUILDING 70 KG
- MEN BODYBUILDING 75 KG
- MEN BODYBUILDING 80 KG
- MEN BODYBUILDING 85 KG

[MEN BODYBUILDING 65-85 KG VICTORY CEREMONY](#)

- MEN BODYBUILDING 90 KG
- MEN BODYBUILDING 95 KG
- MEN BODYBUILDING 100 KG
- MEN BODYBUILDING +100 KG

MEN BODYBUILDING 90- +100 KG VICTORY CEREMONY + OVERALL

- MASTER WOMEN PHYSIQUE [OPEN](#)
- WOMEN BODYFITNESS 158 CM
- WOMEN BODYFITNESS 163 CM
- WOMEN BODYFITNESS 168 CM
- WOMEN BODYFITNESS +168 CM

MASTER WOMEN PHYSIQUE VICTORY CEREMONY WOMEN BODYFITNESS [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)

- MIXED PAIRS
- WOMEN PHYSIQUE 163 CM
- WOMEN PHYSIQUE +163 CM

MIXED PAIRS VICTORY CEREMONY WOMEN PHYSIQUE [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)

SUNDAY, NOVEMBER 8th, 2020

[09:00](#) – ONE CONTINUOUS SESSION

- WOMEN FITNESS 163 CM SEMIFINALS
- WOMEN FITNESS +163 CM SEMIFINALS
- MEN FITNESS OPEN SEMIFINALS
- MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE OPEN
- MASTER MEN CLASSIC PHYSIQUE 40-44 YEARS OPEN
- MASTER MEN CLASSIC PHYSIQUE 45-49 YEARS OPEN
- MASTER MEN CLASSIC PHYSIQUE 50 YEARS & OVER
- WOMEN FITNESS 163 CM FINALS
- WOMEN FITNESS +163 CM FINALS

- MEN FITNESS OPEN FINALS

WOMEN FITNESS VICTORY CEREMONY + OVERALL

MEN FITNESS VICTORY CEREMONY

MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE VICTORY CEREMONY

MASTER MEN CLASSIC PHYSIQUE VICTORY CEREMONY + OVERALL

- MASTER WOMEN BIKINI FITNESS 35-39 YEARS, 164 CM

- MASTER WOMEN BIKINI FITNESS 35-39 YEARS, +164 CM

- MASTER WOMEN BIKINI FITNESS 40-44 YEARS, OPEN

- MASTER WOMEN BIKINI FITNESS 45 YEARS & OVER, OPEN

MASTER WOMEN BIKINI FITNESS [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)

- MEN CLASSIC PHYSIQUE 168 CM

- MEN CLASSIC PHYSIQUE 171 CM

- MEN CLASSIC PHYSIQUE 175 CM

- MEN CLASSIC PHYSIQUE 180 CM

- MEN CLASSIC PHYSIQUE +180 CM

MEN CLASSIC PHYSIQUE [VICTORY CEREMONY + OVERALL](#)

- WOMEN BIKINI FITNESS 158 CM

- WOMEN BIKINI FITNESS 160 CM

- WOMEN BIKINI FITNESS 162 CM

- WOMEN BIKINI FITNESS 164 CM

[WOMEN BIKINI FITNESS 158-164 CM VICTORY CEREMONY](#)

- WOMEN BIKINI FITNESS 166 CM

- WOMEN BIKINI FITNESS 169 CM
- WOMEN BIKINI FITNESS 172 CM
- WOMEN BIKINI FITNESS +172 CM

WOMEN BIKINI FITNESS 166- +172 CM VICTORY CEREMONY + OVERALL

- WOMEN WELLNESS FITNESS 158 CM
- WOMEN WELLNESS FITNESS 163 CM
- WOMEN WELLNESS FITNESS 168 CM
- WOMEN WELLNESS FITNESS +168 CM

WOMEN WELLNESS FITNESS VICTORY CEREMONY + OVERALL

WORLD BODYBUILDING CHAMPIONSHIPS – THE BEST TEAMS AWARDS
WORLD FITNESS CHAMPIONSHIPS – THE BEST TEAMS AWARDS

WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS – THE BEST TEAMS AWARDS
WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS – THE BEST TEAMS AWARDS WOMEN
BIKINI FITNESS OVERALL AWARDING CEREMONY