

**KOMUNIKAT 7/2023**

**REPREZENTACJA POLSKI**  
**NA MISTRZOSTWA ŚWIATA DZIECI**  
**Cacak, 16-19.06.2023**  
**ZGŁOSZENIA**

Na podstawie zgłoszeń nadesłanych przez kluby, PZKFITS przedstawia proponowany skład reprezentacji Polski na MŚ Dzieci w Fitness.

	Official Delegate(s) present at this event	Cell phone	PASSPORT NR
1	Anna Simsak Godula		
2	Maja Orłowska		
-Save this form on your computer and fill in the names and categories. Please leave it in the WORD format, so we can copy/paste the athletes' names on our list. <b>Please DO NOT change it to PDF format</b>			
	Competitors 1 <b>Given</b> NAME + 1 <b>Family</b> NAME	<b>CATEGORY</b> <i>(from the list of available categories below)</i>	
1	Nadia Kania	Girls up to 7 yrs	Lady Fitness
2	Antonina Kuźniar	Girls up to 8 yrs	Lady Fitness
3	Izabela Zawada	Girls up to 8 yrs	Lady Fitness
4	Martyna Stokłosa	Girls up to 8 yrs	Lady Fitness
5	Kornelia Motyl	Girls up to 8 yrs	Top Toys
6	Maja Kosterska	Girls up to 8 yrs	Top Toys
7	Barbara Kamińska	Girls up to 8 yrs	Top Toys
8	Julia Cewuch	Girls up to 9 yrs	Top Toys
9	Oliwia Słowińska	Girls up to 9 yrs	Perfect
10	Kamila Pustelnik	Girls up to 10 yrs	Lady Fitness
11	Milena Wasiuta	Girls up to 10 yrs	Top Toys
12	Julia Pierzyna	Girls up to 10 yrs	Top Toys
13	Blanka Lach	Girls up to 11 yrs	Black & White
14	Kateryna Kubatko	Girls up to 11 yrs	Lady Fitness
15	Lena Laton	Girls up to 11 yrs	Lady Fitness
16	Natalia Kubacka	Girls up to 11 yrs	Lady Fitness
17	Kinga Bednarska	Girls up to 11 yrs	Perfect
18	Zuzanna Kiszka	Girls up to 12 yrs	Lady Fitness
19	Martyna Duda	Girls up to 12 yrs	Perfect
20	Wiktoria Sobiesiak	Girls up to 12 yrs	Perfect

21	Nadia Lanczak	Girls up to 12 yrs	Perfect
22	Julia Predko	Girls up to 12 yrs	Top Toys
23	Anna Weklar	Girls up to 13 yrs	Lady Fitness
24	Julia Matera	Girls up to 13 yrs	Perfect
25	Aleksandra Ćwirko	Girls up to 13 yrs	Perfect
26	Zofia Sytnik	Girls up to 13 yrs	Perfect
27	Laura Kulińska	Girls up to 13 yrs	Top Toys
28	Julia Wyroba	Girls up to 14 yrs	Lady Fitness
29	Julia Gołąb	Girls up to 14 yrs	Perfect
30	Blanka Walczyk	Girls up to 14 yrs	Black & White
31	Iga Pasterczyk	Girls up to 14 yrs	Black & White
32	Julia Nowak	Girls up to 15 yrs	Perfect
33	Zuzanna Jarecka	Girls up to 15 yrs	Black & White
34	Roksana Janda	Girls up to 15 yrs	Black & White
35	Kornelia Żbik	Girls up to 15 yrs	Top Toys
36	Filip Borowski	Boys up to 15 yrs	Black & White
<b>FITNESS CHALLENGE</b>			
1	Nadia Kania	Fitness Challenge girls 6-10 yrs	Lady Fitness
2	Antonina Kuźniar	Fitness Challenge girls 6-10 yrs	Lady Fitness
3	Izabela Zawada	Fitness Challenge girls 6-10 yrs	Lady Fitness
4	Martyna Stokłosa	Fitness Challenge girls 6-10 yrs	Lady Fitness
5	Kamila Pustelnik	Fitness Challenge girls 6-10 yrs	Lady Fitness
6	Kateryna Kubatko	Fitness Challenge girls 11-13 yrs	Lady Fitness
7	Zuzanna Kiszka	Fitness Challenge girls 11-13 yrs	Lady Fitness
8	Anna Węklar	Fitness Challenge girls 11-13 yrs	Lady Fitness
9	Julia Wyroba	Fitness Challenge girls 14-15 yrs	Lady Fitness

### OSOBY TOWARZYSZĄCE:

	Extra Delegates or Supporters	If a Judge please V		Extra Delegates or Supporters	If Judge please V
1	Jolanta Kania		10	Joanna Matera	
2	Barbara Kuźniar		11	Aneta Słowińska	
3	Małgorzata Zawada		12	Anna Bednarska	
4	Dominika Stokłosa		13	Maciej Małuch	
5	Katarzyna Pustelnik		14	Tadeusz Korzeniewski	




Prosimy o podanie wymaganych informacji do wtorku, 31.05.2023, do godz. 12:00.

Zarząd PZKFITS  
29.05.2023

**Uwagi:**

**Drużyna jadzie na koszt własny.** Organizacja transportu we własnym zakresie. Organizator oferuje transport z lotniska w Belgradzie (Nikola Tesla Airport) do hotelu i z powrotem za 80 EUR od osoby. Oficjalnym dniem przyjazdu jest piątek, 16.06.2023, a wyjazdu – poniedziałek, 19.06.2023. Tylko w te dni będzie dostępny oficjalny transport. Przejazd na trasie 120 km nową autostradą trwa około 1 godziny.

**Wpisowe** dla zawodniczek/ów i oficjalnych delegatów (2 osoby) wynosi **200 EUR** od osoby (zakwaterowanie w pokoju 2-osobowym), płatne na miejscu gotówką. W tym jest zakwaterowanie (3 doby), wyżywienie (3 posiłki dziennie), wejściówki na halę, bankiet, transport lokalny (hotel-hala-hotel). Liczba startujących jest nielimitowana.

**Osoby towarzyszące** płacą za pakiet pobytowy **250 EUR** i mają takie same świadczenia jak delegaci. Płatne gotówką na weryfikacji.

Nie ma zwrotu lub podziału tej kwoty w przypadku korzystania z innego noclegu. Osoby towarzyszące mogą zakupić pakiet częściowy (bilety na zawody i bankiet, transport lokalny) za **150 EUR**.

Nie ma opłaty depozytu hotelowego. Za wszelkie szkody ponosi odpowiedzialność kierownictwo ekipy.

**Weryfikacja startujących** odbywa się w piątek, 16.06.2023, w godz. 12:00 – 17:00 w hotelu „Kole”, Preljina, Čačak [hotelkole@moravacacak.com](mailto:hotelkole@moravacacak.com)  
Wszyscy muszą posiadać Paszporty lub DO. Nagrania muzyki do programu tylko na płytach CD (90 s). Teksty utworów nie mogą zawierać wulgaryzmów ani nie mogą być obraźliwe i agresywne. Każdy uczestnik dostanie opaskę na nadgarstek, którą trzeba nosić przez cały czas trwania Mistrzostw.

**Uwaga:** strój do programu dowolnego dziewczynek musi zakrywać brzuch. Plecy mogą być odkryte.

Zawody będą rozgrywane w **hali zakładów "Zračak"**, ul. Nušičeva 24, Čačak.

### **Kategorie:**

#### **FITNESS BOYS:**

- Class A: age up to & incl. 7 years
- Class B: 8 – 9 years of age
- Class C: 10 – 11 years of age
- Class D: 12 – 13 years of age
- Class E: 14 – 15 years of age

#### **FITNESS GIRLS:**

- Class A: age up to & incl. 7 years
- Class B: 8 years of age
- Class C: 9 years of age
- Class D: 10 years of age
- Class E: 11 years of age
- Class F: 12 years of age
- Class G: 13 years of age
- Class H: 14 years of age
- Class I: 15 years of age

Decyduje rocznik, w którym dana osoba kończy lata dla danej kategorii.

Od tego roku wprowadza się nową konkurencję: **Fitness Challenge Dzieci**. Składa się ona z obwodu zawierającego 6 stanowisk, na których dziecko próbuje wykonać jak największą liczbę powtórzeń w ciągu 1 minuty. Te 6 ćwiczeń to:

1<sup>st</sup> station: HALF-SQUATS WITH HANDS STRAIGHT FORWARD

2<sup>nd</sup> station: PUSH-UPS AT 45° ANGLE

3<sup>rd</sup> station: BURPEES

4<sup>th</sup> station: SIT-UPS WITH BODYWEIGHT

5<sup>th</sup> station: SIDE JUMPS OVER ROPE

6<sup>th</sup> station: REGULAR PLANK

Szczegółowe informacje na stronie:

<https://ifbb.com/wp-content/uploads/2022/06/IFBB-Childrens-Fitness-Challenge-rules-2.pdf>

Kategorie wiekowe w tej konkurencji (chłopcy i dziewczynki):

6-10 lat

11-13 lat

14-15 lat

**Parada drużyn:** w paradzie musi uczestniczyć jeden delegat (w oficjalnym stroju IFBB) oraz jedna zawodniczka (w stroju do programu dowolnego).

**Narada Techniczna:** rozpocznie się o 17:30 w piątek w hotelu. Obecność delegatów i sędziów obowiązkowa. Na tej naradzie rozdawane są wejściówki na backstage. Drużyny 5-osobowe lub większe otrzymują 3 wejściówki, drużyny mniejsze – 2 wejściówki.

Mistrzostwa rozgrywane zgodnie z zasadami obowiązującymi dla zawodów dwudniowych (półfinały w sobotę, finały w niedzielę).

#### **PROGRAM ZAWODÓW:**

##### **Piątek, 16 czerwca:**

12:00-17:00 – Weryfikacja zawodników

17:30-18:00 – Narada Techniczna (obecność delegatów obowiązkowa)

20:00-22:00 – Kolacja

##### **Sobota, 17 czerwca:**

07:00-09:00 – Śniadanie

10:00-14:00 – Półfinały – część 1

14:00-15:00 – Obiad (na hali)

15:00-?? – Półfinały – część 2

20:00-22:00 – Kolacja

##### **Niedziela, 18 czerwca:**

07:00-09:00 – Śniadanie

10:00-14:00 – Finały – część 1

14:00-15:00 – Obiad (na hali)

15:00 – Oficjalne otwarcie Mistrzostw i finały – część 2

20:00-22:00 – Bankiet pożegnalny

**Poniedziałek, 19 czerwca:**

07:00-09:00 – Śniadanie

Do 12:00 – Wykwaterowanie z hotelu