

PZKFITS na błoniach Stadionu Narodowego podczas Narodowego Dnia Sportu 17.09.2023

**POLSKI ZWIĄZEK KULTURYSTYKI,
FITNESS
i TRÓJBOJU SIŁOWEGO**



Już po raz czwarty mieliśmy przyjemność promować nasz Związek oraz dyscyplinę sportową jaką jest Trójbój Siłowy oraz Wyciskanie Leżąc, podczas Narodowego Dnia Sportu w Warszawie. Z tego miejsca chcielibyśmy bardzo podziękować osobom oraz klubom sportowym, które pojawiły się na tegorocznej edycji. Polski Związek Kulturystyki Fitness i Trójboju Siłowego przy pomocy TKKF Herkules Warszawa oraz AZS Politechnika Warszawska, przygotował sporą rzeszę atrakcji, aby wszystkim uczestnikom umilić ten wspaniały dzień kolejny i nie ostatni raz.

Przygotowania trwały już od wczesnego niedzielnego poranka, gdzie w pocie czoła działacze przygotowywali atrakcje oraz stanowiska zarówno dla siebie, jak i dla młodych oraz tych starszych



uczestników wydarzenia.

Przygotowane zostały 3 stanowiska, na których podczas całego trwania wydarzenia rozgrywane były następujące atrakcje:

- Zawody wyciskania wielokrotnego
- Pokazy wyciskania sztangi leżąc w parach
- Pokaz treningu przysiadów, wyciskania leżąc oraz martwego ciągu
- Pokazy wyciskania w specjalistycznej koszulce
- Pokaz wykonywania przysiadu w specjalistycznych bandażach
- Ławka do wyciskania przystosowana dla najmłodszych uczestników ze sztangą 15kg, pełnowymiarowymi krążkami ważącymi 5kg, 2,5kg, 1,25kg oraz podstawkami pod nogi.



Jest nam niezmiernie miło, że z roku na rok nasze stoisko jest coraz bardziej rozchwytywane przez uczestników Narodowego Dnia Sportu i od momentu otwarcia bramek wejściowych do samego końca imprezy nasze stanowiska nigdy nie są puste. Jest to znak, że nasze dyscypliny sportowe mają duże zainteresowanie wśród młodzieży oraz osób dorosłych oraz z biegiem lat stają się coraz bardziej rozpoznawalne i medialne. Warto wspomnieć, że mamy już stałych bywalców, którzy co roku odwiedzają nas oraz pobijają swoje rekordy życiowe w wyciskaniu na ławce.





Całe wydarzenie przyciągnęło dziesiątki, jak nie setki przyszłych potencjalnych zawodników naszych dyscyplin sportowych. Bardzo serdecznie gratulujemy wszystkich przełamania swoich barier oraz pobicia kolejnych życiowych rekordów. Dziękujemy organizatorom wydarzenia, którzy udostępniają nam miejsce oraz dają możliwość pokazania, że nasze dyscypliny to sport dla wszystkich.

Autorem tekstu jest Maciej Zastawny i Grzegorz Nocek.

Autorem zdjęć Natalia Wójtowicz oraz Jakub Rasato

