

**PUCHARU POLSKI  
W KULTURYSTYCE I FITNESS**  
**Eliminacje do Mistrzostw Świata w Kulturystyce**  
**Pucharu Świata Mężczyzn w Fit-Model**  
**17 i 19 października 2025**  
**Grodzisk Wielkopolski**

**REGULAMIN**

**1. HONOROWY PATRONAT**

- Burmistrz Grodziska Wielkopolskiego Pan Piotr Hojan

**2. ORGANIZATORZY**

- Klub Sandow-Śrem  
- Klub Behapowiec GYM  
- Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego

**3. PARTNERZY**

- BEHAPOWIEC GYM  
- KLUB SANDOW-ŚREM  
- KLUB SPORTOWY SANDOW ŚREM  
- HOTEL REŚLIŃSKI\*\*\*

**4. TERMIN I MIEJSCE**

Puchar Polski w Kulturystyce i Fitness odbędzie się w Grodziskiej Hali Sportowej przy ul. Żwirki i Wigury 2A, w dniach 17 **października** (weryfikacja), 19 **października 2025 r** (zawody).

**5. UCZESTNICTWO, OPŁATY**

**W Pucharze Polski** mogą brać udział reprezentanci klubów sportowych i stowarzyszeń kultury fizycznej zrzeszonych w PZKFITS oraz zawodnicy niezrzeszeni.

**UWAGA!** Zawodnicy spoza niezrzeszeni mogą startować w zawodach na ogólnych zasadach po uprzednim opłaceniu jednorazowej licencji i opłaty startowej.

Licencja uprawniająca do jednorazowego udziału w zawodach wynosi 200 zł.

Kwotę z dokładnym wyszczególnieniem (w polu: temat / tytułem) imienia i nazwiska zawodnika i dopiskiem z podaniem kodu LJ Grodzisk należy wpłacać do dnia 14.10.2025 r na konto

PZKFITS:

Bank PKO SA, nr 08 1240 6250 1111 0000 4591 7718

.....  
Informacji w tej sprawie udziela Biuro Związku (tel. **573 553 898**).

**Każdy Klub** biorący udział w rywalizacji musi mieć opłaconą **składkę członkowską PZKFITS na 2025 rok**. Każdy startujący, zrzeszony w PZKFITS, musi mieć opłaconą **Licencję PZKFITS na 2025 rok**. **Licencję zawodnika PZKFITS może opłacić wyłącznie klub. Wpłaty indywidualne nie będą rejestrowane.**

Wymagane opłaty na rzecz PZKFITS należy wносить na konto PZKFITS:

**BANK PEKAO SA, Nr 08 1240 6250 1111 0000 4591 7718**

z podaniem nazwy klubu, imienia i nazwiska zawodnika, za którego wnoszona jest opłata, ewentualnie w Biurze PZKFITS, ul. Jana III Sobieskiego 45, lok 402, 02-930 Warszawa. (e-mail: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl), tel. **573 553 898**)

Wysokość opłat podana jest w KOMUNIKACIE FINANSOWO-ORGANIZACYJNYM PZKFITS na 2025 r, dostępnym na stronie internetowej pzkfits.pl w zakładce „Komunikaty”.

<https://www.pzkfits.pl/wp-content/uploads/2025/01/KFO-2025.pdf>

**Dla zawodników zrzeszonych w PZKFITS obowiązuje wpisowe w wysokości 300 zł od zawodniczki/zawodnika za kategorię podstawową oraz 150 zł za każdą z ewentualnych dodatkowych kategorii.**

Kwotę z dokładnym wyszczególnieniem (w polu: temat / tytułem) **imienia i nazwiska** zawodnika i dopiskiem z podaniem kodu **PP2025 należy wpłacać do dnia 14.10.2025 r** na konto PZKFITS: Bank PKO SA, nr 08 1240 6250 1111 0000 4591 7718 .

**Opłata wnoszona po 14.10.2025 lub bezpośrednio przed zawodami (w dniu weryfikacji) wynosi 400 zł.**

**Zawodnicy spoza PZKFITS płacą wpisowe w wysokości 300 zł od zawodniczki/zawodnika za kategorię podstawową oraz 150 zł za każdą z ewentualnych dodatkowych kategorii.**

#### **Dublowanie kategorii:**

Zgodnie z najnowszymi przepisami IFBB, możliwy jest jednoczesny start zawodnika w następujących kategoriach:

- kulturystyka klasyczna – classic physique – kulturystyka
- fitness mężczyzn – fitness plażowe mężczyzn – fit-model mężczyzn
- fitness akrobatyczne kobiet – fitness sylwetkowe kobiet
- fitness artystyczne kobiet – bikini kobiet – fit-model kobiet
- wellness kobiet – fit-model kobiet

Pozostali zawodnicy mogą wystąpić tylko w jednej konkurencji.

**Pary mieszane** są dostępne dla zawodników reprezentujących kulturystykę klasyczną, classic physique i kulturystykę oraz dla zawodniczek fitness atletycznego. Zawodniczki fitness sylwetkowego oraz fitness akrobatycznego także mogą w nich startować, ale muszą mieć świadomość, że ich sylwetki będą oceniane według kryteriów obowiązujących w fitness atletycznym kobiet.

**Pary fitness** są dostępne dla zawodników fitness plażowego oraz zawodniczek bikini.

**Wpisowe nie podlega zwrotowi** w przypadku:

- negatywnej weryfikacji,
- rezygnacji zawodnika ze startu po weryfikacji,
- spóźnienia się zawodnika na start swojej kategorii.

## **6. ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia imienne startujących (zrzeszonych w PZKFITS jak i tych spoza PZKFITS) należy nadsyłać **do dnia 14 października 2025 r.** wypełniając **FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY** zamieszczony na stronie internetowej **PZKFITS** pod poniższym adresem:

<https://www.pzkfits.pl/rejestracja/2025-pp-kif/110/>

Formularz nie zawierający pełnych informacji o zawodniku nie zostanie przyjęty.

W zgłoszeniu każda zawodniczka lub zawodnik musi podać:

- ☐ imię i nazwisko
- ☐ klub/stowarzyszenie zrzeszone w PZKFITS, w którego barwach startuje, brak zrzeszenia lub inną organizację.
- ☐ dokładną datę urodzenia
- ☐ kategorię, w której zamierza startować

- ☐ adres e-mail
- ☐ numer telefonu
- ☐ zgodę na przetwarzanie danych osobowych
- ☐ czy posiada Licencję IFBB (niebieska książeczka) i czy jest ona opłacona na 2025 rok?

## 7. PRZYJAZD

Uczestnicy Pucharu Polski przyjeżdżają **w dniu 17 października 2025 r. (piątek)** i zgłaszają się do Biura Zawodów, które będzie czynne w godz. **17:00-19:00** w **Grodziskiej Hali Sportowej** przy ul. **Żwirki i Wigury 2A**.

Organizator zarezerwował noclegi dla sędziów i przedstawicieli PZKFITS w Hotelu Reśliński\*\*\*, ul. Nowa 27, 62-065 Grodzisk Wielkopolski. Tel: **662 069 704**

### UWAGA!

Uczestnicy sami rezerwują sobie noclegi w hotelach.

## 8. WERYFIKACJA ZAWODNIKÓW

Weryfikacja uczestników zawodów odbędzie się **17 października 2025 r. (piątek)** w godz. **17:00 - 19:00** w Grodziskiej Hali Sportowej przy ul. Żwirki i Wigury 2A.

**Prawo wejścia na weryfikację posiadają tylko zawodnicy startujący w zawodach oraz kierownicy ekip.**

Kierownicy ekip powinni sprawdzić przed wyjazdem na zawody, czy ich zawodnicy prezentują odpowiednią formę startową i czy są właściwie przygotowani do zawodów od strony estetycznej. Komisja Sędziowska może w trakcie weryfikacji nie dopuścić do startu zawodnika nieprzygotowanego do występu lub niebędącego w odpowiedniej formie startowej.

**Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność. Zobowiązani są posiadać:**

- **Dokument tożsamości ze zdjęciem, zawierający dokładną datę urodzenia,**
- **Potwierdzenie dokonania opłaty licencyjnej zawodnika PZKFITS na 2025 rok lub licencji jednorazowej oraz opłat startowych.**

- Zawodnicy zgłaszający się do zawodów oświadczają, że posiadają zaświadczenia lekarskie zezwalające na współzawodnictwo sportowe zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 22 lipca 2016 r. (tekst jednolity ogłoszony obwieszczeniem Ministra Zdrowia z dnia 7 maja 2020 r. poz. 812). Zawodnicy uczestniczący w rywalizacji powinni posiadać ubezpieczenie NNW.

Zawodnicy niepełnoletni zobowiązani są przedstawić zgodę rodziców na start w zawodach.

Zawodnicy zobowiązani są posiadać ze sobą **stroje startowe do wszystkich rund oraz płytę CD lub nośnik USB z nagraniem do programu dowolnego (kulturystyka klasyczna, classic physique, kulturystyka mężczyzn, fitness atletyczne kobiety – 60 sekund; fitness akrobatyczne kobiety, fitness artystyczne kobiety, fitness mężczyzn, pary mieszane – 90 sekund).**

W przypadku nagrania na płycie CD, należy posiadać także rezerwowe nagranie. W przypadku złego stanu technicznego nagrania organizator zastrzega sobie prawo zastosowania własnego podkładu muzycznego.

**Narada techniczna** sędziów i kierowników ekip odbędzie się bezpośrednio po zakończeniu weryfikacji, około **godz. 19:15**, na której ogłoszony zostaje ostateczny program zawodów oraz wydanie identyfikatorów dla trenerów.

## 9. KATEGORIE

|                                 |      |
|---------------------------------|------|
| Kulturystyka mężczyzn:          | open |
| Kulturystyka klasyczna mężczyzn | open |
| Classic physique mężczyzn       | open |

|                                     |                                       |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Fitness mężczyzn                    | open                                  |
| Fitness plażowe mężczyzn            | 178 cm, +178 cm > <b>SUPERFINAŁ</b>   |
| Fitness plażowe atletyczne mężczyzn | open                                  |
| Fitness atletyczne kobiet           | open                                  |
| Fitness sylwetkowe kobiet           | open                                  |
| Bikini kobiet                       | 164 cm, +164 cm > <b>SUPERFINAŁ</b>   |
| Wellness kobiet                     | do 163cm + 163 cm > <b>SUPERFINAŁ</b> |
| Fitness akrobatyczne kobiet         | open                                  |
| Fitness artystyczne kobiet          | open                                  |
| Fit-model kobiet                    | open                                  |
| Fit-model mężczyzn                  | open                                  |
| Pary mieszane                       | open                                  |
| Pary fitness                        | open                                  |

## 10. ELIMINACJE DO MISTRZOSTW ŚWIATA

**ELIMINACJE do reprezentacji Polski na Mistrzostwa Świata Mężczyzn, Khobar, Arabia Saudyjska, 27.11- 01.12. 2025**

Tegoroczne Mistrzostwa Świata Mężczyzn obejmują także **kategorie juniorów i weteranów**, którzy swoje eliminacje do reprezentacji Polski na MŚ będą mieli na Mistrzostwach Polski Juniorów i Weteranów w Gorzowie Wielkopolskim, 24-26.10.2025.

**Eliminacje na Mistrzostwa Świata w Kulturystyce:** wszyscy zawodnicy ubiegający się o zakwalifikowanie do reprezentacji Polski na w/w zawody muszą wystartować w Pucharze Polski. Wszystkie pary muszą wystąpić w Pucharze.

**Seniorzy, którzy zakwalifikują się do pierwszych trójek**, automatycznie kwalifikują się do reprezentacji Polski na MŚ. Dodatkowe eliminacje nie będą rozgrywane. Pozostałe osoby – po uzyskaniu rekomendacji trenera Kadry Narodowej.

**Przy okazji MŚ będzie również rozgrywany Puchar Świata Mężczyzn w Fit-Model. Wykaz kategorii w Załączniku 2. Eliminacje do Pucharu Świata w Fit-Model Mężczyzn:** wszyscy zawodnicy ubiegający się o zakwalifikowanie do reprezentacji Polski na w/w zawody muszą wystartować w Pucharze Polski. **Pierwsza trójka** automatycznie kwalifikuje się do reprezentacji Polski na PŚ. Pozostałe osoby – po uzyskaniu rekomendacji trenera Kadry Narodowej.

**Nowość!!! IFBB wprowadza następujące kategorie w Men's Fit Bodybuilding: 170 cm, 178 cm, +178 cm.**

**Nowość!!! Kategorie weteranów amatorów w kulturystyce zostały ograniczone do dwóch: 40-49 lat oraz powyżej 50 lat.**

**Nowość!!! IFBB wprowadza następujące kategorie w kulturystyce igrzyskowej: 171 cm, 180 cm, +180 cm oraz kategorię weteranów >40 lat.**

Przy ustalaniu składu reprezentacji Polski na MŚ będą już brane pod uwagę te nowe kategorie, dlatego na weryfikacji będzie mierzony wzrost kulturystów. Wykaz kategorii na MŚ Amatorów w **Załączniku 1.**

**Jednocześnie z MŚ Amatorów będą rozgrywane MŚ Semi-Pro.** Jest to nowa grupa konkurencji, która obejmuje dotychczasowe kategorie kulturystyki mężczyzn, w tym weteranów, oraz classic physique. Wykaz kategorii na MŚ Semi-Pro w **Załączniku 3. Obowiązuje start w Pucharze Polski.**

## 11. POSTANOWIENIA PORZĄDKOWE

Zgodnie z zasadami IFBB, na zawodach **nie można już używać bronzarów łatwościeralnych.** Opaleniznę należy uzyskiwać poprzez stosowanie samoopalaczy (na kilka dni przed zawodami), na które przed wejściem na scenę nakłada się już tylko oliwkę lub poprzez profesjonalną firmę oferującą takie usługi.

Podczas weryfikacji zawodniczka/zawodnik otrzymuje od Organizatora identyfikator „Zawodnik” w postaci opaski na nadgarstek, która umożliwia wejście do szatni i sali rozgrzewki.

W celu zapewnienia sprawnej obsługi zawodników przed startem, **Organizator na Naradzie Technicznej wydaje kierownikom ekip identyfikator „Trener” (opaska na nadgarstek)**. Liczba wydanych identyfikatorów uzależniona jest od liczby zawodników startujących w barwach danego klubu/stowarzyszenia, tj.:

- ☐ **drużyny liczące do 3 zawodników – 1 identyfikator (opaska na nadgarstek)**
- ☐ **drużyny powyżej 3 zawodników – 2 identyfikatory (opaska na nadgarstek)**
- ☐ **zawodnicy niezrzeszeni i spoza PZKFITS - 1 identyfikator na osobę**

## 12. PLANOWANY PROGRAM ZAWODÓW

19 października 2025 roku (niedziela) - godzina 10:00:

### I BLOK ZAWODÓW (eliminacje, półfinały i finały):

- |                                       |                                                             |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 1. Fitness plażowe mężczyzn do 178 cm | półfinały, I runda (zwroty, porównania)                     |
| 2. Fitness plażowe mężczyzn +178 cm   | półfinały, I runda (zwroty, porównania)                     |
| 3. Fitness sylwetkowe kobiet          | półfinały, I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)         |
| 4. Fitness atletyczne kobiet          | półfinały, I runda (pozy obowiązkowe, porównania)           |
| 5. Fitness plażowe mężczyzn do 178 cm | finały, II runda (zwroty)                                   |
| 6. Fitness plażowe mężczyzn +178 cm   | finały, II runda (zwroty)                                   |
| 7. Fitness sylwetkowe kobiet          | finały, II runda (I-walking + ocena sylwetki)               |
| 8. Fitness atletyczne kobiet          | finały, rundy II i III (pozy obowiązkowe, programy dowolne) |

#### I BLOK DEKORACJI:

- Fitness sylwetkowe kobiet
- Fitness atletyczne kobiet
- Fitness plażowe mężczyzn 178 cm
- Fitness plażowe mężczyzn +178 cm

9. Fitness plażowe mężczyzn (top 3 x 2) - **SUPERFINAŁ** (zwroty x 2)

#### Nagradzanie

### 10. OFICJALNE OTWARCIE ZAWODÓW: ok. godziny 12:00

- |                                         |                                                             |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 11. Fitness akrobatyczne kobiet         | półfinały, I runda (programy dowolne, pow. 7 zawodniczek)   |
| 12. Fitness mężczyzn                    | półfinały, I runda (programy dowolne, pow. 7 zawodników)    |
| 13. Fitness artystyczne kobiet          | półfinały, I runda (programy dowolne, pow. 7 zawodniczek)   |
| 14. Fitness plażowe atletyczne mężczyzn | półfinały, I runda (zwroty, porównania)                     |
| 15. Kulturystyka klasyczna mężczyzn     | półfinały, I runda (pozy obowiązkowe, porównania)           |
| 16. Wellness kobiet do 163 cm           | półfinały, I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)         |
| 17. Wellness kobiet +163 cm             | półfinały, I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)         |
| 18. Fitness akrobatyczne kobiet         | półfinały, II runda (ocena sylwetki, pow. 7 zawodniczek)    |
| 19. Fitness mężczyzn                    | półfinały, II runda (ocena sylwetki, pow. 7 zawodników)     |
| 20. Fitness artystyczne kobiet          | półfinały, II runda (ocena sylwetki, pow. 7 zawodniczek)    |
| 21. Fitness plażowe atletyczne mężczyzn | finały, II runda (zwroty)                                   |
| 22. Kulturystyka klasyczna mężczyzn     | finały, rundy II i III (pozy obowiązkowe, programy dowolne) |
| 23. Wellness kobiet do 163 cm           | finały, II runda (I-walking + ocena sylwetki)               |
| 24. Wellness kobiet +163 cm             | finały, II runda (I-walking + ocena sylwetki)               |

#### II BLOK DEKORACJI:

- Fitness plażowe atletyczne mężczyzn
- Kulturystyka klasyczna mężczyzn
- Wellness kobiet 163cm
- Wellness kobiet +163cm



25. Wellness kobiet (top 3 x 2) - **SUPERFINAL** (zwroty x 2)  
**Nagradzanie**

**PRZERWA organizacyjna 15 minut**

|                                 |                                                                          |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 26. Fit-model kobiet            | półfinały, runda I (zwroty, porównania, suknia wieczorowa)               |
| 27. Fit-model mężczyzn          | półfinały, runda I (zwroty i porównania, spodenki fitness)               |
| 28. Fitness akrobatyczne kobiet | finały, III runda (programy dowolne)                                     |
| 29. Fitness mężczyzn            | finały, III runda (programy dowolne)                                     |
| 30. Fitness artystyczne kobiet  | finały, III runda (programy dowolne)                                     |
| 31. Fit-model kobiet            | półfinały, runda II (zwroty i porównania, kostium jednoczęściowy)        |
| 32. Fit-model mężczyzn          | półfinały, runda II (zwroty, porównania, dowolny strój fitness)          |
| 33. Classic physique mężczyzn   | półfinały, I runda (pozy obowiązkowe, porównania)                        |
| 34. Fitness akrobatyczne kobiet | finały, IV runda (zwroty x 2)                                            |
| 35. Fitness artystyczne kobiet  | finały, IV runda (prezentacja indywidualna + zwroty x 2)                 |
| 36. Fitness mężczyzn            | finały, IV runda (zwroty x 2)                                            |
| 37. Fit-model kobiet            | finały, III runda (V-walking, zwroty x 2, suknia wieczorowa)             |
| 38. Fit-model mężczyzn          | finały, III runda (zwroty x 2, spodenki fitness)                         |
| 39. Classic physique mężczyzn   | finały, rundy II i III (pozy obowiązkowe, programy dowolne)              |
| 40. Fit-model kobiet            | finały, IV runda (V-walking, zwroty, kostium jednoczęściowy)             |
| 41. Fit-model mężczyzn          | finały, IV runda (prezentacja indyw., zwroty x 2, dowolny strój fitness) |

**III BLOK DEKORACJI:**

- Fitness akrobatyczne kobiet
- Fitness mężczyzn
- Fitness artystyczne kobiet
- Classic physique mężczyzn
- Fit-model kobiet (suknia wieczorowa)
- Fit-model mężczyzn

|                           |                                                             |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 42. Bikini kobiet 163 cm  | półfinały, I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)         |
| 43. Bikini kobiet +163 cm | półfinały, I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)         |
| 44. Kulturystyka mężczyzn | półfinały, I runda (pozy obowiązkowe, porównania)           |
| 45. Pary mieszane         | półfinały, I runda (pozy obowiązkowe, porównania)           |
| 46. Pary mieszane         | półfinały, II runda (programy dowolne)                      |
| 47. Pary fitness          | półfinały, I runda (zwroty i porównania w zwrotach)         |
| 48. Bikini kobiet 163 cm  | finały, II runda (I-walking + zwroty x 2)                   |
| 49. Bikini kobiet +163 cm | finały, II runda (I-walking + zwroty x 2)                   |
| 50. Kulturystyka mężczyzn | finały, rundy II i III (pozy obowiązkowe, programy dowolne) |
| 51. Pary mieszane         | finały, III runda (pozy obowiązkowe, dogrywka)              |
| 52. Pary mieszane         | finały, IV rundy (programy dowolne)                         |
| 53. Pary fitness          | finały, II runda (I-walking + zwroty x 2)                   |

**IV BLOK DEKORACJI:**

- Bikini kobiet 166 cm
- Bikini kobiet +166 cm
- Kulturystyka mężczyzn
- Pary mieszane
- Pary fitness

54. Bikini kobiet (top 3 x 2) – **SEPERFINAL** (zwroty x 2)  
**Nagradzanie**

**Obiadokolacja dla sędziów i działaczy w Hotelu Reśliński**

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

Ostateczny program zawodów przekazany jest niezwłocznie sędziom funkcyjnym (głównym,

sekreтарzom, nagrań, rozprawdzającym), podawany przez spikera zawodów do publicznej wiadomości, a także rozwieszony przy szatniach oraz w widocznych miejscach na hali. Kierownicy ekip zobowiązani są do zapoznania się z aktualnym programem zawodów i po weryfikacji poinformować o nim zawodników swojego klubu. Z uwagi na liczbę zgłoszonych zawodników, niektóre kategorie mogą zostać rozegrane tylko w rundach finałowych lub w ogóle mogą być połączone.

## 12. PUNKTACJA DRUŻYNOWA

Do punktacji drużynowej wliczane są wyniki **dziesięciu najlepszych** zawodniczek i zawodników z danego klubu, według punktacji obowiązującej w IFBB. Do punktacji drużynowej nie wlicza się konkurencji fit-model kobiet i mężczyzn, par mieszanych i par fitness.

## 13. NAGRODY

We wszystkich kategoriach zwycięzcy (top 3) otrzymają pamiątkowe puchary.

We wszystkich kategoriach zawodnicy/zawodniczki na miejscach od I do VI otrzymują pamiątkowe dyplomy.

Za zwycięstwo drużynowe - drużyna otrzymuje pamiątkowy puchar.

## 14. KOMISJA SĘDZIOWSKA

Komisję Sędziowską powołuje PZKFITS.

## 15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

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

**Zabrania się zawodnikom wykorzystania holu przy backstage do rozkładania się, smarowania, przebywania oraz tarasowania przejścia jako ewakuacyjnego i tzw. strefy zawodnika bezpośrednio przed wyjściem kategorii na scenę, a tym samym utrudniania pracy sędziom rozprawdzającym. Do pełnego wykorzystania celem przygotowania się zawodników są wszystkie szatnie oraz siłownia.**

**Zabrania się zawodnikom w stroju startowym przebywania na widowni podczas zawodów.**

## 16. INFORMACJE

Szczegółowych informacji o imprezie udziela:

Biuro PZKFITS, telefon: **573 553 898**, e-mail: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl)

Organizator, Artur Śliczny, Tel. **602 180 728**

e-mail: [k.k.sandow@gmail.com](mailto:k.k.sandow@gmail.com)

Wszelkie nowości i informacje o zawodach w wydarzeniu FB.

<https://www.facebook.com/MistrzostwaWlkp/>

**Zatwierdzam**

**mgr inż. Andrzej Michalak**

**Wiceprezes PZKFITS**

**25.07.2025 r**

**Organizatorzy:**

**Prezes Klubu Sandow Śrem**

**Artur Śliczny**

**Prezes Klubu Behapowiec Gym**

**Bartosz Reśliński**

**ZAŁĄCZNIK 1:** Kategorie obowiązujące na **Mistrzostwach Świata Mężczyzn Amatorów 2025:**

**MEN'S CLASSIC BODYBUILDING:**

1. SUB JUNIOR MEN'S CLASSIC BODYBUILDING 15-20 YEARS - OPEN
2. JUNIOR MEN'S CLASSIC BODYBUILDING 21-23 YEARS - OPEN
3. MEN'S CLASSIC BODYBUILDING UP TO 168 CM
4. MEN'S CLASSIC BODYBUILDING UP TO 171 CM
5. MEN'S CLASSIC BODYBUILDING UP TO 175 CM
6. MEN'S CLASSIC BODYBUILDING UP TO 180 CM
7. MEN'S CLASSIC BODYBUILDING OVER 180 CM
8. MASTER MEN'S CLASSIC BODYBUILDING 40-44 YEARS - OPEN
9. MASTER MEN'S CLASSIC BODYBUILDING 45-49 YEARS - OPEN
10. MASTER MEN'S CLASSIC BODYBUILDING 50 YEARS & OVER - OPEN

**MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING:**

11. SUB JUNIOR MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING 15-20 YEARS - OPEN
12. JUNIOR MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING 21-23 YEARS - OPEN
13. MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING UP TO 171 CM
14. MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING UP TO 180 CM
15. MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING OVER 180 CM
16. MASTER MEN'S GAMES CLASSIC BODYBUILDING 40 YEARS & OVER - OPEN

**MEN'S WHEELCHAIR BODYBUILDING:**

17. MEN'S WHEELCHAIR BODYBUILDING - OPEN

**MEN'S PHYSIQUE:**

18. SUB JUNIOR MEN'S PHYSIQUE 15-17 YEARS - OPEN
19. SUB JUNIOR MEN'S PHYSIQUE 18-20 YEARS - OPEN
20. JUNIOR MEN'S PHYSIQUE 21-23 YEARS UP TO 174 CM
21. JUNIOR MEN'S PHYSIQUE 21-23 YEARS UP TO 178 CM
22. JUNIOR MEN'S PHYSIQUE 21-23 YEARS OVER 178 CM
23. MEN'S PHYSIQUE UP TO 170 CM
24. MEN'S PHYSIQUE UP TO 173 CM
25. MEN'S PHYSIQUE UP TO 176 CM
26. MEN'S PHYSIQUE UP TO 179 CM
27. MEN'S PHYSIQUE UP TO 182 CM
28. MEN'S PHYSIQUE OVER 182 CM
29. MASTER MEN'S PHYSIQUE 40-44 YEARS - OPEN
30. MASTER MEN'S PHYSIQUE 45-49 YEARS - OPEN
31. MASTER MEN'S PHYSIQUE 50 YEARS & OVER - OPEN
32. MUSCULAR FIT MEN'S PHYSIQUE - OPEN

**MEN'S FIT BODYBUILDING:**

33. SUB JUNIOR MEN'S BODYBUILDING 15-20 YEARS UP TO 75 KG
34. SUB JUNIOR MEN'S BODYBUILDING 15-20 YEARS OVER 75 KG
35. JUNIOR MEN'S BODYBUILDING 21-23 YEARS UP TO 75 KG
36. JUNIOR MEN'S BODYBUILDING 21-23 YEARS OVER 75 KG
37. MEN'S FIT BODYBUILDING UP TO & INCL. 170 CM
38. MEN'S FIT BODYBUILDING UP TO & INCL. 178 CM
39. MEN'S FIT BODYBUILDING OVER 178 CM
40. MASTER MEN'S BODYBUILDING 40-49 YEARS - OPEN
41. MASTER MEN'S BODYBUILDING 50 YEARS & OVER - OPEN

**MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE**

42. SUB JUNIOR MEN'S CLASSIC PHYSIQUE 15-20 YEARS - OPEN
43. JUNIOR MEN'S CLASSIC PHYSIQUE 21-23 YEARS - OPEN
44. MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE UP TO & INCL. 168 cm
45. MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE UP TO & INCL. 171 cm



- 46. MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE UP TO & INCL. 175 cm
- 47. MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE UP TO & INCL. 180 cm
- 48. MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE OVER 180 cm
- 49. MASTER MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE 40-49 YEARS - OPEN
- 50. MASTER MEN'S FIT CLASSIC PHYSIQUE 50 YEARS & OVER - OPEN

**ZAŁĄCZNIK 2:** Kategorie obowiązujące na **Pucharze Świata Mężczyzn w Fit-Model 2025**, Khobar, Arabia Saudyjska.

**JUNIOR MEN'S FIT-MODEL 15-23 YEARS - OPEN**

- 52. MEN'S FIT-MODEL UP TO 176 CM
- 53. MEN'S FIT-MODEL UP TO 183 CM
- 54. MEN'S FIT-MODEL OVER 183 CM
- 55. MASTER MEN'S FIT-MODEL 40 YEARS & OVER - **OPEN**

**ZAŁĄCZNIK 3:** Kategorie obowiązujące na **Mistrzostwach Świata Semi-Pro 2025**, Khobar, Arabia Saudyjska.

### **Men's Bodybuilding:**

- Bodybuilding – 65 kg
- Bodybuilding – 70 kg
- Bodybuilding – 75 kg
- Bodybuilding – 80 kg
- Bodybuilding – 85 kg
- Bodybuilding – 90 kg
- Bodybuilding – 95 kg
- Bodybuilding – 100 kg
- Bodybuilding +100 kg

### **Master Men's Bodybuilding**

- Master Bodybuilding 40-44 years -70 kg
- Master Bodybuilding 40-44 years -80 kg
- Master Bodybuilding 40-44 years -90 kg
- Master Bodybuilding 40-44 years +90 kg
- Master Bodybuilding 45-49 years -70 kg
- Master Bodybuilding 45-49 years -80 kg
- Master Bodybuilding 45-49 years -90 kg
- Master Bodybuilding 45-49 years +90 kg
- Master Bodybuilding 50-54 years -80 kg
- Master Bodybuilding 50-54 years +80 kg
- Master Bodybuilding 55-59 years -75 kg
- Master Bodybuilding 55-59 years +75 kg
- Master Bodybuilding 60-64 years - Open
- Master Bodybuilding 65 years & over - Open

### **Muscular Men's Physique**

- Muscular Men's Physique up to 179 cm
- Muscular Men's Physique over 179 cm

### **Men's Classic Physique**

- Men's Classic Physique up to 168 cm
- Men's Classic Physique up to 171 cm
- Men's Classic Physique up to 175 cm
- Men's Classic Physique up to 180 cm
- Men's Classic Physique over 180 cm

Sub Junior Men's Classic Physique 15-20 Years – Open  
Junior Men's Classic Physique 21-23 Years – Open  
Master Men's Classic Physique 40 to 44 years  
Master Men's Classic Physique 45 to 49 years  
Master Men's Classic Physique 50 years & ove

**Men's Physique**

Men's Physique Up to 170 cm  
Men's Physique Up to 176 cm  
Men's Physique Over 176 cm