KOMUNIKAT NR 14

DECYZJE EBFF Z NARADY W MAASTRICHT

Na naradzie Europejskiej Federacji Kulturystyki i Fitness, jaka miała miejsce przed tegorocznymi Mistrzostwami Mężczyzn w Maastricht, podjęto kilka ważnych decyzji.

- POMIAR WZROSTU RAZ NA 5 LAT

Kłopoty z pomiarem wzrostu na zawodach sylwetkowych zaczęły się w momencie wprowadzenia kategorii wzrostowych (fitness, fitness sylwetkowe), ale urosły do rangi dużego problemu, gdy wprowadzono konkurencje z limitem wagi ciała do wzrostu. Wtedy jeden centymetr różnicy w pomiarze wzrostu mógł prowadzić do wyeliminowania zawodnika z zawodów.
Dlatego szef Komisji Sędziowskiej IFBB, Paweł Filleborn, od dawna proponował wprowadzenie „paszportów" dla zawodników, w których na stałe byłby wpisany wzrost. Ta propozycja znalazła swój finał na naradzie w Maastricht. Paszportów, co prawda, nie będzie, ale Komisja Techniczna IFBB będzie prowadziła komputerowy rejestr wzrostu zawodników. Każdy zostanie raz oficjalnie zmierzony i ten wzrost będzie obowiązywał danego zawodnika przez 5 lat.

Pierwsze oficjalne pomiary prowadzono już w Maastricht w kulturystyce klasycznej. Było to robione bardzo dokładnie, a na życzenie zawodnika, wzrost mierzony był powtórnie. Następnie wzrost wpisywany był na odpowiedni formularz, na którym zawodnik potwierdzał go swoim własnoręcznym podpisem. Późniejsze reklamacje nie będą już uwzględniane. Rejestr nie będzie obejmował juniorów, u których wzrost ciągle się zmienia i wymaga pomiaru na każdych zawodach.
Kolejne pomiary (fitness kobiet i mężczyzn, fitness sylwetkowe) będą prowadzone na Mistrzostwach Europy Kobiet w Nowym Sadzie.

- FITNESKI SYLWETKOWE W RUCHU

Problem statycznych występów fitnesek sylwetkowych powraca pod obrady IFBB jak bumerang. Ostatecznie wykrystalizowały się dwie szkoły i one forsowały swoje koncepcje na ostatniej naradzie EBFF przed Mistrzostwami Europy Mężczyzn w Maastricht.

Pierwsza szkoła lansuje „T-walking", czyli spacerowanie zawodniczek po scenie po trasie wyznaczonej literą „T". Zawodniczka wchodzi na scenę, idzie środkiem do przodu, skręca w prawo i idzie na prawy kraniec sceny, poczym zawraca i idzie wzdłuż przedniej krawędzi sceny na jej lewą stronę. W tym czasie sędziowie mieliby okazję na ocenę elegancji poruszania się zawodniczki, jej osobowości, stylu i temperamentu. A dalszy przebieg zawodów byłby taki, jak dotychczas, czyli ocena sylwetki w zwrotach.

Druga szkoła lansuje uatrakcyjnienie wykonywania zwrotów poprzez jednoczesne, finezyjne unoszenie rąk do góry, jak do pozy „Bicepsy przodem", ale wyżej, aż do chwilowego zastygnięcia w pozie z uniesionymi rękami. Potem opuszczenie rąk i kolejny zwrot. Unoszenie rąk wykonywane byłoby tylko w postawie przodem i postawie tyłem. Oba zwroty bokiem byłyby wykonywane w dotychczasowej konwencji. I właśnie ta druga koncepcja, która ma także wielu przeciwników, została

wybrana do przetestowania na Mistrzostwach Europy Kobiet w Nowym Sadzie. Próby będą prowadzone tylko w kategorii najniższej, do 158 cm, i tylko w półfinałach. Potem zapadnie decyzja, co dalej.

REWOLUCYJNA DECYZJA W SPRAWIE KOLOROWANIA SKÓRY!!!

W Maastricht zapadła rewolucyjna decyzja zabraniająca stosowania bronzerów łatwo ścieralnych ze skóry (jak popularny dotychczas „Dream Tan Instant Skin Color”). O odstąpieniu od brudzących pościel i kostiumy preparatów łatwo ścieralnych mówiło się już od ponad roku. Na początku będzie z tym trochę kłopotu, bo siła przyzwyczajenia jest ogromna, ale na dłuższą metę korzyści będą niepodważalne. Tak przynajmniej sądzi kierownictwo EBFF. Być może preparaty nieścieralne nie dadzą aż tak ciemnobrązowego koloru skóry jak „Dream Tan Instant Skin Color”, ale wszyscy na naradzie doszli do wniosku, że nie jest to konieczne. Wystarczy ciemna, mocna opalenizna.

Na Mistrzostwach Europy Kobiet w Nowym Sadzie i następnych zawodach będzie można stosować jedynie bronzery trudno ścieralne lub nieścieralne (które tak naprawdę są samoopalaczami) jak zestaw Jan Tana „Ultra 1” lub „Pro Tan Figure and Fitness Kit”, ewentualnie „Pro Tan Competition Color” (w spray’u) lub “Dream Tan Professional Self Tanning Spray” albo zupełnie inne technologie, jak natryskowe opalanie systemem SunFX.

Trzeba pamiętać o tym, że kosmetyki te zaczyna się stosować na 2-3 dni przed zawodami i zaczyna się od dokładnego przygotowania skóry (depilacja, peeling, nawilżenie), a dopiero potem zaczynamy nakładać 1-3 warstwy samoopalacza.

Więcej informacji na: http://www.protanusa.com/39-competition-spray-16oz.html lub http://www.jantana.com/index.php/how-to-tan lub http://www.dreamtan.com/Tanning-Cream-Sprays-s/3.htm

We wszystkich większych miastach Polski istnieje możliwość przyciemnienia skóry w specjalnych kabinach natryskowych systemu SunFX, co także wydaje się pomocnym rozwiązaniem. Ten zabieg może być wykonany nawet w domu u klienta, ale pierwszym etapem i tak jest oczyszczający peeling. Po dwóch zabiegach opalenizna powinna utrzymywać się przez 2 tygodnie. Koszt: 100 – 130 zł zależnie od miejsca. Więcej informacji na stronie: http://www.opalanie-natryskowe.pl/

W obecnej sytuacji, o kolorowaniu skóry warto pomyśleć wcześniej, aby nie mieć z tym problemów na zawodach, gdyż sędziowie mogą nie dopuścić do startu zawodnika lub zawodniczki posmarowanej preparatami łatwo ścieralnymi.

mgr inż. Andrzej Michalak
Wiceprezes PZKFiTS