**KOMUNIKAT 2/2016 F**

**OSTATECZNY SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI**

**NA MISTRZOSTWA EUROPY W KULTURYSTYCE I FITNESS**

Na podstawie wyników rund eliminacyjnych do Mistrzostw Europy, rozegranych podczas Mistrzostw Polski w Fitness w Białymstoku, trener kadry zaproponował, a PZKFiTS zatwierdził następujący skład reprezentacji:

**MISTRZOSTWA EUROPY W KULTURYSTYCE:**

Kulturystyka 80 kg: Piotr Klinkosz (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Kulturystyka 85 kg: Krzysztof Skryplonek (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Mariusz Bałaziński (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Paweł Lisowski (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Kulturystyka 90 kg: Mariusz Tomczuk (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Łukasz Marcinkowski (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Kulturystyka 95 kg: Jakub Potocki (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Kulturystyka +100 kg: Maciej Kiełtyka (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Kulturystyka klas. 175 cm: Kamil Romanek (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Kulturystyka klas. 180 cm: Patryk Jaśkiewicz (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Bartosz Leoniewski (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Kulturystyka klas. +180 cm: Hubert Kulczyński (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Jacek Ratusznik (Drużyna A) (A-Team IFBB)

**MISTRZOSTWA EUROPY W FITNESS:**

Fitness sylwetkowe 158 cm: Sylwia Taczała (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Joanna Wodecka (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Fitness sylwetkowe 168 cm: Anna Nawrot (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Natalia Kordus (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Fitness sylwetkowe +168 cm:

 Małgorzata Mackiewicz (+wet.) (Drużyna B)  **(B-Team IFBB)**

Bikini fitness 160 cm: Sylwia Sobota (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Małgorzata Flis (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Bikini fitness 163 cm: Julia Fusiecka (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Karolina Janowska (+wet.) (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Bikini fitness 166 cm: Katarzyna Maliszewska (Drużyna A)  **(B-Team IFBB)**

Bikini fitness 169 cm: Magdalena Koral (Drużyna A) (A-Team IFBB)

Fitness plażowe do 174 cm: Patryk Walczuk (+jun.) (Drużyna A) (A-Team IFBB)

Fitness plażowe do 178 cm: Rafał Rużyło (Drużyna B) (A-Team IFBB)

 Marcin Zganiacz (+jun.) (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Fitness plażowe +178 cm: Tomasz Politowski (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Vladyslav Holovatyuk (+jun.) (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Fitness plażowe atletyczne: Tobiasz Rusek (Drużyna B) (A-Team IFBB)

**MISTRZOSTWA EUROPY JUNIORÓW:**

Kulturystyka juniorów 75 kg: Jakub Siemek (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Kulturystyka juniorów +75 kg: Kristian Wolski (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Tomasz Giza (Drużyna B) (A-Team IFBB)

 Kamil Tanwic (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

 Kulturystyka klasyczna juniorów: Tomasz Marzec (Drużyna A) (B-Team IFBB)

Bikini fitness juniorek 166 cm: Monika Grzebieluch (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Magdalena Suwińska (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Męska sylw. juniorów 178 cm: Patryk Walczuk (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Marcin Zganiacz (Drużyna B) (A-Team IFBB)

 Michal Gliszczyński (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Męska sylw. juniorów +178 cm: Vladyslav Holovatyuk (Drużyna B) (A-Team IFBB)

Łukasz Majkut (Drużyna B) **(B-Team IFBB)**

Fitness juniorek +163 cm: Aleksandra Kępa (Drużyna A) (A-Team IFBB)

 Marta Sawiniec (Drużyna B) (A-Team IFBB) Fitness juniorów open: Bartłomiej Byjoś (Drużyna B) (A-Team IFBB)

**MISTRZOSTWA EUROPY WETERANÓW:**

Fitness sylw. weteranek 35-44 lat: Małgorzata Mackiewicz(A-Team IFBB)

Bikini fitness weteranek: Karolina Janowska (A-Team IFBB)

 Agnieszka Zembron-Chudzicka **(B-Team IFBB**)
Męska sylwetka wet. Bartłomiej Mazurkiewicz (A-Team IFBB)

 Karol Kundzicz **(B-Team IFBB)**

Kulturystyka weteranów 40-49 lat, +90 kg:

 Arkadiusz Różański (A-Team IFBB)

**Uwagi:**

Wszyscy muszą być przygotowani na zwrotny depozyt hotelowy w wysokości 100 EUR (można załatwić przy pomocy karty kredytowej).

Aby uniknąć problemów ze zwrotem depozytu, należy dbać, aby nie pobrudzić pościeli i ręczników. **Zalecza się wzięcie ze sobą własnych prześcieradeł i ręczników oraz poszewki na poduszkę.** IFBB zabroniła używania bronzerów łatwo-ścieralnych**. Trzeba korzystać z samoopalaczy i innych metod trwale barwiących skórę.**

Kto ma już Licencję IFBB, **niech pamięta** o jej zabraniu ze sobą!

**UWAGA:** wszyscy muszą mieć albo **Dowód Osobisty albo Paszport** z datą ważności co najmniej na 3 miesiące do przodu.

Bilety lotnicze dla Drużyny A kupuje PZKFiTS. Zawodnicy z Drużyny B oraz działacze sami wykupują bilety lotnicze. Drużyna A wylatuje 04.05.2016 o godzinie 14.40, nr lotu: VY 8845 z Warszawy (zbiórka o 12.30 na Okęciu). Powrót 09.05.2016 o godzinie 17.55, nr lotu VY 8848 do Krakowa. Lotniskiem docelowym jest “El Prat” International Airport w Barcelonie.

**Weryfikacja** w Santa Susanna trwa przez cały dzień, **w środę 04 maja, od 10:00 do 21:00.** Odbywa się w hotelu „Caprici Verd”**,** Avenida del Mar 3, Santa Susanna.

**Kontrola antydopingowa:**

Mistrzostwa Europy 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:

<http://antydoping.pl/pl/informacje_dla_sportowcow/lista_zabroniona>

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

<http://antydoping.pl/pl/informacje_dla_sportowcow/wylaczenia_dla_celow_terapeutycznych_tue>