



## REGULAMIN

### Pucharu Polski Kobiet i Mężczyzn w Wyciskaniu Leżąc

Nasielsk 6 - 7 czerwca 2009r.

#### I. CELE

1. Popularyzacja trójboju siłowego i wyciskania leżąc.
2. Eliminacje kadry narodowej senierek i seniorów do Mistrzostw Europy w wyciskaniu leżąc..

#### II. ORGANIZATORZY

1. Polski Związek Kultury Fizycznej i Trójboju Siłowego w Warszawie
2. Starostwo Powiatowe w Nowym Dworze Mazowieckim
3. Urząd Miasta i Gminy w Nasielsku
4. Klub Sportowy Power 2005 Nasielsk

#### III. TERMIN I MIEJSCE

1. Termin zawodów: **6 – 7 czerwca 2009r. (sobota – niedziela)**
2. Miejsce startu: **Hala Sportowa Szkoły Podstawowej Nr 1 w Nasielsku, ul. Staszica 1**
3. Termin i miejsce odprawy technicznej: **5 czerwca 2009r. (piątek) godz. 20:00  
w Hali Sportowej Szkoły Podstawowej Nr 1  
w Nasielsku ul. Staszica 1**

Termin zgłoszeń: **29 maja 2009r.** Jest to termin dostarczenia zgłoszenia do organizatora - **Klubu Sportowego „Power 2005” w Nasielsku.** ostateczne zgłoszenie do zawodów powoduje skutki finansowe opisane w dalszej części niniejszego regulaminu.

#### IV. PRZEPISY I PROCEDURY

1. Na zawodach obowiązują przepisy i procedury IPF, PZKFITS, w szczególności aktualny „Systemem współzawodnictwa, klasyfikacji sportowej oraz zasady przeprowadzania rankingów i klasyfikacji PZKFITS”. Dotyczy to zwłaszcza uczestnictwa w zawodach, sposobu rywalizacji i klasyfikacji indywidualnych i drużynowych oraz sposobu prezentowania wyników zawodów i klasyfikacji.
2. Przyjęte nazewnictwo:
  - a. Regulamin *Pucharu Polski Kobiet i Mężczyzn w Wyciskaniu Leżąc* zwany jest w dalszej części niniejszych przepisów „Regulaminem”.
  - b. Zawody *Puchar Polski Kobiet i Mężczyzn w Wyciskaniu Leżąc* nazywane są w dalszej części Regulaminu „zawodami”.
  - c. Kluby sportowe oraz stowarzyszenia kultury fizycznej nazywane są w dalszej części Regulaminu „klubami sportowymi”.
  - d. Klub sportowy dokonujący zgłoszenia ekipy do zawodów nazywany jest w dalszej części Regulaminu „Zgłaszającym”.

- e. Stowarzyszenie będące bezpośrednim organizatorem zawodów, Klub Sportowy „Power 2005” w Nasielsku, nazywane jest w dalszej części Regulaminu „Organizatorem”.
- f. Odniesienia do konkretnych punktów przepisów zastosowane w Regulaminie tyczą się odpowiednich punktów Regulaminu, o ile nie zaznaczono inaczej.
- g. Określenie „*pierwsza grupa startujących*” odnosi się w Regulaminie do pierwszej grupy zawodniczek startujących w dniu 6 czerwca 2009r.

## V. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W zawodach uczestniczyć mogą kluby sportowe-członkowie PZKFITS:
  - a. posiadające licencję PZKFITS oraz mające opłacone składki członkowskie na dany rok najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących w tych zawodach;
  - b. posiadające wśród swoich członków przynajmniej jednego trenera lub instruktora posiadającego licencję trenerską lub instruktorską PZKFITS opłaconą na rok 2009 najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących na tych zawodach.
2. W zawodach uczestniczyć mogą reprezentanci klubów sportowych - członków PZKFITS, mający na bieżąco opłacone składki członkowskie w PZKFITS, posiadający kartę zawodniczą i licencję ważną na rok 2009 opłaconą najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących w tych zawodach.
3. Zawodnicy i zawodniczki muszą spełniać następujące warunki:
  - a. Ukończony 14 rok życia w dniu startu,
  - b. Posiadać ważne badania lekarskie:
    - osoby z klasą MM, M i I obowiązuje książeczka zdrowia sportowca – trójboju siłowego;
    - osoby o niższej klasie sportowej obowiązuje karta zdrowia sportowca trójboju siłowego lub zaświadczenie lekarskie z klauzulą „**Zdolny do zawodów trójboju siłowego**” lub „**Zdolny do zawodów w wyciskaniu leżąc**” podpisaną przez lekarza;
    - w przypadku sportów innych niż trójboj siłowy czy wyciskanie leżąc również musi się znajdować klauzula „Zdolny do zawodów trójboju siłowego” lub „Zdolny do zawodów w wyciskaniu leżąc” podpisana przez lekarza;
    - książeczka zdrowia sportowca winna posiadać wpis „Oświadczam, że jest mi znany regulamin antydopingowy PZKFITS. Zobowiązuję się respektować zawarte w nim przepisy i sankcje, jak również zobowiązuję się nie przyjmować żadnych zakazanych środków farmakologicznych.”;
    - **obowiązują wyłącznie indywidualne badania lekarskie**; nie będą honorowane zbiorowe badania lekarskie, wydane dla dwóch lub więcej osób, a osoby legitymujące się zbiorowymi badaniami nie będą dopuszczone do zawodów.
  - c. Opłacone wpisowe w przypadku:
    - i. **zgłoszenia terminowego – do 29 maja 2009r.: 45 zł** (drużyny liczące 5 lub więcej zawodników opłacają wpisowe w wysokości **35 zł** od osoby).
    - ii. **zgłoszenia spóźnionego – od 30 maja 2009r.** do dnia odprawy technicznej: bez względu na ilość osób w drużynie **145 zł** od osoby.
4. Wpisowe opłaca się u Organizatora przed planowaną godziną rozpoczęcia ważenia kategorii wagowej, w której osoba została zgłoszona do zawodów lub kategorii wagowej podanej jako ostateczna na odprawie technicznej.
  - a. Wycofanie się z zawodów lub rezygnacja ze startu uprzednio zgłoszonej osoby, bez względu na powód rezygnacji, nie zwalnia klubu sportowego, którego barwy rezygnująca osoba reprezentuje, od opłacenia wpisowego w wysokości podanej w pkt. V.3.c. Wpłata ma być dokonana u Organizatora przed planowaną godziną rozpoczęcia ważenia kategorii, w której osoba została ostatecznie zgłoszona.
  - b. Wycofanie uczestnictwa zawodniczki lub zawodnika z zawodów na odprawie technicznej skutkuje konsekwencjami finansowymi podanymi w pkt. V.4.a.
  - c. Brak opłaconego wpisowego do momentu rozpoczęcia kategorii wagowej, w której zawodnik lub zawodniczka została ostatecznie zgłoszona, traktowany jest jako wycofanie się z zawodów i podlega przepisom z pkt. V.4.a.
5. Do momentu planowego rozpoczęcia startu pierwszej grupy startujących na tych zawodach **muszą zostać uregulowane wszelkie opłaty licencyjne na rok 2009:**

- a. składka klubu sportowego do PZKFITS,
- b. opłacenie licencji trenera lub instruktora będącego członkiem tego klubu,
- c. opłacenie licencji zawodnika.

Brak opłaconych na rok 2009 stosownych składek i licencji będzie rodził skutki określone przepisami z pkt. IV.1, **włącznie z natychmiastowym odsunięciem od startu zawodniczek i zawodnika.**

6. Kluby sportowe nie posiadające wśród swoich członków przynajmniej jednego trenera lub instruktora posiadającego licencję trenerską lub instruktorską PZKFITS opłaconą na rok 2009 najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących na tych zawodach lub nie potrafiące udokumentować faktu członkostwa trenera lub instruktora w tym klubie, **nie biorą w żaden sposób udziału w zawodach.**

**Wyjątkowo zezwala się na warunkowy udział tych klubów w zawodach na zasadach podanych w załączniku nr 1, spełniając jednocześnie pkt.V.7.**

7. Udokumentowanie przynależności klubowej trenera lub instruktora albo „*pełniącego obowiązki instruktora*” klubu sportowego starającego się o warunkowe dopuszczenie do zawodów, odbywa się według następujących zasad:
  - a. Wymagane jest udokumentowanie przynależności klubowej trenera lub instruktora albo „*pełniącego obowiązki instruktora*” okazaniem Sędziemu Głównemu Zawodów ważnej legitymacji członkowskiej tego klubu sportowego (aktualnie opłacone składki członkowskie) ważnej na rok 2009 najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących na tych zawodach.
  - b. Ważna legitymacja członkowska klubowa trenera lub instruktora klubu sportowego albo „*pełniącego obowiązki instruktora*” chcącego brać udział w klasyfikacji drużynowej zostaje odnotowana w odpowiedniej pozycji zweryfikowanej listy startowej.
  - c. Udokumentowania przynależności klubowej dokonuje się jednokrotnie. Raz zweryfikowane członkostwo trenera lub instruktora albo „*pełniącego obowiązki instruktora*” w danym klubie sportowym odnosi się do wszystkich reprezentantów tego klubu na niniejszych zawodach.
  - d. Brak udokumentowanej przynależności przynajmniej jednego trenera lub instruktora albo „*pełniącego obowiązki instruktora*” do danego klubu w terminie podanym w pkt. V.7.a powoduje wykluczenie tego klubu z uczestnictwa w zawodach.
8. Uwagi dodatkowe:
  - a. Termin zgłoszeń oznacza termin dostarczenia zgłoszenia do organizatora.
  - b. Zawodniczki lub zawodnicy nie zgłoszeni do końca odprawy technicznej nie mogą startować w zawodach.
  - c. Start poza konkursem możliwy jest jedynie na wniosek trenera kadry lub kierownika wyszkolenia PZKFITS zgłoszony najpóźniej w dniu odprawy technicznej. Osoba startująca poza konkursem podlega zapisom i opłatom Regulaminu z wyłączeniem jakiegokolwiek rywalizacji, klasyfikacji i form nagradzania. W protokół i wynikach zawodów oznakowana zostanie symbolem „pk”.

## VI. SPOSÓB RYWALIZACJI I KLASYFIKACJE

1. Klasyfikacja indywidualna zostanie przeprowadzona w kategoriach wagowych:
  - a. Kobiety: 48; 52; 56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90; +90 kg.
  - b. Mężczyźni: 56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90; 100; 110; 125; +125 kg
2. Do zawodów można zgłosić maksymalnie 9 kobiet, w tym maksymalnie dwie zawodniczki w tej samej kategorii wagowej oraz 10 mężczyzn, w tym maksymalnie dwóch zawodników w tej samej kategorii wagowej.
3. Zawodnicy i zawodniczki sklasyfikowani będą w kategoriach wagowych, po uzyskaniu wyniku w wyciskaniu leżąc minimum trzeciej klasy sportowej. Punkty w danej kategorii wagowej obliczane będą wg formuły Wilks'a.
4. Do klasyfikacji drużynowej mężczyzn liczy się 6 najlepszych wyników uzyskanych przez zawodników wg formuły Wilks'a. Do klasyfikacji drużynowej kobiet liczy się 6 najlepszych wyników uzyskanych przez zawodniczki wg formuły Wilks'a.
5. Punktowane są kluby sportowe spełniające kryteria udziału w klasyfikacji drużynowej kobiet lub mężczyzn podane w pkt. IV.1, a w szczególności pkt. V.1, pkt. V.5.a, pkt. V.5.b, pkt. V.6, pkt.V.7.
6. Zawodniczki i zawodnicy klubów sportowych nie biorących udziału w klasyfikacji drużynowej w żadnym stopniu nie wpływają na punktację drużynową zawodniczek i zawodników reprezentujących kluby sportowe biorące udział w klasyfikacji drużynowej.

7. Najlepszą Zawodniczką wśród zawodniczek i Najlepszym Zawodnikiem wśród zawodników zostanie uznana odpowiednio zawodniczka/zawodnik z największą liczbą punktów Wilks'a obliczonych według Załącznika nr 3 do „Systemu współzawodnictwa (...)” z pkt. IV.1.
8. Osoba poddana badaniom antydopingowym oraz klub sportowy, który na tych zawodach reprezentuje, zostanie odpowiednio oznaczona w publikowanych wynikach, klasyfikacjach i zestawieniach niniejszych zawodów.
  - a. Wyniki tej osoby i ich wszelkie skutki traktowane są jako tymczasowe do czasu zakończenia wszystkich procedur antydopingowych związanych z niniejszymi zawodami.
  - b. Punkty drużynowe klubu sportowego, którego barwy reprezentuje osoba badana przez Komisję Antydopingową traktowane są jako tymczasowe, do czasu zakończenia wszystkich procedur antydopingowych związanych z niniejszymi zawodami.
  - c. Po zakończeniu wszystkich procedur antydopingowych związanych z niniejszymi zawodami zaznaczenia badanych osób i reprezentowanych przez nich klubów zmieniają się z tymczasowych na potwierdzone, uwzględniając wynik końcowy tych procedur.
9. Każdy przypadek zawieszenia zawodniczki lub zawodnika w wyniku kontroli antydopingowej
  - a. powoduje jej/jego dyskwalifikację na tych zawodach z jednoczesnym cofnięciem skutków spowodowanych uzyskanym wynikiem na zawodach;
  - b. pomniejsza punkty drużynowe klubu sportowego, którego reprezentantem była zawieszona osoba w dniu pobrania próbki do badania antydopingowego, o wartość 12 punktów, bez względu na to, czy osoba zdyskwalifikowana punktowała do klasyfikacji drużynowej;
  - c. powoduje zwrócenie do Organizatora wszystkich trofeów zdobytych na niniejszych zawodach przez zawieszoną osobę i klub sportowy, którego barwy reprezentowała w dniu pobrania próbki do badania antydopingowego oraz korektę wyników zawodów i wszelkich zestawień, czy klasyfikacji, w których brała udział zawieszona osoba lub jej klub, włącznie ze zmianą trofeów wynikłą z przesunięć będących skutkiem zawieszenia tej osoby.
10. W przypadku stwierdzenia zaistnienia jakichkolwiek błędów naruszających przepisy wymienione w pkt. IV.1 oraz zapisy Regulaminu, dokonane będzie poprawienie zauważonych błędów wraz z ponowną weryfikacją wyników i klasyfikacji zawodów, włącznie z uwzględnieniem korekt podanych w pkt. VI.9. Stwierdzenie wystąpienia błędów wraz ze szczegółowym uzasadnieniem należy zgłaszać na piśmie do Przewodniczącego Kolegium Sędziów Trójboju Siłowego PZKFITS, z kopią pisma wysłaną do biura PZKFITS.
11. Cofaniem skutków startu nieuprawnionych lub zdyskwalifikowanych zawodniczek, zawodników lub klubów, w szczególności z powodów wymienionych w pkt.9 Załącznika nr 1 i pkt. VI.9 Regulaminu, oraz naprawą skutków potwierdzonych błędów na zawodach, a zwłaszcza przyznaniem trofeów prawowitym ich zdobywcom, wynikającym ze zmian w zweryfikowanych wynikach i klasyfikacjach wyników zawodów, zajmować się będzie działacz wyznaczony w tym celu przez PZKFITS. Wyznaczenie tego działacza nastąpi niezwłocznie po zweryfikowaniu wyników i klasyfikacji zawodów, a naprawa przez niego skutków j.w. podjęta i dokonana w możliwie najkrótszym czasie.
12. Oficjalny komunikat zawodów zostanie sporządzony każdorazowo po jakichkolwiek weryfikacjach zmieniających wyniki lub klasyfikacje niniejszych zawodów w terminie czterech dni licząc od pierwszego dnia po dniu, w którym nastąpiła weryfikacja. Odpowiedzialna za sporządzenie tego komunikatu będzie osoba wyznaczona przez PZKFITS. Komunikat umieszczony będzie na stronie internetowej PZKFITS ([www.pzkfits.pl](http://www.pzkfits.pl)).

## VII. NAGRODY

1. Pierwsze trzy miejsca w każdej kategorii wagowej mężczyzn i kobiet zostaną nagrodzone medalami, a za I miejsce zostanie wręczony Puchar Polski.
2. Pierwsze miejsce w klasyfikacji Najlepszej Zawodniczki zostanie nagrodzone Pucharem Polski a za II i III miejsce – medal okolicznościowy.
3. Pierwsze miejsce w klasyfikacji Najlepszego Zawodnika zostanie nagrodzone Pucharem Polski a za II i III miejsce – medal okolicznościowy.
4. Pierwsze miejsce w kategorii open weteranów i weteranek w każdej grupie wiekowej zostanie nagrodzone Pucharem Polski a za II i III miejsce – puchar okolicznościowy.
5. Pierwsze miejsce w punktacji drużynowej kobiet zostanie nagrodzone Pucharem Polski, a II i III drużyna otrzymają pamiątkowe puchary.

6. Pierwsze miejsce w punktacji drużynowej mężczyzn zostanie nagrodzone Pucharem Polski, a II i III drużyna otrzymają pamiątkowe puchary..
7. Wszyscy zawodnicy otrzymują dyplomy.

#### VIII. INFORMACJE

1. Adres do korespondencji:  
Klub Sportowy „Power 2005” Dariusz Wdowiński  
05-190 Nasielsk ul. Leśna 37A  
e-mail: [power2005@vp.pl](mailto:power2005@vp.pl)
2. Wszelkich informacji udzielają **pan Dariusz Wdowiński** tel. kom. 606 538 489 oraz **pan Krzysztof Wdowiński** tel. kom. 695 733 694, e-mail: [power2005@vp.pl](mailto:power2005@vp.pl)
3. Informacje o zawodach wraz z Regulaminem oraz drukami zgłoszeń dostępne będą w Internecie na witrynie [www.pzkfits.pl](http://www.pzkfits.pl), [www.powerlifting.pl](http://www.powerlifting.pl) i [www.power2005.yoyo.pl](http://www.power2005.yoyo.pl)

#### IX. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenie klubu sportowego do uczestnictwa w zawodach wysyła się do dwóch podmiotów: Organizatora i PZKFITS.
2. Zgłoszenia dokonuje się na specjalnym druku załączonym do Regulaminu wysłanego pocztą elektroniczną, zwykłą na adres Organizatora (pkt. VIII.1).
3. **Kopię zgłoszenia w postaci wiadomości e-mail należy wysłać** na adres e-mail: [zgloszenia@pzkfits.pl](mailto:zgloszenia@pzkfits.pl) jako załącznik do wiadomości.
  - a. Załącznik ma być plikiem w formacie *Rich Text Format* (RTF) lub dokumentem MS-Word 98-2003 (DOC) albo jako czytelny skan dokumentu wysłanego pocztą zapisany w pliku o formacie *Joint Photographic Expert Group* (JPG, JPEG).
4. Zgłoszenia ustne lub telefoniczne, z uwagi na konsekwencje finansowe zgłoszenia, nie będą honorowane.
5. Zgłaszający obowiązany jest podać następujące dane:
  - a. pełną nazwę klubu sportowego, zgodną ze statutem i wpisem do rejestru lub ewidencji stowarzyszeń;
  - b. imię i nazwisko trenera lub instruktora posiadającego licencję trenerską lub instruktorską PZKFITS, będącego członkiem danego klubu; w przypadku warunkowego dopuszczenia klubu sportowego podaje się imię i nazwisko „pełniącego obowiązki instruktora”;
  - c. imię i nazwisko zawodnika;
  - d. datę urodzenia zawodnika;
  - e. płeć zawodnika;
  - f. planowaną kategorię wagową zawodnika;
  - g. status zawodnika w zgłoszeniu:
    - i. skład podstawowy,
    - ii. skład rezerwowy;
  - h. imię i nazwisko osoby wysyłającej zgłoszenie.
6. Osoba zgłoszona jako rezerwowa rodzi skutki finansowe podane w pkt. V.3.c dopiero po zmianie jej statusu na osobę wchodzącą w skład podstawowy drużyny.
  - a. Wymiana osoby ze składu podstawowego na osobę ze składu rezerwowego nie rodzi dodatkowych skutków finansowych, gdy osoba ze składu rezerwowego została zgłoszona w terminie.
  - b. Wymiana osoby ze składu podstawowego zgłoszonej w terminie na osobę ze składu rezerwowego zgłoszoną po terminie jako rezerwowa rodzi skutki finansowe podane w pkt. V.3.c.ii.
  - c. Dodanie do składu podstawowego drużyny przed upłynięciem terminu zgłoszeń, osoby zgłoszonej jako rezerwowa, powodujące powiększenie składu podstawowego drużyny, rodzi skutki finansowe podane w pkt. V.3.c.i.
  - d. Dodanie do składu podstawowego drużyny po upłynięciu terminu zgłoszeń, osoby zgłoszonej jako rezerwowa, powodujące powiększenie składu podstawowego drużyny ponad ilość podaną w zgłoszeniu ostatecznym, rodzi skutki finansowe podane w pkt. V.3.c.ii.
  - e. Usunięcie osoby ze składu rezerwowego, bez przeniesienia jej do składu podstawowego drużyny, nie rodzi dodatkowych skutków finansowych.

7. Do momentu upłynięcia terminu zgłoszeń Zgłaszający ma prawo do dowolnych modyfikacji składu ekipy podanego w pierwszym zgłoszeniu do zawodów w ramach przepisów podanych w pkt. IV.1. oraz zapisów Regulaminu, w szczególności pkt. IX.6.
8. Zgłoszenia nie zawierające podanych wyżej informacji lub zawierające informację niepełną czy też wypełnione nieczytelnie - nie będą uwzględnione.
  - a. Organizator obowiązany jest do niezwłocznego poinformowania Zgłaszającego o zaistniałych nieprawidłowościach oraz nieuwzględnieniu zgłoszenia. Informacja ta ma być przekazana tą samą drogą, którą nadeszło zgłoszenie.
  - b. Zgłoszenie korygujące nadesłane przez Zgłaszającego podlega wszystkim zasadom dotyczącym zgłoszeń podanych w Regulaminie. Ostatecznym terminem dostarczenia zgłoszenia korygującego do Organizatora jest termin podany w pkt. III.4 Regulaminu.
  - c. Za błędy w zgłoszeniu i zbyt późne dostarczenie zgłoszenia do Organizatora odpowiada Zgłaszający.
9. **Termin wpłynięcia zgłoszeń do Organizatora upływa w dniu 29 maja 2009r.** Zgłoszenia, które wpłyną po terminie lub na odprawie technicznej, będą uznane za spóźnione i, zgodnie z pkt. V.3.c.ii, pobrane zostanie wpisowe w wysokości 145 zł od osoby.
  - a. Termin zgłoszeń jest dniem dostarczenia zgłoszenia Organizatorowi i obowiązuje do końca dnia podanego jako termin zgłoszenia.
  - b. Zgłoszenia dostarczone do organizatora po terminie zgłoszeń z przyczyn niezależnych od organizatora, będą traktowane jako zgłoszenia spóźnione, dla których stosuje się pkt. V.3.c.ii.
10. W zgłoszeniu należy zażądać potwierdzenia otrzymania zgłoszenia przez Organizatora.
11. Za osoby mające status „skład podstawowy” wycofane z uczestnictwa w zawodach po terminie zgłoszeń, w tym na odprawie technicznej, pobrana będzie od klubu sportowego, w którego barwach ta osoba miała wystartować, opłata należnego wpisowego.
  - a. W szczególności, gdy rezygnacja dotyczy osoby zgłoszonej po terminie, klub sportowy, w którego barwach ta osoba miała wystartować, obowiązany jest wpłacić do Organizatora 145 zł od każdej wycofanej osoby.
  - b. Przepis ten nie dotyczy osób mających w zgłoszeniu status „skład rezerwowy”.
12. Lista zgłoszeń będzie dostępna w Internecie na witrynie [www.powerlifting.pl](http://www.powerlifting.pl). W dniu 29 maja 2009 lista będzie zamknięta dla zgłoszeń terminowych i opublikowana następnego dnia na witrynie [www.powerlifting.pl](http://www.powerlifting.pl). Kolejne zgłoszenia publikowane będą w suplemencie do listy, jako zgłoszenia spóźnione.
13. Ostateczna korekta zgłoszeń odbędzie się na Odprawie Technicznej.

## **X. ZAKWATEROWANIE I WYŻYWIENIE**

1. Zakwaterowanie i wyżywienie w:
  - Internat Publicznego Gimnazjum w Dębem (nocleg 20 zł, śniadanie 10 zł, kolacja 10zł)
  - Gospodarstwo Agroturystyczne w Orzechowie (nocleg 35 zł, śniadanie 15 zł, kolacja 15 zł)
  - Gospodarstwo Agroturystyczne w Żabiczynie (nocleg 35 zł)
  - Szkoła Podstawowa Nr 1 w Nasielsku, ul. Staszica 1 (obiad 17 zł), możliwość skorzystania z noclegów ( nocleg 20 zł).
2. Zamówienie na zakwaterowanie i wyżywienie z podaniem ilości noclegów, śniadań, obiadów i kolacji dokonać w nieprzekraczalnym terminie do dnia 30 maja 2009r. w formie pisemnej pocztą elektroniczną, zwykłą na adres Organizatora (pkt. VIII.1).
3. Wszystkie należności związane z zakwaterowaniem i wyżywieniem oraz opłatą wpisowego płatne wyłącznie gotówką w Biurze Zawodów zorganizowanym w miejscu zawodów na Hali Sportowej.
4. Za niewykorzystane miejsca noclegowe klub sportowy składający zamówienie ponosi taki sam koszt, jakby te miejsca zostały wykorzystane.

## **XI. PROGRAM ZAWODÓW I ODPRAWA TECHNICZNA**

1. Proponowany program zawodów:
  - 5 czerwca 2009 r. (piątek)**
    - 20.00 – odprawa techniczna
  - 6 czerwca 2009 r. (sobota)**
    - 8.00 – 9.30 – waga wszystkich kobiet
    - 10.00 – start pierwszej grupy kobiet
    - 11.00 – 12.30 – waga I grupy mężczyzn
    - 13.00 – start I grupy mężczyzn

- 13.10 – uroczyste otwarcie

#### **7 czerwca 2009 r. (niedziela)**

- 08.00 – 09.30 – waga ostatniej grupy mężczyzn
  - 10.00 – start ostatniej grupy mężczyzn
2. Dokładny program zawodów będzie ustalony po wpłynięciu zgłoszeń i opublikowany w dniu 30-go maja 2009r. w Internecie na witrynie [www.powerlifting.pl](http://www.powerlifting.pl). Może on ulec zmianie w zależności od końcowej ilości zgłoszeń. Ostateczne ustalenie programu zawodów dotyczącego mężczyzn odbędzie się na odprawie technicznej.
  3. Prawo uczestnictwa w odprawie technicznej mają jedynie przedstawiciele Organizatora, wyznaczeni przedstawiciele PZKFITS i kierownicy ekip, po jednej osobie z ekipy. Zawodniczki lub zawodnicy będący pojedynczymi reprezentantami swojego klubu sportowego również mają prawo uczestnictwa w odprawie technicznej.

## **XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Nadesłanie zgłoszenia do zawodów jest potwierdzeniem wyrażenia zgody na zapisy Regulaminu.
2. Prawo interpretacji Regulaminu, włącznie z Załącznikiem nr 1, należy do organizatorów.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za niedostarczone zgłoszenie.
4. Klub sportowy, który nie wywiąże się z powinności finansowych wynikłych z Regulaminu względem Organizatora i PZKFITS, będzie obciążony zaległymi kwotami, a klub sportowy i osoby go reprezentujące mogą zostać pociągnięte do odpowiedzialności dyscyplinarnej.
5. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zaginione.
6. Kluby sportowe i uczestnicy zawodów winni ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków.
7. Składanie i uwzględnienie protestu odbywa się na zasadach podanych w przepisach pkt. IV.1, w szczególności w „Komunikacie Finansowo-Organizacyjnym PZKFITS na 2009 rok”.
8. Wszelkie sprawy nie objęte Regulaminem rozstrzygać będzie Komisja Odwoławcza złożona z przedstawiciela Organizatora, przedstawiciela PZKFITS oraz Sędziego Głównego Zawodów.

Nasielsk, dnia 2009.05.05

1/WL/5.05.2009

**Wiceprezes PZKFITS**  
**ds. Trójkboju Siłowego**

*dr Marek Kruszewski*

**Prezes**  
**Klubu Sportowego**  
**„Power 2005”**

*Dariusz Wdowiński*

**Zasady warunkowego dopuszczenia klubu sportowego  
lub stowarzyszenia kultury fizycznej do współzawodnictwa  
sportowego PZKFITS**

Kluby sportowe nie posiadające wśród swoich członków przynajmniej jednego trenera lub instruktora posiadającego licencję trenerską lub instruktorską PZKFITS mogą zostać warunkowo dopuszczone do startu w zawodach wypełniając poniższe postanowienia:

1. Klub sportowy wyznacza jednego z aktualnych członków klubu jako „pełniącego obowiązki instruktora”. Pisemny wniosek o uznanie swojego członka klubu, jako „pełniącego obowiązki instruktora”, wnioskujący klub sportowy dostarcza do biura PZKFITS najpóźniej w przeddzień pierwszego dnia zawodów - 5 czerwca 2009r.
2. Wnioskujący, jak w pkt.1 Załącznika, klub sportowy na piśmie zobowiązuje się do uzyskania przez podaną we wniosku osobę uprawnień instruktorskich lub trenerskich oraz do uzyskania licencji trenerskiej lub instruktorskiej PZKFITS do dnia 31 grudnia 2009r. Pisemne zobowiązanie klub sportowy dostarcza do biura PZKFITS najpóźniej w przeddzień pierwszego dnia zawodów – 5 czerwca 2009r.
3. Wnioski i zobowiązania, które nie napłyną w wyznaczonym terminie do biura PZKFITS, spowodują nieuznanie warunkowego dopuszczenia klubu sportowego do współzawodnictwa sportowego na tych zawodach.
4. Za osobę „pełniącego obowiązki instruktora” musi zostać opłacona licencja instruktorska PZKFITS najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących na tych zawodach.
5. Kopie wniosku i zobowiązania z pkt. 1 i pkt. 2 Załącznika oraz potwierdzenia wysłania do PZKFITS tych dokumentów i dowód dokonania wpłaty w PZKFITS za licencję instruktorską mają zostać okazane Sędziemu Głównemu Zawodów najpóźniej przed planowym rozpoczęciem pierwszej grupy startujących na tych zawodach.
6. Po spełnieniu warunków podanych w pkt. 1-5 Załącznika oraz pkt. V.7 Regulaminu Sędzia Główny Zawodów warunkowo dopuszcza klub sportowy do zawodów odnotowując ten fakt w odpowiedniej pozycji zweryfikowanej listy startowej.
7. Klub sportowy warunkowo dopuszczony do zawodów oraz jego zawodniczki i zawodnicy zostają odpowiednio oznakowani w dokumentacji zawodów – papierowej i elektronicznej, w wynikach i klasyfikacjach zawodów oraz wszelkich klasyfikacjach, zestawieniach i rankingach, w których wezmą udział z wynikami z tych zawodów. Wyniki i ich skutki traktowane są jako tymczasowe.
8. Po uzyskaniu przez „pełniącego obowiązki instruktora” do dnia 31 grudnia 2009r. uprawnień trenerskich lub instruktorskich potwierdzonych uzyskaniem licencji trenera lub instruktora PZKFITS na rok 2009 oznakowania tego klubu sportowego, jego zawodniczek i zawodników z pkt. 7 Załącznika zmieniają się we wszelkich wynikach, zestawieniach, klasyfikacjach i rankingach z tymczasowych na potwierdzone. Zmian dokonują osoby odpowiedzialne za prowadzenie i/lub publikację tych wyników, zestawień, klasyfikacji i rankingów.
9. **Niedotrzymanie zobowiązania z pkt. 2 Załącznika do dnia 31 grudnia 2009r. spowoduje anulowanie wyników uzyskanych w zawodach i ich skutków oraz wymazanie tych wyników z wszelkich zestawień, klasyfikacji i rankingów uwzględniających wyniki tego klubu lub jego zawodniczek i zawodników uzyskane na tych zawodach. W takim przypadku wobec wszelkich trofeów uzyskanych przez ten klub, jego zawodniczek i zawodników obowiązują zasady podane w punkcie VI.9.c i VI.11 Regulaminu.**