**KOMUNIKAT 17/2019**

**SKŁAD REPREZENTACJI POLSKI**

**NA MISTRZOSTWA ŚWIATA JUNIORÓW – BUDAPESZT 2019**

Na podstawie wyników Mistrzostw Polski Juniorów w Gorzowie Wielkopolskim oraz ustaleń z Komunikatu nr 01/2019 trener kadry zaproponował, a PZKFiTS zatwierdził następujący skład reprezentacji:

Fitness plażowe juniorów 21-23 lata, 178 cm Michał Majewski (Drużyna A)

Fitness plażowe juniorów 21-23 lata, 178 cm Marcin Januszewicz (Drużyna B)

Fitness plażowe juniorów 21-23 lata, +178 cm: Dominik Maćkowiak (Drużyna A)

Fitness plażowe juniorów 22-23 lata, +178 cm: Rafał Kopczewski (Drużyna B)

Fitness juniorek 16-20 lat: Emilia Pękala (Drużyna A)

Fitness juniorek 16-20 lat: Izabela Szlachetka (Drużyna B)

Fitness juniorek 16-20 lat: Aleksandra Kubińska (Drużyna B)

Bikini fitness juniorek 16-20 lat, open: Natalia Czajkowska (Drużyna A)

Bikini fitness juniorek 16-20 lat, open: Ewelina Weiss (Drużyna A)

Bikini fitness juniorek 16-20 lat, open: Maja Muślewska (Drużyna B)

Bikini fitness juniorek 21-23 lata, 160 cm: Patrycja Słaby (Drużyna A)

Bikini fitness juniorek 21-23 lata, 166 cm: Joanna Tańska (Drużyna A)

Bikini fitness juniorek 21-23 lata, 166 cm: Natalia Krasoń (Drużyna B)

Bikini fitness juniorek 21-23 lata, +166 cm: Wiktoria Gąsior (Drużyna A) Bikini fitness juniorek 21-23 lata, +166 cm: Natalia Damek (Drużyna A)

Bikini fitness juniorek 21-23 lata, +166 cm: Marianna Pałgan (Drużyna B)

Wellness fitness juniorek 21-23 lata, 163 cm Nikoletta Sularz (Drużyna A)

Wellness fitness juniorek 21-23 lata, 163 cm Aleksandra Łukasik (Drużyna B)

Kulturystyka klasyczna juniorów 21-23 lata, open Piotr Domagalski (Drużyna A)

Classic Physique juniorów 21-23 lata, open Maciej Pietrewicz (Drużyna A)

Kulturystyka juniorów 21-23 lata, 75 kg: Kamil Damięcki (Drużyna B)

Kulturystyka juniorów 21-23 lata, 75 kg: Bartłomiej Chojnowski (Drużyna B)

Kulturystyka juniorów 21-23 lata, +75 kg: Paweł Kowalski (Drużyna A)

**Uwagi:**

**Drużyna A** oznaczona na liście na czerwono jako (Drużyna A) uczestniczy **na koszt PZKFiTS**. Koszt wykupienia / odnowienia Licencji IFBB (**35 EUR**) zawodnicy pokrywają sami.

Wszyscy zawodnicy proszeni są o **potwierdzenie swojego udziału** do dn. 07.11.2019 (czwartek) na adres biura PZKFiTS: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl)

Dodatkowo, na Mistrzostwa może pojechać **Drużyna B**, która uczestniczy na koszt własny. Zawodnicy zdecydowani pojechać w Drużynie B proszeni są o zgłoszenie swojego udziału do dnia 07.11.2019 (czwartek) na adres biura PZKFiTS: [pzkfits@pzkfits.pl](mailto:pzkfits@pzkfits.pl)

Koszt wykupienia / odnowienia Licencji IFBB (**35 EUR**) zawodnicy pokrywają sami.

**Drużyna B** wnosi opłaty:

**- Pakiet pobytowy**: **1575 zł** plus Licencja IFBB – **150 zł** jeśli ktoś jej jeszcze w tym roku nie opłacił) oraz **110 zł** za przejazd lotnisko-hotel-lotnisko płatne na konto PZKFiTS do dn. 11.11.2019 r:

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

W tym mieści się startowe, zakwaterowanie (4 dni) i wyżywienie (3 posiłki dziennie), transport lokalny (hotel – hala – hotel) i bankiet pożegnalny.

**Inne osoby towarzyszące:** pakiet pobytowy **1575 zł** (w pokoju 2-osobowym) lub **2250 zł** (w pokoju jednoosobowym) plus **110 zł** za przejazd lotnisko-hotel-lotnisko.

Wszyscy muszą być przygotowani na zwrotny depozyt hotelowy w wysokości   
100 USD (może być karta kredytowa).

Aby uniknąć problemów ze zwrotem depozytu, należy dbać, aby nie pobrudzić pościeli i ręczników. **Zaleca 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 aktualny **Paszport** lub **Dowód Osobisty.**

**Weryfikacja** w Budapeszcie prowadzona będzie **w piątek, 22 listopada, od 10:00 do 18:00.** Odbywa się w Hotelu Danubius Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 47, w którym będą zakwaterowane reprezentacje uczestniczących krajów. Podkłady muzyczne do programów dowolnych powinny być na płytach CD lub pamięci USB w formacie MP3.

**Zawody będą rozgrywane na Uniwersytecie Wychowania Fizycznego (Testnevelési Egyetem), Alkotás út 48.**

**Kontrola antydopingowa:**

Mistrzostwa Świata 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:

<https://www.antydoping.pl/en/prohibited-list/>

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

<https://www.antydoping.pl/en/therapeutic-use-exemptions/>

**Waluta.** Oficjalną walutą na Węgrzech jest Forint (HUF). 1 EUR = 328 HUF;   
1 USD = 294 HUF; 1 PLN = 77 HUF (na dzień 01.11.2019).

Spodziewana temperatura zewnętrzna: 08-100C. Sieć elektryczna oraz wtyczki / gniazdka - jak w Polsce.

**Opieka nad Drużynami:**

- Kierownikiem reprezentacji jest Prezes PZKFiTS Paweł FILLEBORN (na zawodach – sędzia główny)

- Sędzią jest Wiceprezes PZKFiTS Andrzej MICHALAK.

- Trenerem jest trener Kadry Narodowej Bogdan SZCZOTKA.

**PROGRAM MISTRZOSTW:**

**22.11.2019 (piątek):**

10:00-18:00 - Przyjazdy ekip, zakwaterowanie i weryfikacja (Hotel Danubius Budapest)

18:00-19:00 - Narada Techniczna

19:30-22:00 - Kolacja (w miejscu zakwaterowania)

**23.11.2019 (sobota):**

07:00-10:00 - Śniadanie

10:00-18:00 - Eliminacje i finały - część 1

13:00-14:30 - Lunch (na hali)

19:00-22:00 - Kolacja (w miejscu zakwaterowania)

**24.11.2019 (niedziela):**

07:00-10:00 - Śniadanie

10:00-18:00 - Eliminacje i finały - część 2

13:00-14:30 - Lunch (na hali)

20:00-22:00 - Bankiet

**25.11.2019 (poniedziałek):**

07:00-10:00 - Śniadanie

Do 11:00 - Wyjazdy

Zarząd PZKFiTS

04.11.2019 r