

IX PUCHAR BAŁTYKU w Kulturystyce i Fitness

Hel - 31.08.2024 r

REGULAMIN

1. Cel imprezy:

Popularyzacja kulturystyki i fitness jako dyscyplin sportowych.

Eliminacje do Mistrzostw Świata Mężczyzn w Kulturystyce, 23-27.09.2024, Iran.

2. Organizatorzy:

Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego

Pomorski Związek Kulturystyki i Fitness

Pomorskie Stowarzyszenie Trenerów Osobistych

3. Termin i miejsce zawodów:

Hel – Scena na Bulwarze Nadmorskim

31 sierpnia 2024 r, od godz. 13:00.

4. Weryfikacja startujących odbędzie się w dniu zawodów w godz. 10:30 – 12:00 w miejscu zawodów.

5. Zgłoszenia imienne startujących należy nadsyłać do środy, 28 sierpnia 2024 r., wypełniając formularz zamieszczony na stronie internetowej pod poniższym linkiem

<https://www.pzkfits.pl/rejestracja/2024-puchar-baltyku/96/>

Formularz niezawierający pełnych informacji o zawodniku nie zostanie przyjęty.

W zgłoszeniu każdy uczestnik musi podać:

- imię i nazwisko
- dokładną datę urodzenia
- klub
- kategorię (tylko jedna)
- adres e-mail
- telefon kontaktowy

6. Kategorie:

Zawody zostaną przeprowadzone w następujących konkurencjach i kategoriach:

- Fitness sylwetkowe kobiet open
- Fit-model kobiet open
- Bikini debutantek open
- Bikini kobiet 166 cm
- Bikini kobiet +166 cm
- Wellness kobiet open
- Fit-model mężczyzn open
- Fitness plażowe debutantów open

- Fitness plażowe mężczyzn 178 cm
- Fitness plażowe mężczyzn +178 cm
- Fitness plażowe atletyczne mężczyzn open
- Kulturystyka klasyczna mężczyzn open
- Classic Physique mężczyzn open
- Kulturystyka mężczyzn open

7. Uczestnictwo:

W Pucharze Bałtyku mogą brać udział reprezentanci klubów sportowych i stowarzyszeń kultury fizycznej zrzeszonych w PZKFITS, zawodnicy innych organizacji lub niezrzeszeni.

Uwaga, w tym roku po raz pierwszy.

Zawodnicy spoza PZKFITS (niezrzeszeni oraz startujący w innych organizacjach) mogą startować w zawodach na ogólnych zasadach po uprzednim opłaceniu jednorazowej licencji i opłaty startowej.

Dla wszystkich kategorii **obowiązuje wpisowe** w wysokości 300 zł od zawodniczki/zawodnika oraz 150 zł za start w dodatkowej kategorii.

Kwotę z dokładnym wyszczególnieniem (w polu: temat / tytułem) imienia i nazwiska zawodnika i dopiskiem **PUCHAR BAŁTYKU 2024** należy wpłacać na konto PZKFITS:

BANK PEKAO SA

Nr 08 1240 6250 1111 0000 4591 7718

w nieprzekraczalnym terminie do 28 sierpnia (środa) do godz. 23:59.

Zawodnicy niezrzeszeni w PZKFITS płacą 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 Puchar Bałtyku 2024 należy wpłacać do dnia 28.08.2024 r na konto PZKFITS:

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

Opłata wnoszona po 28.08.2024 lub bezpośrednio przed zawodami (w dniu weryfikacji) wynosi 400 zł.

Licencja uprawniająca do jednorazowego udziału w zawodach wynosi 200zł

Kwotę z dokładnym wyszczególnieniem (w polu: temat / tytułem) imienia i nazwiska zawodnika i dopiskiem z podaniem kodu LJ należy wpłacać do dnia 28.08.2024 r na konto PZKFITS:

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

Przy weryfikacji wymagany jest dokument tożsamości, potwierdzenie opłaty Licencji Zawodnika PZKFITS.

Zawodnicy przystępujący do rywalizacji na zawodach 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). Kluby uczestniczące w rywalizacji sportowej powinny posiadać ubezpieczenie OC, zaś zawodnicy ubezpieczenie NNW.

Nagranie z podkładem muzycznym w formie pliku MP3 z podaniem imienia i nazwiska oraz kategorii startowej należy dostarczyć podczas weryfikacji (nośnik USB, na miejscu brak możliwości odtwarzania płyt CD).

Wpisowe nie podlega zwrotowi w przypadku:

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

W zawodach mogą startować osoby, które w 2024 r. kończą 16 lat i starsze. Juniorzy fitness plażowego – 15 lat.

8. Komisję sędziowską do prowadzenia zawodów wyznaczy PZKFITS.

Odprawa sędziowska odbędzie się o godzinie 12:00, bezpośrednio po weryfikacji.

9. Nagrody:

Za miejsca I-III w każdej kategorii medale i dyplomy.

Za miejsca I-III w każdej kategorii nagrody rzeczowe.

Za miejsca IV – VI w każdej kategorii dyplomy.

Za I miejsce w każdej kategorii oraz kategoriach open puchary lub statuetki.

10. Program zawodów:

13.00 - Oficjalne otwarcie zawodów

I BLOK

Fit-model kobiet open - półfinał I runda (zwroty, porównania - swimsuit)

Fitness plażowe debiutantów open - eliminacje

Fitness plażowe mężczyzn 178 cm - eliminacje

Fitness plażowe mężczyzn +178 cm – eliminacje

Fitness sylwetkowe kobiet – eliminacje

Fit-model kobiet open - półfinał II runda (zwroty, porównania - suknia)

Fitness plażowe debiutantów open - półfinał I runda (zwroty, porównania)

Fitness plażowe mężczyzn 178 cm - półfinał I runda (zwroty, porównania)

Fitness plażowe mężczyzn +178 cm - półfinał I runda (zwroty, porównania)

Fitness sylwetkowe kobiet - półfinał I runda (zwroty, porównania)

Fit-model kobiet open - finał III runda (I-walking, zwroty - swimsuit)

Fitness plażowe debiutantów open - finał II runda (zwroty w grupie)

Fitness plażowe mężczyzn 178 cm - finał II runda (zwroty w grupie)

Fitness plażowe mężczyzn +178 cm - finał II runda (zwroty w grupie)

Fitness sylwetkowe kobiet - finał II runda (I-walking, zwroty)

Fit-model kobiet open - finał IV runda (T-walking, zwroty - suknia)

I BLOK DEKORACJI

Fitness plażowe mężczyzn OPEN

II BLOK

Fit-model mężczyzn - półfinał I runda (zwroty, porównania – spodenki fitness)

Bikini debiutantek open - eliminacje

Bikini kobiet 166 cm - eliminacje

Bikini kobiet +166 cm – eliminacje

Fitness plażowe atletyczne mężczyzn – eliminacje

Fit-model mężczyzn - półfinał II runda (zwroty, porównania – koszulka gimn. + dżinsy)
Bikini debutantek open - półfinał I runda (zwroty, porównania)
Bikini kobiet 166 cm - półfinał I runda (zwroty, porównania)
Bikini kobiet +166 cm - półfinał I runda (zwroty, porównania)
Fitness plażowe atletyczne mężczyzn - półfinał I runda (zwroty, porównania)
Fit-model mężczyzn - finał III runda (I-walking, zwroty – spodenki fitness)
Bikini debutantek open - finał II runda (I-walking + zwroty)
Bikini kobiet 166 cm - finał II runda (I-walking + zwroty)
Bikini kobiet +166 cm - finał II runda (I-walking + zwroty)
Fitness plażowe atletyczne mężczyzn - finał II runda (zwroty)
Fit-model mężczyzn - finał IV runda (prezentacja indyw., zwroty - koszulka gimn. + dżinsy)

II BLOK DEKORACJI

Bikini kobiet OPEN

III BLOK

Wellness kobiet open - eliminacje
Kulturystyka klasyczna mężczyzn open - eliminacje
Classic Physique mężczyzn open - eliminacje
Kulturystyka mężczyzn open - eliminacje
Wellness kobiet open - półfinał I runda (zwroty, porównania)
Kulturystyka klasyczna mężczyzn open - półfinał I runda (pozy obowiązkowe, porównania)
Classic Physique mężczyzn open - półfinał I runda (pozy obowiązkowe, porównania).
Kulturystyka mężczyzn open - półfinał I runda (pozy obowiązkowe, porównania).
Wellness kobiet open - finał II runda (I-walking + zwroty)
Kulturystyka klasyczna mężczyzn open - finał rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy)
Classic Physique mężczyzn open - finał rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy)
Kulturystyka mężczyzn open - finał rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy).

III BLOK DEKORACJI

11. Media:

Osoby reprezentujące media, portale internetowe, telewizje itp. muszą zgłosić się do organizatora zawodów do 31.08.2024 r. w celu uzyskania akredytacji.

12. Postanowienia końcowe:

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZKFITS.

Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora i Sędziego Głównego Zawodów. Ubezpieczenie spoczywa bezpośrednio na zawodnikach lub jednostkach delegujących. Jeśli w jakiejś kategorii będzie mniej niż 7 startujących, nie rozgrywa się półfinałów w tej kategorii, a jedynie finały. Jeśli w jakiejś kategorii będzie mniej niż 5 startujących, kategorie będą łączone.

Informacje o zawodach: dr Bartosz Trąbka, tel. 607 547-051, e-mail: bartosztrabka@gmail.com

Eliminacje na Mistrzostwa Świata w Kulturystyce*: Wszyscy zawodnicy ubiegający się o zakwalifikowanie do reprezentacji Polski na w/w zawody muszą wystartować w swoich konkurencjach w Pucharze Bałtyku. Seniorzy, którzy wywalczą miejsca medalowe, automatycznie kwalifikują się do reprezentacji Polski na MŚ. Pozostałe osoby – po uzyskaniu rekomendacji trenera kadry narodowej.

W konkurencjach nieobjętych programem Pucharu Bałtyku, a rozgrywanych na Mistrzostwach Świata (fitness mężczyzn, kulturystyka na wózkach) zostaną rozegrane rundy eliminacyjne, jeśli zgłoszą się chętni do wyjazdu. Zawodnicy planujący start na MŚ w kulturystyce igrzyskowej, na Pucharze Bałtyku startują w kulturystyce klasycznej.

Eliminacje na Mistrzostwa Świata Juniorów i Weteranów*:

Wszyscy juniorzy i weterani, którzy chcą się zakwalifikować na tegoroczne Mistrzostwa Świata muszą wystartować w swoich konkurencjach na Pucharze Bałtyku. Pierwsze trójki (nie licząc seniorów) automatycznie kwalifikują się do reprezentacji. Pozostali – po uzyskaniu rekomendacji trenera kadry narodowej.

*eliminacje dotyczą zawodników będących reprezentantami członków zwyczajnych Związku.

Zatwierdzam:
mgr inż. Andrzej Michalak
Wiceprezes PZKFITS

Organizator
dr Bartosz Trąbka

Warszawa, dn. 30 lipca, 2024 r