



KOMUNIKAT O ZAWODACH

Puchar Polski Kobiet i Mężczyzn w Wyciskaniu Leżąc XI Mistrzostwa Polski Junierek i Juniorów do lat 20 w Wyciskaniu Leżąc Puchar Polski Weteranek i Weteranów w Wyciskaniu Leżąc

Wilkasy k/Giżycka 20-22 maja 2011 r.

I. CELE:

1. Popularyzacja wyciskania leżąc w Polsce wśród osób pełnosprawnych i niepełnosprawnych.
2. Wyłonienie mistrzyń i mistrzów Polski na rok 2011 w kategorii junierek i juniorów do lat 20.
3. Eliminacje kadry narodowej junierek i juniorów do Mistrzostw Europy Kobiet i Mężczyzn w Wyciskaniu Leżąc.
4. Zawody mają charakter integracyjny.

II. ORGANIZATORZY:

1. Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego w Warszawie.
2. IKS-Integracja-Conan Integracyjny Klub Podnoszenia Ciężarów w Giżycku.
3. AZS COSA Ośrodek w Wilkasach.

III. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

1. Termin zawodów: **20-22 maja 2011r.**
2. Miejsce startu: **Hala Sportowa AZS w Wilkasach przy ul. Niegocińskiej 5.**
3. Termin i miejsce odprawy technicznej: **20 maja 2011r. (piątek) godz. 20:00 w miejscu startu.**
4. Termin zgłoszeń: **13 maja 2011r.** Jest to termin dostarczania zgłoszenia do PZKFITS.
Ostateczne zgłoszenie do zawodów powoduje skutki finansowe opisane w dalszej części niniejszego regulaminu.

IV. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. W zawodach uczestniczyć mogą kluby sportowe – członkowie PZKFITS.
2. Zawodnicy winni posiadać aktualną licencję zawodnika. Dozwolona jest licencja jednorazowa w wysokości 25 zł.
3. Opłacone wpisowe w przypadku:
 - a. zgłoszenia terminowego – do 13 maja 2011r. w pojedynczej klasyfikacji wiekowej 60 zł;
 - b. zgłoszenia spóźnionego – po 13 maja 2011r. do dnia odprawy technicznej w pojedynczej klasyfikacji wiekowej 160 zł od osoby;
 - c. zgłoszenia terminowego – do 13 maja 2011r. w podwójnej klasyfikacji wiekowej (20 lat i seniorów lub weteranów i seniorów) 120 zł;
 - d. zgłoszenia spóźnionego – po 13 maja 2011r. do dnia odprawy technicznej w podwójnej klasyfikacji wiekowej (20 lat i seniorów lub weteranów i seniorów) 320 zł od osoby.

3. Posiadać ważne indywidualne badania lekarskie.

V. SPOSÓB RYWALIZACJI I KLASYFIKACJE

1. Klasyfikacja indywidualna zostanie przeprowadzona w kategoriach wagowych wg obowiązujących nowych limitów w wyciskaniu leżąc:
Kobiety: kat. 47 – 35 kg; kat. 52 – 40 kg; kat. 57 – 45 kg; kat. 63 – 52,5 kg; kat. 72 – 62,5 kg;
kat. 84 – 70 kg; kat. +84 – 77,5 kg.
Mężczyźni: kat. 59 – 85 kg; kat. 66 – 95 kg; kat. 74 – 105 kg; kat. 83 – 120 kg; kat. 93 – 135 kg;
kat. 105 – 145 kg; kat. 120 – 160 kg; kat. +120 – 175 kg.
**Uwaga: Ostateczna zmiana kategorii wagowej może nastąpić na odprawie technicznej.
Podczas ważenia nie ma możliwości zmiany zgłoszonej kategorii wagowej.**
2. Zawodnicy niepełnosprawni wyciskać będą na specjalistycznej szerokiej ławce do wyciskania. Ważenie oraz doliczanie wagi do ciężaru ciała dla amputantów wg przepisów IPF. W przypadku osób wymagających przypięcia pasem czas do rozpoczęcia boju wyniesie 2 minuty.

VI. NAGRODY:

1. Trzy pierwsze miejsca w każdej kategorii wagowej kobiet i mężczyzn zostaną nagrodzone medalami.
2. Trzy pierwsze miejsca w kategorii open junierek i juniorów zostaną nagrodzone statuetkami.
3. Trzy pierwsze miejsca w kategorii open senierek i seniorów zostaną nagrodzone statuetkami.
4. Trzy pierwsze miejsca w kategorii open weteranek i weteranów zostaną nagrodzone statuetkami.
5. Trzy pierwsze miejsca w kategorii drużyna junierek i juniorów zostaną nagrodzone statuetkami.
6. Trzy pierwsze miejsca w kategorii drużyna kobiet i mężczyzn zostaną nagrodzone statuetkami.
7. Organizator przewiduje nagrody rzeczowe w miarę możliwości pozyskanych środków.
8. Wszyscy uczestnicy otrzymają pamiątkowe dyplomy.

VII. INFORMACJE:

1. Adres do korespondencji:
IKS-INTEGRACJA-CONAN
Integracyjny Klub Podnoszenia Ciężarów w Giżycku
ul. Królowej Jadwigi 22/23
11-500 Giżycko
e-mail: integracijagizycko@poczta.fm
2. Wszelkich informacji udziela **Ryszard Kałamarz**, tel. kom. 784-425-921,
e-mail: integracijagizycko@poczta.fm
3. Informacje o zawodach wraz z Regulaminem oraz drukami zgłoszeń dostępne będą w Internecie na witrynie www.pzkfits.pl , www.powerlifting.pl

VIII. ZGŁOSZENIA:

1. Zgłoszenie klubu sportowego do uczestnictwa w zawodach wysła się do **PZKFITS**.
2. **Zgłoszenia dokonuje się wyłącznie na specjalnym druku załączonym do Regulaminu** wysłanego pocztą elektroniczną, zwykłą lub faxem na adres e-mail: zgloszenia@pzkfits.pl jako załącznik do wiadomości. Załącznik ma być plikiem w formacie Excela 98-2003.
3. Każde zgłoszenie jest potwierdzane.
4. Zgłoszenia ustne lub telefoniczne, z uwagi na konsekwencje finansowe zgłoszenia, nie będą honorowane.
5. Lista zgłoszeń będzie dostępna w Internecie na witrynie www.pzkfits.pl , www.powerlifting.pl na 5 dni przed odprawą techniczną. Lista będzie sukcesywnie aktualizowana.
6. Ze względów organizacyjnych osoby zgłaszane będą oznaczone w zgłoszeniu ze względu na stopień sprawności: pełnosprawność, niepełnosprawność i poruszanie się na wózku.
7. Ostateczna lista zgłoszeń będzie ustalona na Odprawie Technicznej.

IX. ZAKWATEROWANIE I WYŻYWIENIE:

1. Akademicki Związek Sportowy Centralny Ośrodek Sportu Akademickiego, Ośrodek w Wilkasach, ul. Niegocińska 5, Wilkasy, 11-500 Giżycko; 30zł/os
2. Wyżywienie w AZS COSA Wilkasy – 37zł/os (śniadanie - 9zł, obiad - 19zł, kolacja - 9zł)
3. Zamówienie na zakwaterowanie i wyżywienie z podaniem ilości noclegów, śniadań, obiadów i kolacji dokonać w nieprzekraczalnym terminie do dnia **13 maja 2011r.** na **druku** dołączonym do regulaminu /załącznik nr 1/ na adres wilkasy@azs.pl . Po tym terminie Organizator nie zapewnia możliwości skorzystania z noclegów i wyżywienia. **tel. 87-428-07-00.**
4. Wszystkie należności związane z zakwaterowaniem płatne SA w miejscu zakwaterowania.
5. Wszystkie należności związane z opłatą wpisowego płatne wyłącznie gotówką w Hali Sportowej AZS w Wilkasach przy ul. Niegocińskiej 5
6. **Za niewykorzystane miejsca noclegowe oraz wyżywienie klub sportowy składający zamówienie ponosi taki sam koszt, jakby te miejsca i wyżywienie zostały wykorzystane.**

X. PROGRAM ZAWODÓW I ODPRAWA TECHNICZNA:

1. Odprawa techniczna 20 maja 2011r. (piątek) o godz. 20:00
2. Dokładny program zawodów będzie ustalony po wpłynięciu zgłoszeń i opublikowany na 5 dni przed odprawą techniczną w Internecie na witrynie www.pzkfits.pl, 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, wyznaczenie przedstawiciele PZKFITS i kierownicy ekip, po jednej osobie z ekipy. Zawodniczki lub zawodnicy będącymi pojedynczymi reprezentantami swojego Klubu sportowego również mają prawo uczestniczyć w odprawie technicznej.

XI. REGULAMIN ZAWODÓW I PRZEPISY SZCZEGÓŁOWE:

1. Na zawodach obowiązują przepisy i procedury IPF i PZKFITS.
2. Niniejsze informacje podlegają szczegółowym definicjom, regulacjom i przepisom zawartych w „Regulaminie ogólnym zawodów” dostępnego na witrynie internetowej PZKFITS pod adresem: http://www.pzkfits.pl/komunikaty/2011/regulamin_ogolny.pdf

Wilkasy, 23.03.2011r.

**Wiceprezes PZKFITS
ds. Trójboju Siłowego**

dr hab. Marek Kruszewski

**Prezes Klubu
IKS-INTEGRACJA-CONAN**

Ryszard Kałamarz

Załącznik nr 1

**Puchar Polski Seniorów w Wyciskaniu Leżąc
Mistrzostwa Polski Juniorów do lat 20 w Wyciskaniu Leżąc
Puchar Polski Weteranów w Wyciskaniu Leżąc**

Wilkasy k/Giżycka 20-22 maja 2011 r.

Karta rezerwacji noclegów i wyżywienia

Nazwa Klubu

.....

NOCLEGI				WYŻYWIENIE					
20/21.05. 2011		21/22.05. 2011		20.05.2011	21.05.2011	21.05.2011	21.05.2011	22.05.2011	22.05.2011
K	M	K	M	kolacja	śniadanie	obiad	kolacja	śniadanie	obiad
TR	TR	TR	TR						

UWAGA!

W rubryki proszę wpisać liczbę osób korzystających z poszczególnych świadczeń /przy noclegach z podaniem ilości kobiet i mężczyzn/ z zaznaczeniem trenerek i trenerów/.

.....
(Pieczęć klubu i podpis osoby zamawiającej)