

Regulamin

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.1 – 28.06 (piątek) Hala 100-lecia Sopotu

Fitness sylwetkowe kobiet - open
Fitness Bikini kobiet 163 cm
Fitness Bikini kobiet 169 cm
Fitness Bikini kobiet +169 cm
Plażowa sylwetka mężczyzn 178 cm
Plażowa sylwetka mężczyzn 182 cm
Plażowa sylwetka mężczyzn +182 cm
Plażowa sylwetka mężczyzn (Atletyczna) – open
Kult. juniorów do 75 kg (do 23 lat rocznikowo)
Kult. juniorów + 75 kg (do 23 lat rocznikowo)

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.2 – 29.06 (sobota) Hala 100-lecia Sopotu

Kult. seniorów starszych - open (39 lat rocznikowo i starsi)
Kult. klasyczna mężczyzn 175 cm
Kult. klasyczna mężczyzn 180 cm
Kult. klasyczna mężczyzn + 180 cm
Kult. mężczyzn do 70 kg
Kult. mężczyzn do 80 kg
Kult. mężczyzn do 90 kg
Kult. Mężczyzn + 90 kg

1. Cele imprez

- popularyzacja kulturystyki i fitness

2. Organizator

- Sopotskie Stowarzyszenie Kulturystyki i Rekreacji

3. Współorganizatorzy

- Hryszkiewicz TEAM

4. Partnerzy

- MOSiR Sopot

5. Zgłoszenia

Zgłoszenia przyjmowane będą od 18.03 do 21.06.2024 roku. Zgłoszenia będą przyjmowane do 21.06.2024r. do godziny 24.00. Zgłoszenie uważa się za przyjęte, od momentu odpowiedzi zwrotnej od organizatora "Potwierdzam zgłoszenie".

Zgłoszenia będą potwierdzane do 7 dni roboczych. Zgłoszenia należy wysłać na adres sopotmymotivation@o2.pl.

W zgłoszeniu każdy uczestnik musi podać:

- imię i nazwisko,
- dokładną datę urodzenia,
- dokładną kategorię w jakiej uczestnik chce wziąć udział.

6. Weryfikacje:

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.1

28 czerwca 2024r. (piątek) godz. 8.15 – 9:30, Hala 100-lecia Sopotu, ul. Goyki 7 Sopot

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.2

29 czerwca 2024r. (sobota) godz. 8.15 – 9:30, Hala 100-lecia Sopotu, ul. Goyki 7 Sopot

7. Przebieg weryfikacji:

- pomiar wagi/wzrostu,
- potwierdzenie wpłaty,
- zebranie dodatkowych oświadczeń od zawodników np. gdy zawodnik jest niepełnoletni,
- przydział do poszczególnych kategorii oraz pobranie numerka startowego,
- odebranie opasek upoważniających do wejścia na zaplecze imprezy,
- przekazanie nośnika pendrive z utworem do układu dowolnego w formacie mp3 (tylko w kategoriach kulturystycznych).

8. Termin i miejsce zawodów:

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.1

28 czerwca 2024r. (piątek) godz. 10:30, Hala 100-lecia Sopotu, ul. Goyki 7 Sopot

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.2

29 czerwca 2024r. (sobota) godz. 10:30, Hala 100-lecia Sopotu, ul. Goyki 7 Sopot

9. Warunki uczestnictwa w imprezie:

- W imprezie mogą uczestniczyć, osoby które w dniu wydarzenia będą prezentowały nienaganną formę startową oraz "zadbają o estetykę swojego ciała*".
- Wszyscy biorący udział w XVII Zawodach w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 zobowiązani są do wpłaty wpisowego, po otrzymaniu potwierdzenia zgłoszenia drogą mailową. Wysokość wpisowego uzależniona jest od terminu dokonania wpłaty:

- wpłata do dnia 07.04.2024 – 350 zł od uczestnika,

- wpłata od dnia 08.04.2024 – 400 zł od uczestnika.

Wpłaty wpisowego dokonujemy na niżej podane konto do 21.06.2024 roku.

- Jeśli zawodnik decyduje się na udział w dwóch kategoriach należy dokonać wpłaty w wysokości podwójnego wpisowego.

PKO S.A. PL 29 1440 1387 0000 0000 0721 4968
Sopockie Stowarzyszenie Kulturystryki i Rekreacji (SSKiR)

TYTUŁEM:

„Wpisowe – imię, nazwisko – data urodzenia – wybrana kategoria”

Wpłata wpisowego, jednoznacznie oznacza akceptację oficjalnego regulaminu XVII Zawodów w Kulturystryce i Fitness Sopot 2024 cz.1 oraz cz.2.

- Wpisowe nie podlega zwrotowi w przypadku:
 - negatywnej weryfikacji,
 - rezygnacji uczestnika po dokonaniu wpłaty wpisowego,
 - rezygnacji uczestnika ze startu po weryfikacji,
 - spóźnienia się uczestnika na start swojej kategorii.
- Przy weryfikacji wymagany jest dokument tożsamości, wydrukowany dowód wpłaty wpisowego, nośnik pendrive z utworem do układu dowolnego w formacie mp3 (tylko w kategoriach kulturystrycznych).
- Zawodniczki i zawodnicy, którzy nie dokonali zgłoszenia w terminie wskazanym w punkcie 5, mogą zgłosić się do udziału w zawodach bezpośrednio na weryfikacji. Dokonanie zgłoszenia w dniu weryfikacji będzie obciążone dodatkową opłatą w wysokości 100zł. W tej sytuacji wpłaty wpisowego z uwzględnieniem dodatkowej opłaty należy dokonać bezpośrednio podczas weryfikacji.
- W przypadku zawodniczek i zawodników, którzy dokonali zgłoszenia w terminie, ale nie dokonali wpłaty wpisowego do 21.06.2024 roku, wpisowe zostanie obciążone dodatkową opłatą w wysokości 100zł. W tej sytuacji wpłaty wpisowego z uwzględnieniem dodatkowej opłaty należy dokonać bezpośrednio podczas weryfikacji.
- W imprezie mogą uczestniczyć osoby, które w 2024r. kończą 16 lat i starsze.
- Uczestnicy, którzy nie mają ukończonego 18 roku życia, muszą mieć ze sobą pisemne oświadczenie od rodziców lub prawnych opiekunów, w którym wyrażają oni zgodę na start niepełnoletniego uczestnika w XVII Zawodach w Kulturystryce i Fitness Sopot 2024 oraz biorą za niego pełną odpowiedzialność.
- W przypadku niespełnienia wyżej wymienionych warunków przez uczestnika imprezy, uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału.

10. Komisja sędziowska

- Komisję sędziowską do prowadzenia imprez wyznaczy zarząd SSKiR.

11. Odprawa sędziowska

- Bezpośrednio po weryfikacji

12. Nagrody

- W każdej kategorii:

za miejsca I-III – puchary

I-VI – dyplomy

Organizatorzy przygotowali dodatkowe nagrody dla najlepszych uczestników w poszczególnych kategoriach.

13. Planowany program imprez

- Ostateczny program imprez będzie podany po zakończeniu weryfikacji.

Wstępny program imprez

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.1

**28 czerwca 2024r. (piątek) godz. 10:30, Hala 100-lecia Sopotu, ul. Goyki 7
Sopot**

I BLOK

Fitness Bikini kobiet 163 cm - eliminacje

Fitness Bikini kobiet 169 cm - eliminacje

Fitness Bikini kobiet +169 cm – eliminacje

Fitness sylwetkowe kobiet – eliminacje

Fitness Bikini kobiet 163 cm - półfinał I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)

Fitness Bikini kobiet 169 cm - półfinał I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)

Fitness Bikini kobiet +169 cm - półfinał I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)

Fitness sylwetkowe kobiet - półfinały I runda (ocena sylwetki w stroju bikini)

Fitness Bikini kobiet 163 cm - finały II runda (T-walking + ocena sylwetki)

Fitness Bikini kobiet 169 cm - finały II runda (T-walking + ocena sylwetki)

Fitness Bikini kobiet +169 cm - finały II runda (T-walking + ocena sylwetki)

Fitness sylwetkowe kobiet - finały II runda (T-walking, ocena sylwetki)

I BLOK DEKORACJI

Fitness bikini OPEN

II BLOK

Plażowa sylwetka mężczyzn 178 cm - eliminacje

Plażowa sylwetka mężczyzn 182 cm - eliminacje

Plażowa sylwetka mężczyzn +182 cm - eliminacje

Plażowa sylwetka mężczyzn 178 cm - półfinały I runda (zwroty, porównania)

Plażowa sylwetka mężczyzn 182 cm - półfinały I runda (zwroty, porównania)

Plażowa sylwetka mężczyzn +182 cm - półfinały I runda (zwroty, porównania)

Plażowa sylwetka mężczyzn 178 cm - finały II runda (prezentacja indywidualna + zwroty w grupie)

Plażowa sylwetka mężczyzn 182 cm - finały II runda (prezentacja indywidualna + zwroty w grupie)

Plażowa sylwetka mężczyzn +182 cm - finały II runda (prezentacja indywidualna + zwroty w grupie)

II BLOK DEKORACJI

Plażowa sylwetka OPEN

Przerwa ok. 15min.

III BLOK

Plażowa sylwetka mężczyzn (Atletyczna) – eliminacje

Kulturystyka juniorów do 75 kg - eliminacje

Kulturystyka juniorów + 75 kg – eliminacje

Plażowa sylwetka mężczyzn (Atletyczna) - półfinały I runda (zwroty, porównania)

Kulturystyka juniorów do 75 kg - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka juniorów + 75 kg - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka juniorów do 75 kg - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka juniorów + 75 kg - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Plażowa sylwetka mężczyzn (Atletyczna) - finały II runda (prezentacja indywidualna + zwroty w grupie)

III BLOK DEKORACJI

Kulturystyka juniorów OPEN

XVII Zawody w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.2

29 czerwca 2024r. (sobota) godz. 10:30, Hala 100-lecia Sopotu, ul. Goyki 7

Sopot

I BLOK

Kulturystyka seniorów starszych – eliminacje

Kulturystyka klasyczna 175 cm - eliminacje

Kulturystyka klasyczna 180 cm - eliminacje

Kulturystyka klasyczna + 180 cm – eliminacje

Kulturystyka seniorów starszych - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka klasyczna 175 cm - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka klasyczna 180 cm - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka klasyczna +180 cm - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka seniorów starszych - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka klasyczna 175 cm - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka klasyczna 180 cm - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka klasyczna +180 cm - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

I BLOK DEKORACJI

Kulturystyka klasyczna OPEN

Wręczenie podziękowań dla sponsorów imprezy

II BLOK

Kulturystyka mężczyzn do 70 kg - eliminacje

Kulturystyka mężczyzn do 80 kg - eliminacje

Kulturystyka mężczyzn do 70 kg - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka mężczyzn do 80 kg - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka mężczyzn do 70 kg - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka mężczyzn do 80 kg - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka mężczyzn do 90 kg - eliminacje

Kulturystyka mężczyzn +90 kg - eliminacje

Kulturystyka mężczyzn do 90 kg - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka mężczyzn +90 kg - półfinały I runda (prezentacja, pozy obowiązkowe, porównania)

Kulturystyka mężczyzn do 90 kg - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

Kulturystyka mężczyzn +90 kg - finały rundy II i III (pozy obowiązkowe, dogrywka, programy dowolne)

II BLOK DEKORACJI

Kulturystyka OPEN (zwycięzcy kategorii do 70 kg, do 80 kg, do 90 kg, +90 kg)

14. Media

• Osoby reprezentujące media społecznościowe, portale internetowe, telewizje itp. muszą zgłosić się do organizatora imprezy do dnia 21.06.2024r. w celu uzyskania akredytacji. Liczba akredytacji ograniczona.

15. Brązowanie natryskowe

- Brązowanie natryskowe na zawodach zapewnia nasz Partner „Sklep Zawodnika”. Brązowanie odbywać się przez dwa dni imprezy od godzin porannych tuż obok sceny zawodów. Brązowanie wykonywane jest produktami „ProTan” oraz „Jan Tana”. Zgłoszenia oraz szczegółowe informacje dotyczące brązowania: Joanna Piotrkowicz tel/WhatsApp: +48 604 414 123

W zgłoszeniu podajemy:

- imię i nazwisko,
- kategorię startową,
- miejsce zawodów: Sopot.

16. Postanowienia końcowe

- Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora i Sędziego Głównego imprezy.
- Organizator wprowadza możliwość startu w dwóch wybranych kategoriach, z zastrzeżeniem startu zawodniczek w kategorii fitness bikini i fitness sylwetkowym oraz zawodników w plażowej sylwetce tradycyjnej i atletycznej, gdyż w tych przypadkach decydują inne elementy oceny.
- Ubezpieczenie spoczywa bezpośrednio na uczestnikach imprezy.
- Jeśli w jakiejś kategorii będzie mniej niż 15 uczestników, nie rozgrywa się eliminacji w tej kategorii, a jedynie półfinały i finały.
- Jeśli w jakiejś kategorii będzie mniej niż 7 uczestników, nie rozgrywa się półfinałów w tej kategorii, a jedynie finały.
- Organizator zastrzega sobie prawo do łączenia kategorii tylko w momencie, gdy w jakiejś kategorii będzie tylko jeden uczestnik.
- Zakazane jest używanie bronzarów brudzących w kremie.
- Obuwie w kat. fitness sylwetkowym oraz fitness bikini: grubość podeszwy max 1 cm, wysokość szpilki max 12 cm.
- Kostiumy w kat. fitness bikini: majteczki zakrywają 1/3 pośladków
- Plażowa sylwetka: luźne spodenki windsurfingowe do kolan. Kolorystka dowolna.
- Kulturystyka ekstremalna i klasyczna: spodenki (majtki) z minimum 1cm szerokości paska na biodrach.
- Podczas imprez w rundzie eliminacyjnej mogą zostać rozegrane dogrywki o wejście do półfinału, w przypadku uzyskania przez uczestników takiej samej liczby punktów.
- W przypadku remisu punktowego w półfinałach i finałach o zajęciu lokaty decyduje najlepsza ocena cząstkowa po odjęciu skrajnych not.
- Na zapleczu będą mogli przebywać jedynie zawodnicy wraz z jedną osobą towarzyszącą wybrana przez siebie, która będzie musiała mieć przypiętą opaskę na rękę, otrzymaną podczas weryfikacji.
- Uczestniczki planujące start w konkurencji fitness bikini proszone są o realistyczną ocenę swojego wyglądu i stanu przygotowań. Jeśli rozwój umięśnienia i/lub jego stopień odtłuszczenia są wysokie, uczestniczka powinna wziąć udział w fitness sylwetkowym. Będzie na to zwracana baczna uwaga podczas weryfikacji

oraz podczas sędziowania danej kategorii. To samo odnosi się do uczestników w plażowej sylwetce, którzy przy większym umięśnieniu powinni startować w kategorii atletycznej.

- Uczestnikom imprezy zabrania się opuszczenie zaplecza JEDYNNIE w stroju startowym.
- Na terenie obiektu obowiązuje całkowity zakaz palenia wyrobów tytoniowych oraz papierosów elektronicznych.
- **Wszyscy uczestnicy imprezy zobowiązani są do zapoznania się i przestrzegania regulaminu obiektu – Regulamin Hali Sportowej 100-lecia w Sopocie. Niniejszy regulamin stanowi załącznik do regulaminu XVII Zawodów w Kulturystyce i Fitness Sopot 2024 cz.1 i cz.2**
- Wszystkie kwestie sporne zostaną rozpatrywane na korzyść organizatora imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany powyższego regulaminu w każdym momencie, kiedy sytuacja będzie tego wymagała.

Więcej informacji:

Henryk i Michał Hryszkiewicz

- tel. 601 612 508,

- mail: sopotmymotivation@o2.pl

* - Interpretacja wyróżnionej części zdania w pkt. 8 - "zadbają o estetykę swojego ciała" - chodzi tu o dokładną depilację swojego ciała.

Przedziały wzrostowo-wagowe do kulturystyki klasycznej:

Kult. klasyczna mężczyzn:

Limity wagi ciała uczestników w zależności od wzrostu:

Kategoria do 175 cm wzrostu:

Wzrost do 168 cm - Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 0 kg

Wzrost do 171 cm - Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 2 kg

Wzrost do 175 cm - Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 4 kg

Kategoria do 180 cm wzrostu:

Wzrost do 178 cm - Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 6 kg

Wzrost do 180 cm - Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 7 kg

Kategoria powyżej 180 cm wzrostu:

Dla zawodników ze wzrostem od 180,1 cm do 190 cm (włącznie) obowiązuje limit:

Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 8 kg

Dla zawodników ze wzrostem od 190,1 cm do 198 cm (włącznie) obowiązuje limit:

Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 9 kg

Dla zawodników ze wzrostem powyżej 198 cm obowiązuje następujący limit:

Maks. waga ciała w kg = (wzrost [cm] – 100) + 10 kg