



# XXI ATVIRŲJŲ „GymON“ VILNIAUS KULTŪRIZMO, KLASIKINIO KULTŪRIZMO, KŪNO FITNESO IR BIKINIO FITNESO PIRMENYBIŲ

## NUOSTATAI

### I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Tikslas – populiarinti kultūrizmą bei kūno rengybą Vilniaus mieste ir regione.

Pirmenybių uždaviniai:

1. Skatinti žmones sportuoti ir propaguoti sveiką gyvenimo būdą;
2. Išaiškinti geriausius kultūrizmo ir kūno rengybos sportininkus, trenerius, klubus;
3. Sėkmingai pasirengti tarptautinėms varžyboms.

### II. VARŽYBŲ LAIKAS, VIETA, ORGANIZATORIAI

2018 m. balandžio 8 d. Lenkų kultūros namuose (adresas: Naugarduko g. 76, LT-03202, Vilnius, <http://www.polskidom.lt>) vyks ATVIROSIOS XXI „GymON“ VILNIAUS 2018 M. KULTŪRIZMO, KŪNO RENGYBOS IR BIKINIO PIRMENYBĖS.

Pirmenybes organizuoja Vilniaus kultūrizmo ir kūno rengybos klubų sąjunga (toliau – Sąjunga).

<b>08.00-10.30 val.:</b>	<b>Varžybų dalyvių registracija</b>
<b>11.45-12.00 val.:</b>	<b>Teisėjų ir klubų vadovų pasitarimas</b>
<b>12.00-12.30 val.:</b>	<b>Pietūs</b>
<b>13.00-17.00 val.:</b>	<b>Pirma varžybų dalis</b>
<b>18.00-21.30 val.:</b>	<b>Vakarinė varžybų dalis (finalai)</b>

Varžybų direktorius: Andžej Jusel (+370 650 30 408; el. paštas [juselandzej@gmail.com](mailto:juselandzej@gmail.com));

Vyriausiasis teisėjas: Sandra Martinkienė (+37068581775);

Vyr. Sekretorės: Asta Šarlauské ir Kristina Karaliūtė-Stoliarovienė

### III. VARŽYBŲ PROGRAMA

Varžybų programą sudaro:

#### **I. Jauniai (18 m.):**

Vaikinų kultūrizmas.

#### **II. Jaunimas (23 m.):**

Merginų kūno fitnesas;

Vaikinų kultūrizmas;

Bikinis nuo 16 iki 23 m. (JB);

Klasikinis kultūrizmas (JKK);

Vaikinų figūra „Physique“ (JF).

#### **III. Veteranai (virš 35m ir 40m):**

Moterų kūno fitnesas (MVKF);

Vyrų kultūrizmas (VVK);

#### **IV. Suaugusieji:**

Naujokių bikinis (NB);

Moterų „Wellness“ (MW);

Moterų naujokių kūno fitnesas (MNKF);

Vyrų naujokų kultūrizmas (VNK);

Bikinis (MB) iki 169cm ir per 169cm;

Vyrų figūra „Physique“ (VF) iki 178cm ir per 178cm;

Kūno fitnesas (MKF);

Klasikinis kultūrizmas (VKK);

Vyrų kultūrizmas (VK): iki 90 kg ir per 90 kg.

**Jei per išankstinę registraciją iki kovo 25 d. kategorijose užsiregistruos mažiau nei 3 dalyviai, tai jie bus prijungiami prie kitų kategorijų arba tokios kategorijos nebus (pvz. Wellness).**

#### **Absoliutaus nugalėtojo rinkimai:**

Moterų kūno fitnesas (dalyvauja nugalėtojos 23 m., MNKF, MVKF, MKF);

Vyrų kultūrizmas (dalyvauja nugalėtojai 18 m., 23 m., JKK, VNK, VKK, VK 90 kg ir per 90 kg).

Bikinio (dalyvauja nugalėtojos JB, NB, MB iki 169cm ir MB per 169cm).

Vyrų figūra „Physique“ (dalyvauja nugalėtojai iki 23m JF, VF iki 178 ir VF per 178cm).

#### **Pirma varžybų dalis.**

**Programoje:** dalyvauja jaunieji, jaunimas, naujokai, veteranai, moterų „Wellness“.

Vykdomas atrankos etapas suaugusiųjų kategorijose, jei užsiregistravo daugiau nei 6 dalyviai.

#### **Antra (vakarinė) varžybų dalis.**

**Programoje:** dalyvauja suaugusiųjų amžiaus finaliniai šešetukai ir absoliučių pirmenybių rinkimai.

Varžybos vyks pagal iš anksto numatytą scenarijų, kuris bus paskelbtas po registracijos.

#### IV. DALYVIAI

Varžybose dalyvauja Lietuvos miestų ir rajonų klubų komandos bei svečiai iš užsienio. Sportininkai gali rungtyniauti ir individualiai.

Dalyvių komandinė priklausomybė nustatoma pagal pateiktą komandos paraišką, patvirtintą klubo vadovo (žr. priedą Nr. 2).

#### V. PARAIŠKOS

**Komandų vadovai iki š.m. kovo 25 d. el. paštu: [ajusel@kfsajunga.lt](mailto:ajusel@kfsajunga.lt) privalo atsiųsti užpildytas paraiškas** (žr. priedą Nr. 2 ir Nr. 3). Paraiškos originalas, dalyvio anketa ir dalyvių asmens dokumentai pateikiami sekretoriatui, varžybų dieną per registraciją.

Kiekvienas dalyvis turi pristatyti sveikatos pažymą (arba komandinėje paraiškoje esančioje grafoje gydytojo atžymą) su gydytojo antspaudu ir parašu, kad gali dalyvauti varžybose.

#### VI. DALYVIŲ REGISTRACIJA

Dalyvių registracija vyks varžybų dieną 2018 m. balandžio 8 d. Lenkų kultūros namuose (adresas: Naugarduko g. 76, LT-03202, Vilnius, <http://www.polskidom.lt>).

**Visi varžybų dalyviai privalo j registraciją atvykti 8.00, dalyviai bus registruojami pagal kategorijas, pradedant nuo jaunių.**

Per registraciją vyrų klasikinio kultūrizmo sportininkai yra sveriami ir išmatuojamas jų ūgis. Bikinio dalyvių išmatuojamas ūgis, bei tikrinama apranga, o vyrai kultūristai – sveriami.

#### **Registracijos metu dalyvis privalo:**

1. Vilkėti varžybų aprangą (vyrai – glaudėmis, moterų – bikinio ir kūno fitneso sportininkės pateikia visą savo varžybines aprangą ir avalynę teisėjų apžiūrai);
2. Turėti pasą arba asmens tapatybės kortelę;
3. Pateikti gydytojo leidimą dalyvauti varžybose;
4. Turėti muzikinį įrašą CD (įrašas privalo būti disko pradžioje, rekomenduojama diske įrašyti du muzikinio įrašo variantus – \*.mp3 ir \*.wav formatais). CD pateikiamas su dėklu, ant kurio turi būti užrašyti dalyvio vardas, pavardė, komandos pavadinimas;
5. Užpildyti dalyvio anketą (žr. priedą Nr. 3);
6. Sumokėti starto mokestį.
7. **Grimas privalo būti NETEPUS.**

Komandos, norinčios dalyvauti varžybose atsiunčia dalyvių paraišką iki 2018-03-25 e.paštu: . [juselandzej@gmail.com](mailto:juselandzej@gmail.com)

Vieno dalyvio starto mokestis – 40 €.

Komandoms, kurių narių skaičius yra didesnis nei šeši sportininkai, dalyvio mokestis – 30 €.

Jei dalyvis ar komanda ne federacijos narys arba komandos atsiunčia dalyvių paraišką po 2018-03-25 – vieno dalyvio mokestis – 60 €.

#### **Leidimai aptarnaujančiam personalui (treneriams, grimuotojams ir kt.):**

- komanda, kurios sudėtis – 3 arba mažiau sportininkų išduodamas vienas leidimas,
- komanda, kurios sudėtis – iš 4-6-ių sportininkų išduodami du leidimai,
- komanda, kurios sudėtis daugiau – 7-i ir daugiau sportininkų išduodami trys leidimai,
- komanda norinti įsigyti papildomą leidimą aptarnaujančiam personalui (treneriams, grimuotojams ir kt.) gali įsigyti sumokėjus papildomą 15 Eur mokestį.

Šie leidimai suteikia galimybę būti tik varžybų užkulisiuose. Norintys stebėti varžybas žiūrovų vietose, turės įsigyti bilietus.

#### VII. ĮSKAITA

Varžybos yra asmeninės-komandinės varžybos.

Į komandinę klubų įskaitą skaičiuojami klubo sportininkų taškai už iškovotas 1-10 vietas atskirose kategorijose: 1 vieta – 16 tšk., 2 vieta – 12 tšk., 3 vieta – 9 tšk., 4 vieta – 7 tšk., 5 vieta – 6 tšk. ir t.t. (10 vieta – 1 tšk.).

#### VIII. APDOVANOJIMAI

Varžybų nugalėtojai ir prizininkai apdovanojami medaliais, diplomais ir rėmėjų įsteigtais prizais, 4-6 vietas iškovoję sportininkai – diplomais.

#### **PLANUOJAMI PINIGINIAI PRIZAI**

Taip pat yra apdovanojami 3 produktyviausiai dirbę klubai ir treneriai.

#### IX. SAUGUMAS

Atsakingas už varžybų organizavimą, jų saugumą ir bilietų kontrolę – varžybų direktorius Andžej Jusel. Organizatorius užtikrina medicininį varžybų aptarnavimą, darbo sąlygas teisėjams, sekretariatui, žiniasklaidos atstovams.

#### X. VARŽYBŲ FOTOGRAFAVIMAS BEI FILMAVIMAS

Dėl žiniasklaidos atstovų akreditacijos ir jos sąlygų prašome kreiptis į pirmenybių direktorių Andžejų Jusel ( tel. 8 65030408; el. p.: ). [ajusel@kfsajunga.lt](mailto:ajusel@kfsajunga.lt) Akredituotiems atstovams bus numatytos darbo vietos arti scenos, galimybė patekti į užkulsius. Registruojantis ( iki kovo 25 d.) prašome nurodyti: vardą, pavardę, poziciją (rašantis žurnalistas, fotografas, operatorius). Akreditacijas bus galima atsiimti varžybų dieną per registraciją nuo 9 iki 10 val. ir nuo 17.30 iki 18.00 val.

Neužsiregistravusiems iki nurodytos datos, bus taikomas papildomas mokestis 15 Eur.

#### XI. Dalyvių, teisėjų, trenerių ir klubų vadovų atsakomybė ir pareigos (žr. priedą nr. 1)

**Dėl dalyvių, teisėjų, trenerių ir klubų vadovų atsakomybių ir pareigų  
VŠĮ “Vilniaus kultūrizmo ir fitnio klubų sąjungos” organizuojamuose renginiuose.**

Per VŠĮ “Vilniaus kultūrizmo ir fitnio klubų sąjungos” (toliau – Sąjungos) varžybas (ar kito renginio) registraciją ir pačias varžybas (renginį) dalyviai privalo laikytis varžybų taisyklių, nuostatų ir jų reikalavimų, elgtis garbingai ir sportiškai savo kolegų sportininkų, varžybų organizatorių, teisėjų, žiūrovų atžvilgiu. Plačiau skaityti 1 priedą nesportiškas elgesys.

**1 PRIEDAS. NESPORTIŠKAS ELGESYS**

1. Nesportiškas elgesys yra draudžiamas.

2. Nesportišku elgesiu laikoma:

- 2.1. dalyvių elgesys, susijęs su diskriminacija dėl kilmės, rasės, tautybės, religijos, kalbos, lyties, seksualinės orientacijos, fizinės negalios ar dėl bet kokios kitos priežasties;
- 2.2. chuliganiški ar agresyvūs veiksmai, necenzūrinių, įžeidžiančių ar grasinančių žodžių ir/ar gestų naudojimas registracijos metu, iki varžybų (renginio), varžybų (renginio) metu ar po varžybų (renginio) žiūrovų ar kitų dalyvių atžvilgiu;
- 2.3. netinkamas elgesys oficialių varžybų (renginio) asmenų atžvilgiu, įskaitant jų įžeidimą (žodžiais, gestais ar elgesiu), necenzūrinius žodžius, grasinimus ar prievartos naudojimą;
- 2.4. dalyvių ar žiūrovų užpuolimas (fizinės jėgos panaudojimas);
- 2.5. muštynių provokavimas, pradėjimas ar įsitraukimas į muštynes registracijos metu, iki varžybų (renginio), varžybų metu (renginio) ar po varžybų (renginio);
- 2.6. spjaudymas į oponentus ir/ar kitus asmenis;
- 2.7. Sąjungos ar Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacijos (toliau – Federacijos) ar dalyvių tiesioginis ar netiesioginis kaltinimas šališkumu, ar abejojimas jų sąžiningumu viešuose pasisakymuose, nesant tam pakankamai pagrįstų objektyvių įrodymų;
- 2.8. kitų dalyvių įžeidimas viešuose pasisakymuose;
- 2.9. sportininkų dopingo vartojimas;
- 2.10. nepaklusimas Sąjungos ir/ar Federacijos organų, Drausmės ir apeliacijos komisijos nurodymams ar reikalavimams;
- 2.11. Sąjungos, Federacijos, EBFF ir IFBB organų sprendimų nevykdymas;
- 2.12. bet kokie kiti veiksmai, kuriais daroma žala Sąjungos, Federacijos, jėgos sporto, kultūrizmo, fitneso ar dalyvių įvaizdžiui, ar reputacijai;
- 2.13. rengimasis ar pasikėsinimas atlikti bet kuri iš aukščiau nurodytų veiksmų.

3. Nesportišku laikomas ir toks elgesys, kuris laikytinas nesportišku remiantis Sąjungos, Federacijos įstatais, varžybų nuostatais, EBFF ir IFBB patvirtintais etikos kodeksais.

4. Klubai privalo užtikrinti, kad juos palaikantys žiūrovai susilaikytų nuo nesportiško elgesio. Už žiūrovų nesportišką elgesį sankcijos gali būti taikomos atitinkamam klubui.

5. Už nesportišką elgesį gali būti skiriama nuobauda.

**Varžybų dalyvių pareigos:**

- vykdyti teisėjų ir oficialių asmenų nurodymus (pvz., privalo būti atidūs registracijos metu, kai paskelbiama dalyvio kategorija, turi eiti registruotis nedelsiant);
- būdami scenos užkulisiuose, dalyviai apšilimo zonoje privalo būti pasirengę išeiti į sceną, kai yra kviečiama jo kategorija, turi tvarkingai sustoti į eilę pagal dalyvio numerį, klausydamiesi oficialių atsakingų asmenų. Scenoje turi stovėti pusiau atsipalaidavę, nepozuoti tol, kol to nepaprašo scenos teisėjas. Pasibaigus pusfinaliams, turi būti atidūs, kol yra paskelbiamas finalinių varžybų dalyvių sąrašas ir būti pasiruošę dalyvauti finale;
- vilkėti švaria, tvarkinga ir tinkama apranga;

- rungtyniaujant scenoje negalima savavališkai (be teisėjo leidimo) palikti scenos;
- atliekant privalomas pozas, dalyviai pagal informuojančiojo teisėjo komandas privalo atlikti jas vienu metu;
- 1–6 vietas iškovoję sportininkai privalo dalyvauti prizų teikimo ceremonijoje, negali palikti varžybų scenos apdovanojimo ceremonijai nepasibaigus. Išskirtiniais atvejais (pvz., dėl ligos, blogos savijautos), informavęs vyriausiąjį teisėją ir šiam neprieštaraujant, dalyvis pagrįstai gali būti atleistas nuo ceremonijos;
- varžybų organizatoriams gražinti švarias patalpas ir nesugadintą inventorių;
- varžybų vietoje (persirengimo kambariuose, užkulisiuose ir kt.) nevirtoti alkoholinių gėrimų, tabako gaminių, narkotinių medžiagų, kramtomosios gumos, saldainių ir kalbėtis su kitais dalyviais pasirodymo metu.

Pažeidus taisykles, gavus informaciją iš varžybų vyriausiojo teisėjo ir išanalizavus situaciją, esant reikalui diskvalifikuoti ar bausti varžybų dalyvį(-ius), kurie per registraciją ar pačias varžybas nesilaiko arba pažeidžia varžybų normas ir taisykles ir/ar elgiasi nesportiškai (nesportiško elgesio apibrėžtys pateikiamos 1 priede).

#### **Leidimai aptarnaujančiam personalui (treneriams, grimuotojams ir kt.):**

- komanda, kurios sudėtyje ne daugiau kaip 3 sportininkai išduodamas vienas leidimas,
- komanda, kurios sudėtis nuo 4 iki 6 sportininkų išduodami du leidimai,
- komanda, kurios sudėtyje 7 ir daugiau sportininkų išduodami trys leidimai,
- komanda norinti įsigyti papildomą leidimą aptarnaujančiam personalui (treneriams, grimuotojams ir kt.) gali įsigyti jį sumokėjus papildomą 15 € mokestį. Šie leidimai suteikia galimybę būti tik varžybų užkulisiuose. Norintys stebėti varžybas žiūrovų vietose, turės įsigyti bilietus.
- neturintiems leidimo eiti ir būti užkulisiuose neleidžiama.

#### **Varžybų teisėjams draudžiama:**

- teisėjaujant bendrauti su kitais teisėjais;
- daryti įtaką kitų teisėjų sprendimams;
- instrukuoti, sufleruoti scenoje esantiems varžybų dalyviams;
- vartoti narkotines medžiagas, alkoholį;
- varžybų metu vaikščioti po užkulisius, kur sportininkai rengiasi pasirodymui (išskyrus varžybų vyriausiąjį teisėją, teisėją prie dalyvių ir jo pagalbininkus);
- teisėjaujant fotografuoti, filmuoti;

Teisėjai, nesilaikantys teisėjų elgesio per varžybas taisyklių, vyriausiojo teisėjo sprendimu gali būti baudžiami įspėjimu arba nušalinimu nuo varžybų.

Ginčytinus klausimus, susijusius su dalyvių, trenerių, teisėjų, komandų vadovų teisėmis ir pareigomis, klausimus, iškilusius dėl varžybų (ar kito renginio) organizavimo ar jų rezultatų, ir kt. sprendžia Sąjungos tarybos nustatyta komisija.



## KLUBO KOMANDINĖ REGISTRACIJOS PARAIŠKA

Vilniaus pirmenybės   
Vilniaus taurė

**Klubo pavadinimas, miestas**

Data \_\_\_\_\_

Eil. Nr.	Sportininko vardas ir pavardė	Gimimo data	Ūgis (cm)	Rungtis (kategorija)	Treneris	Gydytojo atžyma
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
<b>Komandos aptarnaujantis personalas (treneris, grimuotojas)</b>						

Komandos vadovas  
(vardas, pavardė, parašas) \_\_\_\_\_

Klubo vadovas  
(vardas, pavardė, parašas, antspaudas) \_\_\_\_\_



## VARŽYBŲ DALYVIO ANKETA

<b>Varžybos</b>	
<b>Vieta</b>	
<b>Data</b>	

<b>Pavardė</b>	
<b>Vardas</b>	
<b>Gimimo data (m.m.d.)</b>	
<b>Ūgis (cm)</b>	
<b>Klubas, miestas</b>	
<b>Treneris</b>	
<b>Tarpvaržybinis svoris (kg)</b>	
<b>Priešvaržybinis svoris (kg)</b>	
<b>Darbovietė, mokykla</b>	
<b>Profesija</b>	
<b>Treniruočių stažas</b>	
<b>Hobis</b>	
<b>Kredo</b>	
<b>Geriausi sportiniai pasiekimai:</b>	
<b>Namų adresas</b>	
<b>Telefono numeris</b>	
<b>Asmeninis puslapis</b>	
<b>El. pašto adresas</b>	