



Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos (IFBB)
federacijos prezidentė
Sandra Martinkienė
2020

Varžybų direktorė
Sandra Martinkienė
2020

Lietuvos jaunučių, jaunių, jaunimo, „Fit Model“, naujokų kultūrizmo, fitneso, bikini pirmenybių N U O S T A T A I

I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Tikslas – populiarinti kultūrizmą bei fitnesą Lietuvoje.

Varžybų uždaviniai:

1. Skatinti žmones sportuoti ir propaguoti sveiką gyvenimo būdą;
2. Išaiškinti geriausius Lietuvos jaunučių, jaunių, jaunimo, naujokų kultūrizmo ir fitneso bei veteranų kultūrizmo sportininkus, jų trenerius bei klubus.

II. VARŽYBŲ LAIKAS, VIETA, ORGANIZATORIAI

Varžybos vyks 2020 m. balandžio mėn. **18 d.** Kėdainių arenoje, J. Basanavičiaus g. 1A, Kėdainiai. Varžybas organizuoja Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacija. Federacija yra pasirašiusi sutartį su Lietuvos Antidopingo agentūra, todėl varžybose galima dopingo kontrolės procedūra.

Varžybų dalyvių registracija: 9.30-12.00 val.:

Teisėjų ir klubų vadovų pasitarimas: 14.00-14.30 val.

Varžybų pradžia 15.30 val.

Varžybų direktorė: Sandra Martinkienė (tel. 8 685 81775);

Vyriausiasis teisėjas: Aleksandras Martinkus (tel. 8 699 43493)

Vyriausiasis sekretorius: Asta Šarlauskė;

Pasibaigus varžyboms, po trenerių bei klubų apdovanojimų, per 15 min. visi komandų vadovai bei treneriai kviečiami varžybų aptarimui prie sekretoriato.

III. VARŽYBŲ PROGRAMA

Jaunučiai (16m):

- merginų kūno fitnesas,
- vaikinų kultūrizmas.

Jauniai (18m):

- merginų kūno fitnesas,
- vaikinų kultūrizmas.

Jaunimas (23m):

- bikini,

- merginų kūno fitnesas,
- vaikinų figūra,
- vaikinų klasikinis kultūrizmas,
- vaikinų kultūrizmas.

Absoliučios merginų pirmenybių nugalėtojos rinkimai :

- dalyvauja kūno fitneso 16 m., 18 m., ir 23 m. nugalėtojos.

Absoliutaus vaikinų pirmenybių nugalėtojo rinkimai :

- dalyvauja kultūrizmo 16 m., 18 m., ir 23 m. ir klasikinio kultūrizmo nugalėtojai.

Amžiaus grupės: jaunučių (g. 2004 m. ir jaunesni), jaunių (g. 2002 ir 2003 m.), jaunimo (g. 1997, 1998, 1999, 2000, 2001 m., **bikini kategorijos sportininkės imtinai nuo 2004-04-18**).

Jei amžiaus grupėje (kūno fitnesas, kultūrizmas) dalyvauja mažiau nei trys dalyviai, kategorijos apjungiamos.

Naujokai:

Moterys:

- naujokių bikini absoliuti kategorija (programoje – tik keturi posūkiai),
- naujokių kūno fitneso absoliuti kategorija (programoje – tik keturi posūkiai).

Vyrai:

- naujokų kultūrizmo absoliuti kategorija (programoje – tik privalomos pozos).

- „Fit Model“ – moterys ir vyrai.

Lietuvos Federacijos rengiamose varžybose jaunučių (16 m.), jaunių (18 m.) amžiaus dalyviai rungtyniauja tik pirmame varžybų etape (atlieka tik privalomas pozas, be laisvosios programos).

Varžybos vyks pagal iš anksto numatytą scenarijų po registracijos.

IV. DALYVIAI

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

Varžybų metu naudojamas tik netepus grimas.

Užsienio sportininkai (komandos) gali dalyvauti gavę kvietimus bei pateikę narystę patvirtinantį raštą iš savo šalies IFBB skyriaus.

Klubas privalo būti registruotas Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacijos (toliau – LKKRF) narys ir sumokėjęs metinį narystės mokestį, jei nori dalyvauti LKKRF metiniame sportininkų, trenerių ir klubų reitinge.

Dalyvių komandinė priklausomybė nustatoma pagal pateiktą komandos paraišką, patvirtintą klubo vadovo (žr. priedą Nr. 1).

V. DALYVIŲ REGISTRACIJA

Dalyvių registracija vyks varžybų dieną 2020 m. balandžio mėn. 18 d. Kėdainių arenoje, J. Basanavičiaus g. 1A, Kėdainiai.

Siekiant užtikrinti tinkamą svėrimo procedūrą, kategorijų seka vykdant registraciją nėra reglamentuota. Registracija vyks komandomis.

Per registraciją jaunimo, vyrų klasikinio kultūrizmo bei klasikinės figūros sportininkai yra sveriami ir išmatuojamas jų ūgis.

Moterų kūno fitneso naujokių bikiiniai gali būti spalvoti, tačiau papuošimai griežtai draudžiami.

Merginų kūno fitneso bikiiniai gali būti spalvoti, tačiau papuošimai griežtai draudžiami.

Klasikinis kultūrizmas:

Vyrų ūgio ir svorio reikalavimai:

- Iki ir įskaitant 168 cm imtinai: ūgis minus 100.
- Iki ir įskaitant 171 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 2 kg.
- Kai ūgis iki 175 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 4 kg.
- Kai ūgis iki 180 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 7 kg.
- Kai ūgis + 180 cm iki 188 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 9 kg.
- Kai ūgis + 188 cm iki 196 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 11 kg.
- Kai ūgis virš 196 cm: ūgis minus 100 plus 13 kg.

Jaunimo (vaikiniai iki 23 m.) ūgio ir svorio reikalavimai:

- Kai ūgis iki 162 cm imtinai: ūgis minus 100 – 3 kg.
- Kai ūgis iki 165 cm imtinai: ūgis minus 100 – 2 kg.
- Kai ūgis iki 168 cm imtinai: ūgis minus 100 – 1 kg.
- Kai ūgis iki 171 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 0 kg.
- Kai ūgis iki 175 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 1 kg.
- Kai ūgis iki 180 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 3 kg.
- Kai ūgis iki 188 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 5 kg.
- Kai ūgis iki 196 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 6 kg.
- Kai ūgis virš 196 cm: ūgis minus 100 plus 7 kg.

Klasikinė figūra:

Vyrų ūgio ir svorio reikalavimai:

- Iki ir įskaitant 168 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 4 kg.
- Iki ir įskaitant 171 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 6 kg.
- Kai ūgis iki 175 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 8 kg.
- Kai ūgis iki 180 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 11 kg.
- Kai ūgis iki 190 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 13 kg.
- Kai ūgis iki 198 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 15 kg.
- Kai ūgis virš 199 cm: ūgis minus 100 plus 17 kg.

Registracijos metu dalyvis privalo:

1. Vilkėti varžybų apranga (vyrai – glaudėmis, moterys – bikini. Visų kategorijų sportininkai pateikia savo rungtių 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. 2);
6. Sumokėti starto mokestį.

Starto mokestis sportininkams:

- komandai, kurią atstovauja 3 ir mažiau dalyvių – vieno dalyvio mokestis – 20 € (dalyviams, **neturintiems federacijos sportininko paso**, vieno dalyvio mokestis **30 €**),
- komandai, kurią atstovauja 4 – 6 dalyviai – vieno dalyvio mokestis – 15 € (dalyviams, **neturintiems federacijos sportininko paso**, vieno dalyvio mokestis **25 €**),
- komandai, kurią atstovauja 7 ir daugiau dalyvių – vieno dalyvio mokestis – 10 € (dalyviams, **neturintiems federacijos sportininko paso**, vieno dalyvio mokestis **20 €**),
- Individualiai (ne komandos sudėtyje) dalyvaujantiems ne federacijos nariams – 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 – 7-i ir daugiau sportininkų išduodami trys leidimai,
 - komanda norinti įsigyti papildomą leidimą aptarnaujančiam personalui (treneriams, grimuotojams ir kt.) gali įsigyti sumokėjęs papildomą 10 € mokestį.
- Šie leidimai suteikia galimybę būti tik varžybų užkulisuose.

VI. PARAIŠKOS

Komandų vadovai iki 2020 m. balandžio mėn. 10 dienos e-mailu: teiseju.kolegija@gmail.com privalo atsiųsti užpildytas paraiškas (žr. priedą Nr. 1). Paraiškos originalas ir dalyvių asmens dokumentai pateikiami čempionato LKKRF Teisėjų kolegijai varžybų dieną per registraciją. Nepateikus paraiškos iki aukščiau nurodyto termino, pateikus ją pavėluotai arba atvežusi ją tik į varžybas, komandos papildomas starto mokestis bus 30 € (be starto mokesčio už kiekvieną varžybose dalyvaušiantį komandos narį).

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

VII. TEISĖJŲ REGISTRACIJA

Norinčius teisėjauti Lietuvos jaunimo ir veteranų pirmenybėse LKKRF regioninės, nacionalinės ir tarptautinės kategorijos teisėjus prašome iki balandžio 10 d. atsiųsti savo prašymą (vardas, pavardė, miestas, tel. numeris, el. pašto adresas) el. paštu LKKRF Teisėjų kolegijos pirmininkei Astai Šarlauskei: teiseju.kolegija@gmail.com. Teisėjų pasitarime būtina pateikti galiojantį LKKRF teisėjo pažymėjimą.

VIII. TEISĖJŲ STAŽUOTOJŲ REGISTRACIJA

LKKRF Teisėjų kolegija rengia teisėjų – stažuotojų testus-mokymus. Norintys dalyvauti mokymuose, turi galimybę teisėjauti stažuotojais Lietuvos jaunimo pirmenybėse (balandžio 18 d.). Pageidaujantį teisėjauti prašome iki balandžio 10 d. atsiųsti savo duomenis (vardas, pavardė, miestas, sporto klubas, tel. numeris, el. pašto adresas) el. paštu LKKRF Teisėjų kolegijos pirmininkei Astai Šarlauskei: teiseju.kolegija@gmail.com

IX. DRAUSMĖS IR APELIACIJOS KOMISIJA

Varžybų drausmės ir apeliacijos komisiją sudaro: Vidmantas Lukys, Edita Kaliūnienė, Ričardas Ramanauskas.

Iškylus ginčytinai situacijai varžybų registracijos ar varžybų metu komandos vadovas per 1 val. skundą pateikia raštiškai LKKRF Drausmės ir apeliacijos komisijai. Ši komisija svarsto ar buvo pažeidimai ar ne. Savo išvadas raštu pateikia LKKRF Valdybai bei LKKRF Teisėjų kolegijos pirmininkei Astai Šarlauskei.

X. ĮSKAITA

Varžybos yra asmeninės-komandinės varžybos. Tas pats sportininkas negali dalyvauti kelių kategorijų varžybose.

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.).

XI. APDOVANOJIMAI

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

XII. SAUGUMAS

Atsakinga už varžybų organizavimą, jų saugumą ir bilietų kontrolę – varžybų direktorė Sandra Martinkienė.

Organizatorius užtikrina medicininį varžybų aptarnavimą, darbo sąlygas teisėjams, sekretoriui, žiniasklaidos atstovams.



Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacija

Lietuvos suaugusiųjų čempionatas
Lietuvos suaugusiųjų ir jaunimo taurės varžybos
Lietuvos jaunimo ir veteranų pirmenybės

Klubo pavadinimas, miestas

Data _____

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

Komandos vadovas
(vardas, pavardė, parašas) _____

Klubo vadovas
(vardas, pavardė, parašas, antspaudas) _____



Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacija

VARŽYBŲ DALYVIO ANKETA

| | |
|-----------------|--|
| Varžybos | |
| Vieta | |
| Data | |

| | |
|--|--|
| Pavardė | |
| Vardas | |
| Gimimo data (m.m.d.) | |
| Ūgis (cm) | |
| Klubas, miestas | |
| Treneris | |
| Tarpvaržybinis svoris (kg) | |
| Priešvaržybinis svoris (kg) | |
| Treniruočių stažas | |
| Hobis | |
| Kredo | |
| Geriausi sportiniai pasiekimai: | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |