



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

Varžybų direktorė
Sandra Martinkienė

2020

LIETUVOS KULTŪRIZMO, FITNESO IR BIKINI 30-ŪJŲ ATVIRŪJŲ TAURĖS VARŽYBŲ

NUOSTATAI

I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Populiarinti kultūrizmą ir fitnessą, propaguoti sveiką gyvenimo būdą, skatinti žmones sportuoti. Išaiškinti geriausius Lietuvos sportininkus. Pasirengti tarptautinėms varžyboms.

II. VARŽYBŲ LAIKAS, VIETA, ORGANIZATORIAI

Varžybos vyks 2020 m. spalio mėn. **4 d.** Tauragės kultūros centre, Dariaus ir Girėno g. 3, LT-72212 Tauragėje. 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:	2020 m. spalio mėn. 3 d. 18.00 – 20.00 val
Sąrašų skelbimas:	2020 m. spalio mėn. 3 d. 21.00 – 22.00 val
Trenerių ir teisėjų pasitarimas:	2020 m. spalio mėn. 4 d. 14.15-14.30 val
Varžybų pradžia:	2020 m. spalio mėn. 4 d. 15.00 val
Varžybų direktorė:	Sandra Martinkienė (tel. 8 685 81775);
Vyriausioji teisėja:	Kristina Karaliūtė - Stolarovienė (tel. 8 681 18599);
Vyriausiasis sekretorius:	Asta Šarlauskė;

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

III. VARŽYBŲ PROGRAMA

Varžybų programą sudaro: naujokų, bikini, kūno fitneso, Wellness, moterų figūros, kultūrizmo, klasikinio kultūrizmo, vyrų figūros, klasikinės figūros, raumeningos figūros, porų bei veteranų rungtys.

Amžiaus grupės: suaugusieji ir veteranai (vyrų g. 1980 m. ir vyresni; moterų g. 1985 m. ir vyresnės).

Bikini kategorijos sportininkės imtinai nuo 2004-10-04 (t.y. varžybų dieną yra suėję 16 m).

Suaugusieji:

Naujokų kultūrizmas (NK)
Naujokių kūno fitnesas (NKF)
Naujokių bikini (NB)
Bikini (B);
Kūno fitnesas (KF);
Wellness fitnesas (WF);
Figūra moterys (MP);
Figūra vyrai (VP);
Klasikinis kultūrizmas (KK, absoliuti kategorija);
Klasikinė figūra (KKF, absoliuti kategorija);
Raumeninga figūra (RF, absoliuti kategorija);
Vyrų kultūrizmas (VK, absoliuti kategorija);
Mišrios poros.

Veteranai:

Moterų kūno fitnesas (VKF 35);
Vyrų kultūrizmas (VK 40).

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).

!!!Visos kategorijos bus absoliučios, nebus padalijimų pagal ūgius ar svorius!!!

Jaunimo kategorijų nugalėtojai iškart dalyvauja suaugusiųjų kategorijose (jei nori).

Naujokų, jaunimo bei veteranų kategorijų dalyviai gali dalyvauti suaugusiųjų varžybose tik susimokėję antrą starto mokestį (jaunimo amžiaus sportininkai turi būti dalyvavę savo amžiaus kategorijose, jei tokios yra).

Vyrų figūros dalyviai negali registruotis į raumeningos figūros kategoriją.

Jaunučių, jaunių amžiaus sportininkai negali dalyvauti Lietuvos Taurės varžybose.

Varžybos vyks pagal iš anksto numatytą scenarijų po registracijos.

Ūgio ir svorio kategorijose, jei dalyvauja **mažiau nei trys** sportininkai, kategorijos apjungiamos.

Vaikinų figūros kategorijoje gali dalyvauti visi vaikinai gimę 1996 - 2003 m.

Raumenynas ir laisvoji programa vertinama atskirai (2 kūno vertinimai + 1 programos), išskyrus moterų kūno fitnesą ir moterų bikini kategorijas.

Mišrių porų varžybas sudaro privalomoji ir laisvoji programos.

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.

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 2020 m. spalio 3 d. **Tauragės bendruomenių namuose**, Vytauto g. 141, LT-72209 Tauragėje.

Kategorijų seka vykdant registraciją nėra reglamentuota. Registracija vyks komandomis.

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

Moterų kūno fitneso naujokių bikiniai 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.
-
- tai 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.

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. Kūno fitneso sportininkai pateikia visas savo rungčių aprangas ir avalynę teisėjų apžiūrai);
2. Turėti pasą arba asmens tapatybės kortelę;
3. Pateikti gydytojo leidimą dalyvauti varžybose;
4. Turėti muzikinį įrašą **USB** (įrašas privalo būti laikmenos pradžioje, rekomenduojama USB įrašyti du muzikinio įrašo variantus – *.mp3 ir *.wav formatais). USB 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 daugiau nei 7 dalyviai – 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 daugiau – 7-i ir daugiau sportininkų išduodami trys leidimai,
- komanda norinti įsigyti papildomą leidimą aptarnaujančiam personalui (treneriams, grimuotojams ir kt.) gali įsigyti sumokėjus papildomą 10 € mokestį.

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

VI. PARAIŠKOS

Komandų vadovai iki 2020 m. rugsėjo mėn. 27 dienos e-mailu: teiseju.kolegija@gmail.com privalo atsiųsti užpildytas paraiškas (žr. priedą Nr. 1). Paraiškos originalas, dalyvio anketa (žr. priedą Nr. 2) ir dalyvio 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 dalyvausiantį 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 Taurės varžybose LKKRF nacionalinės ir tarptautinės kategorijos teisėjus prašome iki 2020 m. rugsėjo mėn. 27 dienos 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 LKKRF teisėjo pažymėjimą.

VIII. TEISĖJŲ STAŽUOTOJŲ REGISTRACIJA

LKKRF Teisėjų kolegija rengia teisėjų – stažuotojų testus-mokymus. Norintys dalyvauti mokymuose, turi galimybę teisėjauti stažuotojais Lietuvos Taurės varžybose. Pageidaujancius teisėjauti prašome iki rugsėjo 27 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. Iškilus ginčytinai situacijai varžybų registracijos ar varžybų metu komandos vadovas 1 val. bėgyje skundą pateikia raštiškai LKKRF Drausmės ir apeliacijos komisijai. Ši komisija svarsto ar buvo pažeidimų ar ne. Savo išvadas raštu pateikia LKKRF Valdybai ir LKKRF Teisėjų kolegijos pirmininkei Astai Šarlauskei.

X. ISKAITA

Varžybos yra asmeninės-komandinės varžybos. Tas pats sportininkas negali dalyvauti kelių kategorijų varžybose. Išimčių sudaro tik veteranų amžiaus sportininkai, kurie gali dalyvauti suaugusiųjų 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 ir prizininkai apdovanojami taurėmis, diplomais ir rėmėjų įsteigtais prizais, 4-6 vietas iškovoję sportininkai – diplomais.

XII. SAUGUMAS

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

Organizatorius užtikrina medicininį varžybų aptarnavimą, darbo sąlygas teisėjams, sekretoriatui, 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 vardas ir pavardė	Gimimo data	Ūgis (cm)/ Svoris (kg)	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:	