



Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos (IFBB)  
federacijos prezidentė  
Sandra Martinkienė  
2021

Varžybų direktorė  
Auksė Vandienė

2021

## Lietuvos jaunučių, jaunių, jaunimo, „Fit Model“ pirmenybių N U O S T A T A I

### I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Tikslas – populiarinti kultūrizmą bei fitnessą Lietuvoje.

Varžybų uždaviniai:

1. Skatinti žmones sportuoti ir propaguoti sveiką gyvenimo būdą;
2. Išaiškinti geriausius Lietuvos jaunučių, jaunių, jaunimo, „Fit Model“ sportininkus, jų trenerius bei klubus.

### II. VARŽYBŲ LAIKAS, VIETA, ORGANIZATORIAI

Varžybos vyks 2021 m. balandžio mėn. 25 d. Kėdainių arenoje, J. Basanavičiaus g. 1A, Kėdainiuose. 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:**

**2021 m. balandžio mėn. 24 d. 17.00 – 19.00 val.**

Varžybų scenarijaus ir dalyvių  
sąrašų paskelbimas:

2021 m. balandžio mėn. **24 d.** 21.00 – 22.00 val.

Teisėjų ir klubo vadovų  
pasitarimas:

2021 m. balandžio mėn. **25 d.** 9.30-10.00 val.

**Varžybų pradžia:**

**2021 balandžio 25 d. 10 val.**

Varžybų direktorė:

Auksė Vandienė;

Vyriausiasis teisėjas:

Aleksandras Martinkus

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

**Jauniai (16-20m):**

- merginų kūno fitnessas,
- vaikinų kultūrizmas.

**Jaunimas ( iki 23m):**

- bikini;

- merginų kūno fitnesas;
- vaikinių figūra;
- vaikinių klasikinis kultūrizmas;
- vaikinių kultūrizmas.

#### **Absoliučios merginų pirmenybių nugalėtojos rinkimai :**

- dalyvauja kūno fitneso 16-20 m., ir 21-23 m. nugalėtojos.

#### **Absoliutaus vaikinių pirmenybių nugalėtojo rinkimai :**

- dalyvauja kultūrizmo 16-20 m., 21-23 m. ir klasikinio kultūrizmo nugalėtojai.

Amžiaus grupės: jaunių (g. 2001, 2002, 2003, 2004, 2005 ir jaunesni.), jaunimo (g. 1998, 1999, 2000, **bikini kategorijos sportininkės imtinai nuo 2003-04-25; vaikinių figūros sportininkai imtinai nuo 2005-04-25**).

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

- „Fit Model“ – moterys ir vyrai.

*Lietuvos Federacijos rengiamose varžybose jaunių (16-20 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 vyks 2021 m. balandžio mėn. 24 d. Kėdainių arenoje, J. Basanavičiaus g. 1A, Kėdainiuose.

Siekiant užtikrinti tinkamą svėrimo procedūrą, **registracija vyks pagal kategorijas.**

Per registraciją jaunimo klasikinio kultūrizmo sportininkai yra sveriami ir išmatuojamas jų ūgis.

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

## Klasikinis kultūrizmas:

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

- Kai ūgis iki 168 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 0 kg.
- Kai ūgis iki 171 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 1 kg.
- Kai ūgis iki 175 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 2 kg.
- Kai ūgis iki 180 cm imtinai: ūgis minus 100 plus 4 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.

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

1. Vilkėti varžybų aprangą (vyrai – glaudėmis, moterys – bikini. Visų kategorijų sportininkai pateikia savo rungčių aprangą ir avalynę teisėjų apžiūrai);
2. Turėti pasą arba asmens tapatybės kortelę;
3. Nepilnamečiai dalyviai turi būti lydimi tėvų arba atsivežti laisva forma parašytą tėvų leidimą dalyvauti varžybose.
4. Pateikti gydytojo leidimą dalyvauti varžybose;
5. Muzikinį įrašą programai galima atsiųsti iki 2021 m. balandžio 16 d. el. paštu: [teiseju.kolegija@gmail.com](mailto:teiseju.kolegija@gmail.com) arba pristatyti registracijos dieną USB laikmenoje (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;
6. Užpildyti dalyvio anketą (žr. priedą Nr. 2);
7. 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 užkulisiuose.

## **VI. PARAIŠKOS**

Komandų vadovai iki **2021 m. balandžio mėn. 16** dienos pabaigos e-mailu: [teiseju.kolegija@gmail.com](mailto:teiseju.kolegija@gmail.com) privalo atsiųsti užpildytas paraiškas (žr. priedą Nr. 1). Paraiškos originalas ir dalyvių asmens dokumentai pateikiami 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 jaunimo pirmenybėse LKKRF regioninės, nacionalinės ir tarptautinės kategorijos teisėjus prašome iki balandžio 16 d. atsiųsti savo prašymą (vardas, pavardė, miestas, tel. numeris, el. pašto adresas) el. paštu LKKRF Teisėjų kolegijos pirmininkei Astai Šarlauskei: [teiseju.kolegija@gmail.com](mailto: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 25 d.). Pageidaujančius teisėjauti prašome iki balandžio 16 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](mailto: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 Auksė Vandienė. Organizatorius užtikrina medicininį varžybų aptarnavimą, darbo sąlygas teisėjams, sekretariatui, žiniasklaidos atstovams.



Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacija



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

**Klubo pavadinimas, miestas**

**Data** \_\_\_\_\_

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Sportininko vardas ir pavardė</b>	<b>Gimimo data</b>	<b>Ūgis/ Svoris (cm)</b>	<b>Rungtis (kategorija)</b>	<b>Treneris</b>	<b>Gydytojo atžyma</b>
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**

<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>Treniruočių stažas</b>	
<b>Hobis</b>	
<b>Kredo</b>	
<b>Geriausi sportiniai pasiekimai:</b>	