



Tarptautinės kultūristų federacijos (IFBB) narys nuo 1991 m.
Europos kultūrizmo ir fitneso federacijos (EBFF) narys nuo 2002 m.
1971 m. IFBB priimta į Tarptautinių sporto federacijų generalinę asamblėją (GAISF)

LIETUVOS KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS FEDERACIJOS STRATEGINIS PLANAS

2026–2029 M.

Turinys

Santrauka	3
Misija	3
I. IŠORĖS VEIKSNIAI	4
1. Politiniai veiksniai	4
2. Ekonominiai veiksniai	4
3. Socialiniai veiksniai	5
4. Technologijos klausimai	5
5. Tarptautiniai klausimai	6
II. VIDAUS VEIKSNIAI	7
1. Organizacinė struktūra	7
2. Žmonių ištekliai	7
3. Ryšių sistema	7
4. Planavimo sistema	8
5. Finansiniai ištekliai	8
6. Veiklos apskaitos sistema	8
7. Vidaus kontrolės sistema	8
III. BENDROSIOS IŠVADOS	9
IV. STRATEGINĖS IŠVADOS	10
V. VIZIJA	10
VI. LĖŠŲ POREIKIS PRIEMONĖMS	11
VII. SPORTO VARŽYBŲ SISTEMA	12
VIII. TARPTAUTINIO BENDRADARBIAVIMO PROGRAMA	12
IX. SPECIALISTŲ KVALIFIKACIJOS TOBULINIMO PROGRAMA	13
X. MOKSLINĖ METODINĖ IR MEDICINOS PAGALBA, DOPINGO KONTROLĖ, INFORMACINĖ SPORTO ŠAKOS PLĖTOTĖ	14
XI. SPORTO ŠAKOS SKLAIDOS APRŪPINIMAS	15
XII. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO FINANSINIS APRŪPINIMAS	15
XIII. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO KONTROLĖS IR ATSAKOMYBĖS SISTEMA	15
PRIEDAI	16

Santrauka

Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacija (toliau LKKRF) yra vienintelė Lietuvos Respublikoje (LR) savarankiška visuomeninė sporto organizacija, vienijanti sporto klubus, sportininkus, sportui nusipelnčius asmenis, atstovaujanti kultūrizmą ir fitnessą Lietuvoje ir užsienyje. LKKRF yra pripažinta Lietuvos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos bei yra įsipareigojusi laikytis Tarptautinės antidopingo agentūros (WADA) patvirtinto „Pasaulinio antidopingo kodekso“. LKKRF yra pripažinta Tarptautinės kultūrizmo federacijos (toliau IFBB), Europos kultūrizmo federacijos (toliau EFBB) narė.

Šio strateginio plano tikslas – apibrėžti 2025 – 2029 metų LKKRF tikslus ir uždavinius, išteklius, laukiamus rezultatus bei LKKRF veiklos vystymo prioritetus.

2026 – 2029 m. LKKRF strateginis planas susideda iš 4 pagrindinių dalių. Pirmoje dalyje aprašoma LKKRF veikla. Antroje dalyje – LKKRF misija ir prioritetai. Trečioje dalyje pateikiama esamos situacijos išsami analizė. Ketvirtoje dalyje – strateginiai 2026 – 2029 m. tikslai ir uždaviniai bei strateginio plano vykdymo kontrolė ir laukiami rezultatai.

Misija

Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacijos (toliau – LKKRF) paskirtis ir misija – per teigiamus šio sporto pavyzdžius propaguoti sveikos gyvensenos, patrauklios išvaizdos, tinkamumo gyvenimui idėjas plačiosioms visuomenės masėms. Organizuojant varžybas, sudaryti sąlygas aukšto meistriškumo sportininkams siekti aukštų rezultatų, rengiant išvykas į pasaulio ir Europos čempionatus garsinti Lietuvos vardą.

LKKRF veiklos vystymo prioritetai:

Plėtoti ir populiarinti fitnessą ir kultūrizmą Lietuvoje, skatinant fizinį aktyvumą, sveikatos stiprinimą, aktyvų laisvalaikį bei poilsį.

Ugdyti aukšto meistriškumo sportininkus bei deramai atstovauti Lietuvą tarptautiniuose renginiuose.

Siekiant įvertinti LKKRF situaciją pateikiama SSGG matricos analizė, kuri leidžia tiksliai įvertinti esamą situaciją ir suformuluoti ateities strategiją. SSGG analizė pateikiama 2025 m.

I. IŠORĖS VEIKSNIAI

1. POLITINIAI VEIKSNIAI



Galimybės

LKKRF pagrindiniai tikslai – populiarinti ir vystyti kultūrizmo bei fitneso sportą, didinti sportininkų meistriškumą, aukšto meistriškumo sportininkų skaičių, trenerių profesionalumą, aukšto meistriškumo sporto specialistų skaičių, klubų aktyvumą ir didinti aukšto meistriškumo sportinių bazių skaičių, išaiškinti geriausius sportininkus, formuojant nacionalines rinktines, o taip pat propaguoti fizinį aktyvumą ir sveiką gyvenimo būdą kaip labiausiai efektyvią priemonę sveikatinant visuomenę. Tai atitinka 2021–2030 metų sporto plėtros programą.



Grėsmės

2023 metų situacija, susijusi su įvairiais pokyčiais pasaulyje, parodė, kad vis tik didžiausia grėsmė kultūrizmo ir fitneso judėjimui yra ne tik karantinas, kuris buvo susijęs su Covid19 – kai sporto klubų veikla stabdoma, o individualūs fizinio aktyvumo užsiėmimai juose vykti negali. Leidžiamos tik aukšto meistriškumo sporto pratybos ir varžybos, kurios vyksta be žiūrovų. Bet ir baimė tarptautiniame lygmenyje dėl regiono saugumo ir stabilumo. Padėties rimtumas ir nestabilumas neleidžia užtikrintai planuoti tolimesnių veiksmų.

Dar viena grėsmė – tiek pasaulyje, tiek Lietuvoje veikia keletas šio sporto organizacijų. Tai silpnina kultūrizmo ir fitneso sporto įvaizdį visuomenės akyse, menkina iškovojamų apdovanojimų svorį, išskaidomas organizatorių, trenerių bei sportininkų potencialas. Ne visos tarptautinės ir Lietuvoje veikiančios organizacijos kovoja su dopingo vartojimu. Taip formuojamas neigiamas visuomenės požiūris į kultūrizmo ir fitneso užsiėmimus.

2. EKONOMINIAI VEIKSNIAI



Galimybės

Sveikatos problemos tampa vis aktualesnės. 2019 m. Lietuvos gyventojų fizinio aktyvumo tyrimo duomenimis, 64 % Lietuvos gyventojų mankština. 42 % sportuoja dažnai (1-2 kartus per savaitę arba dažniau), nors rekomenduojama bent 30 min. vidutinio intensyvumo fizinės veiklos kasdien (Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras). Šiandien atsirandantys modernūs sporto ir sveikatingumo centrai, kurie turi viską, kas reikalinga aukšto meistriškumo ir sveikatingumo užsiėmimams: šiuolaikiškas laisvų svorių ir treniruoklių sales, kardio – treniruoklių parką, aerobikos sales, baseinus, pirtis ir kt. suteikia galimybes ne tik organizuoti kokybiškas treniruotes, teikti atstatymo po jų paslaugas, bet ir papildyti Lietuvos sveikatos sistemą, sumažinti jos sąnaudas. Kaip taisyklė, tokie centrai atsiranda privačių investicijų dėka. Didžiuosiuose šalies miestuose, kaip ir kituose Europos šalyse, turėtų atsirasti viešieji sporto ir sveikatingumo infrastruktūros objektai, į kuriuos investuotų savivaldybės, ES struktūriniai fondai, privačios struktūros.



Grėsmės

2025 metų ekonominė situacija parodė, kad infliacijos augimas, palūkanų didėjimas ir bendras kainų augimas visuose sektoriuose sąlygoja blogėjančią sporto klubų, trenerių ir sportininkų situaciją, ypatingai ne tinklinių, mažų sporto klubų.

International Health, Raquet and Sportsclub asociation – IHRSA duomenimis Lietuvoje viena iš pagrindinių priežasčių, dėl kurių žmonės nelanko sporto klubų ir sveikatingumo centrų buvo laiko stoka. Modernių sporto ir sveikatingumo centrų plėtra intensyviai vystosi tik didmiesčiuose, todėl dar labai siaura kultūrizmo bei fitneso paplitimo geografija Lietuvos mastu.

Daugumoje rajonų klubų treniruotės vyksta tam nepritaikytose patalpose, todėl siekiant sudaryti optimalias treniruočių ir varžybų sąlygas būtina atnaujinti mažesniuose miestuose esančias sporto bazes.

3. SOCIALINIAI VEIKSNIAI



Galimybės

Sportas tampa vis svarbesniu tarptautiniu socialiniu reiškiniu, dėl to pasaulyje ir Lietuvoje didėja valstybinių institucijų dėmesys sportui ir fiziniam aktyvumui. Be to, sporto dėka galima išspręsti kai kurias visuomenės sveikatos problemas, taip pat sportas yra puiki prevencijos priemonė, vienas iš būdų likviduoti ar bent sumažinti sveikatos problemas yra skatinimas visuomenę būti fiziškai aktyvia. Federacija tikisi sėkmingo bendradarbiavimo su valstybės ir visuomeninėmis institucijomis rengiant aukšto meistriškumo sportininkus ir skatinant visuomenę įsitraukti į aktyvią kūno kultūros veiklą.



Grėsmės

Labai svarbus aspektas būtų – kvalifikuotos darbo jėgos mažėjimas. Šiuo metu ši problema sprendžiama valstybiniu lygmeniu, pradėjus galioti sporto įstatymo pataisoms. Tačiau prireiks laiko kol situacija iš tikrųjų pasikeis.

4. TECHNOLOGIJOS KLAUSIMAI



Galimybės

Naujausiomis technologijomis paremti treniruotės vyksmo modeliai sudaro galimybę taikyti mokslinius metodus, gerinant sportininkų ir trenerių rengimą. Tai būdas, padedantis greičiau ir ekonomiškiau pasiekti pagrindinį tikslą.

Informacinių technologijų pažanga sukuria galimybę veiksmingiau bendrauti su visuomene, informuoti ją apie sporto rezultatus, naujausias technologijas sveikatinimo srityje, išdėstant Federacijos siekius, kuriant geresnę renginių ir veiklos organizacinę aplinką. Federacija skelbia naujausią metodinę bei informacinę medžiagą savo interneto svetainėje www.ifbb.lt, Facebook ir Instagram paskyroje.



Grėsmės

Naujausi pasaulio informacinių technologijų laimėjimai veržiasi į sportą kaip į neatsiejamą visuomenės gyvenimo sritį. Naujausios technologijos priemonės ypač reikšmingos atliekant mokslinius ir medicininius sportuojančių asmenų tyrimus, sudarant kompiuterines modelines charakteristikas, nustatant treniruočių krūvį, prisitaikymą, organizmo atsigavimo dėsningumus.

Neradus galimybių įdiegti šiuolaikinių technologijų į treniruočių optimizavimo procesą, kyla grėsmė Federacijai prarasti turimas pozicijas sportinių laimėjimų srityje ir netekti sukurto įvaizdžio.

5. TARPTAUTINIAI KLAUSIMAI



Galimybės

Palaikant glaudžius kontaktus su IFBB yra galimybė plėtoti LKKRF ryšius sporto ir sveikatingumo srityje, kelti organizacijos prestižą.

Tarptautinė kultūrizmo federacija (IFBB) įkurta 1946 metais ir vienija daugiau kaip 180 šalių nacionalines kultūrizmo federacijas. Jos būstinė yra Ispanijoje, prezidentas Rafael Santonja Gomes. Aukščiausias IFBB organas yra kasmet nuo 1970 m. per vyrų pasaulio čempionatą vykstantis IFBB delegatų kongresas. Kas ketveri metai šie kongresai yra rinkiminiai. Tarp kongresų veiklai vadovauja vykdomasis komitetas. Nuo 1971 m. IFBB yra GAISF (Sporto šakų tarptautinių federacijų generalinė asamblėja) narė. IFBB yra Teisėjų, Medicinos ir dopingo, Techninis, Moterų, Profesionalų, Tyrimo ir mokslo komitetai. Nuo 1986 m. šios organizacijos varžybose vykdoma dopingo kontrolė, kuri atitinka šiai procedūrai keliamus Tarptautinio olimpinio komiteto (IOC) ir WADA reikalavimus.

IFBB kiekvienais metais organizuoja pasaulio mėgėjų čempionatus: suaugusiųjų vyrų kultūrizmo (nuo 1959 m.), moterų kultūrizmo (nuo 1983 m.), porų (nuo 2000 m.), moterų fitneso (nuo 1996 m.), moterų kūno fitneso (nuo 2002 m.), veteranų ir jaunimo kultūrizmo (nuo 1981 m.), vyrų klasikinio kultūrizmo (nuo 2007 m.), moterų bikinio (nuo 2011 m.), moterų ir vyrų figūros (nuo 2013 m.), fit model (nuo 2018 m.), klasikinės figūros (nuo 2019 m.). 2021 m. planuojamas naujos kategorijos – „Fit pairs“ startas. IFBB profesionalų divizionas organizuoja varžybas profesionalų tarpe: (vyrų kultūrizmas (nuo 1965 m.), moterų kultūrizmas (nuo 1980 m.), veteranų kultūrizmas (nuo 1994 m.), moterų fitnesas (nuo 1995 m.) ir moterų figūra (nuo 2003 m.) čempionatus, moterų bikinio (nuo 2010 m.), moterų figūros (nuo 2014 m.), Fit Model čempionatus (nuo 2020 m.), Fitness Challenge čempionatus (nuo 2022 m.).

LKKRF nuo 2002 m. yra Europos kultūrizmo ir fitneso federacijos (EBFF – European Bodybuilding and fitness Federation) narė. EBFF vienija daugiau kaip 40 Europos nacionalinių kultūrizmo ir fitneso federacijų.

EBFF organizuoja senojo žemyno suaugusiųjų, jaunimo ir veteranų čempionatus (iki 2002 m. vykdė IFBB). Europos kultūrizmo suaugusiųjų vyrų čempionatai vyksta nuo 1968 m., moterų kultūrizmo – 1981 m., porų – 1998 m., moterų fitneso – 1996 m., moterų kūno fitneso – 2003 m., vyrų fitneso – 2005 m., vyrų kūno fitneso – 2005 m., moterų bikinio – 2011 m., moterų ir vyrų figūros – 2013 m., 2018 m. – fit model, 2019 m. klasikinės vyrų figūros. Jaunimo kultūrizmo ir fitneso Europos čempionatai vyksta nuo 2003 m., o veteranų – 2005 m.

Sportas – svarbi tarptautinių santykių gerinimo, draugystės ryšių su užsienio šalimis užmezgimo ir stiprinimo priemonė. LKKRF palaikydama draugiškus sporto ryšius tarp valstybių, aktyviai dalyvauja tarptautinėje IFBB, EBFF veikloje (trenerių, teisėjų seminarai).



Grėsmės

Kultūrizmas ir fitnesas yra neolimpinė sporto šaka, todėl kyla grėsmė, kad sporto visuomenės dėmesys gali sumažėti, nepaisant šios sporto šakos patrauklumo ir aktualumo.

II. VIDAUS VEIKSNIAI

1. ORGANIZACINĖ STRUKTŪRA



Stiprybės

Pakankamai veiksminga ir gerai veikianti federacijos valdymo struktūra. Aukščiausias valdymo organas yra visuotinis narių susirinkimas. Jo metu išrenkama Valdyba: prezidentas, gen. sekretorius, teisėjų kolegija, trenerių taryba, revizijos, drausmės ir apeliacijos bei antidopingo komisijos. Valdybos nariais taip pat yra ir trijų geriausių pagal metinius reitingus klubų atstovai. Valdyba sprendžia visus einamuosius klausimus. Federacijos aukščiausias valdymo organas konferencija, pravedama kiekvienais metais.

2025 metais LKKRF nariais buvo 15 klubų/komandų, kuriuose dirbo apie 40 trenerių ir instruktorių. Klubuose treniravosi apie 8000 žmonių, didžioji dauguma iš kurių lankė sveikatingumo pratys.

2. ŽMONIŲ IŠTEKLIAI



Stiprybės

Nuo 1964 m., kai Kaune buvo įkurtas pirmasis kultūrizmo klubas, mūsų šalyje sukurta veiksminga sportininkų rengimo sistema. Nuo 1991 metų, kai Lietuvos kultūrizmo ir fitneso sportininkai pradėjo dalyvauti oficialiose tarptautinėse varžybose, iškovota daug svarių laimėjimų (2025 m. duomenys): Europos čempionatuose: 38 aukso, 32 sidabro ir 35 bronzos medaliai.

Pasaulio čempionatuose: 25 aukso, 21 sidabro ir 25 bronzos medaliai.

Pasaulio neolimpinių sporto šakų žaidynėse: 1 aukso, 1 sidabro ir 2 bronzos medaliai.

Europos žaidynėse : 3 aukso, 3 sidabro ir 3 bronzos medaliai.

Pasaulio taurėje: 4 bronzos.

Pasaulio profesionalų čempionatuose: 1 aukso ir 5 bronzos medaliai.

LKKRF glaudžiai bendradarbiauja su Lietuvos sporto universitetu, Lietuvos Antidopingo agentūra, organizuoja seminarus, taip pat kviečia studentus savanoriauti organizuojamuose renginiuose.



Silpnybės

Daug aukštos kvalifikacijos trenerių, kurie rengia aukšto meistriškumo sportininkus, turi nepakankamą kvalifikaciją naujausių sveikatingumo technologijų srityje. Yra nemažai trenerių, kurie pagal šiuo metu galiojančius įstatymus, neturi teisės dirbti. Todėl LKKRF siekia kuo didesnę dėmesį skirti trenerių informavimui.

3. RYŠIŲ SISTEMA



Stiprybės

Federacijoje yra daug narių, raštingų informacinių technologijų prasme, galinčių palaikyti ryšius, valdyti duomenų bazines ir tai įgyvendinti praktiškai. Kultūrizmo informacinė priežiūra vykdoma visų varžybų metu, pradedant paraiškų pateikimu, baigiant varžybų rezultatų ir įdomiausių akimirų paskelbimu LKKRF internetinėje svetainėje. Taip pat vyksta nuotoliniai seminarai, valdybos posėdžiai.



Silpnybės

Ne visų federacijos klubų veikloje taikomos reikiamo lygio informacinės technologijos.

4. PLANAVIMO SISTEMA



Stiprybės

Planavimas apima ketverių metų ciklą, kuris kas metai dalijamas į metinius ciklus. Kasmet keliama skirtingi tikslai, skirtingas sudaromas ir priemonių planas, skiriami vykdytojai, lėšos, numatomi finansavimo šaltiniai. Planuojama tobulinti ir plėsti esamą varžybų sistemą, skatinti naujų klubų įstojimą į LKKRF.

5. FINANSINIAI IŠTEKLIAI



Stiprybės

Prašomų biudžetinių lėšų suma sudaro apie 70 proc. visų reikalingų lėšų programai įgyvendinti. Daugiausiai biudžetinių lėšų skiriama varžybų plėtrai ir didelio meistriškumo sportininkų rengimui (70 proc. visų lėšų šiai programos daliai). Galima teigti, kad privatus kapitalas drąsiai investuojamas į kultūrizmo – fitneso – sveikatingumo sritį. Per 2022-2025 m. didžiuosiuose šalies miestuose atsidarė po 4 – 5 sporto – sveikatingumo kompleksus; investicijos į kiekvieną iš jų sudarė 1-3 mln. eurų.



Silpnybės

Aukščiau pateikti skaičiai vaizdžiai atspindi tendencijas, išryškėjusias paskutinių 2 – 4 metų laikotarpiu: privatus kapitalas investuojamas į sveikatingumo sritį ir tai turi įtaką masiškumui. Tačiau to nepakanka. Pati valstybė turi būti suinteresuota tokia plėtra. Taip pat reikalingos programos, įtraukiančios visuomenę, skatinančios bendruomenes būti suinteresuotomis, kad jų gyvenamoje teritorijoje įsikurtų sporto klubai ar sveikatingumo kompleksai. Reikalingas teigiamo požiūrio į fizinį aktyvumą formavimas ir skatinimas rūpintis savimi bei savo sveikata.

Didelio meistriškumo sportininkams ugdyti privatus kapitalas skiria mažai dėmesio ir ateityje ši tendencija išliks. Šiai programos daliai vykdyti reikės pasitelkti biudžetines ir rėmėjų lėšas. Todėl kyla pavojus varžybų plėtros ir aukšto meistriškumo programos daliai, jei mažėtų biudžetinis finansavimas ar visuomenės dėmesys šiai sporto šakai. Nors būtent kultūrizmo ir fitneso varžybos galėtų būti vienas iš būdų supažindinti visuomenę su fiziniu aktyvumu, sveika mityba ir gyvensena. Taip pat, žinoma, šiam tikslui tarnautų įvairūs seminarai ir mokymai.

6. VEIKLOS APSKAITOS SISTEMA



Stiprybės

LKKRF organizacinė struktūra ir veiklos procedūros nukreiptos siekiant veiksmingos veiklos. Valdybos posėdžiai rengiami ne rečiau kaip kartą per 1-2 mėn.

7. VIDAUS KONTROLĖS SISTEMA



Stiprybės

LKKRF organizacinėje struktūroje kontrolės sistema yra federacijos auditas. Prezidentė LKKRF finansinės veiklos ataskaitą pateikia kasmet vykstančiai LKKRF narių konferencijai.

III. BENDROSIOS IŠVADOS



Galimybės

LKKRF pagrindiniai tikslai – populiarinti ir vystyti kultūrizmo bei fitneso sportą, didinti sportininkų meistriškumą, aukšto meistriškumo sportininkų skaičių, trenerių profesionalumą, aukšto meistriškumo sporto specialistų skaičių, klubų aktyvumą ir didinti aukšto meistriškumo sportinių bazių skaičių, išaiškinti geriausius sportininkus, formuojant nacionalines rinktines, o taip pat propaguoti fizinį aktyvumą ir sveiką gyvenimo būdą kaip labiausiai efektyvią priemonę sveikatinant visuomenę.

Modernių sporto ir sveikatingumo kompleksų plėtra gali būti įgyvendinta pritraukiant privačias investicijas, savivaldybių lėšas, ES struktūrinių fondų lėšas.

Sportas tampa vis svarbesniu tarptautiniu socialiniu reiškiniu, pasaulyje ir Lietuvoje didėja valstybinių institucijų ir visuomenės dėmesys sportui ir fiziniam aktyvumui, todėl LKKRF tikisi sėkmingo bendradarbiavimo su valstybiniais ir visuomeniniais partneriais.

Naujausiomis technologijomis paremtas treniruotės vyksmo modelis sudaro galimybę taikyti mokslinius metodus sportininkų ir trenerių rengimui gerinti. Ypač aktualus distancinis mokymas gerinant trenerių kvalifikaciją.

Informacinių technologijų pažanga sukuria galimybę veiksmingiau bendrauti su visuomene, informuoti apie sportinius laimėjimus, naujausias technologijas sveikatinimo srityje.



Grėsmės

Modernių sporto ir sveikatingumo centrų plėtra intensyviai vystosi tik didmiesčiuose, todėl dar siaura kultūrizmo bei fitneso paplitimo geografija Lietuvos mastu. Daugumoje rajonų klubų treniruotės vyksta nepritaikytose tam patalpose, todėl siekiant sudaryti optimalias treniruočių ir varžybų sąlygas būtina atnaujinti mažesniuose miestuose esančias sporto bazes.

Kultūrizmas ir fitnesas yra neolimpinės sporto šakos, todėl kyla grėsmė, kad sporto visuomenės dėmesys gali sumažėti, nors šios sporto šakos yra patrauklios ir aktualios.



Stiprybės

Veiksminga ir gerai veikianti Federacijos valdymo struktūra.

Veiksminga aukšto meistriškumo sportininkų ir sporto entuziastų rengimo sistema.

Veiksminga trenerių informavimo ir profesinio tobulėjimo sistema. Federacijoje darbuojasi daug narių, raštingų informacinių technologijų prasme, galinčių palaikyti ryšius, valdyti duomenų bazes ir tai įgyvendinti praktiškai.

Programai prašomų biudžetinių lėšų suma sudaro ne daugiau kaip 70 proc. visų reikalingų lėšų Federacijos strategijai iki 2029 m. įgyvendinti. Likusią reikalingų lėšų dalį numatoma surinkti iš rėmėjų ir privačių investuotojų.

LKKRF organizacinėje struktūroje vidaus kontrolės sistema yra institucionalizuota. Jos veiklos procedūros nukreiptos į veiksmingą kontrolę.



Silpnybės

Daug aukštos kvalifikacijos trenerių, kurie rengia aukšto meistriškumo sportininkus, turi nepakankamą kvalifikaciją naujausių sveikatingumo technologijų

srityje. Yra nemažai trenerių, kurie pagal šiuo metu galiojančius įstatymus, neturi teisės dirbti.

IV. STRATEGINĖS IŠVADOS

- ⇒ Federacija sistemingai sieks įgyvendinti naujausias visuomenės sveikatingumo programas, sieks narių masiškumo augimo bei visuomenės fizinio aktyvumo rodiklio gerinimo.
- ⇒ Padės valstybiniam ir privačiam sektoriui plėsti sporto ir sveikatingumo paslaugų infrastruktūrą steigdama klubus didžiuosiuose ir mažesniuose šalies miestuose.
- ⇒ Nuolat sieks narių aukšto sportinio meistriškumo augimo taikydama šiuolaikinius meistriškumo ugdymo metodus, įvertindama naujausius mokslo laimėjimus.
- ⇒ Vykdydys trenerių kvalifikacijos kėlimo programas bei mokomuosius trenerių seminarus, kuriuose dalyvaus ne tik specialistai iš Lietuvos, bet ir iš užsienio šalių.
- ⇒ Lietuvos kultūrizmo ir fitneso sportininkai pagal savo rezultatus sieks įsitvirtinti Europos ir pasaulio čempionatų pirmajame dešimtuose.
- ⇒ LKKRF sieks bendradarbiauti su kitomis Lietuvos organizacijomis perduos savo patirtį, plėtos tarptautinius sportinius ir kultūrinius ryšius.

V.

VIZIJA

LKKRF 2026 – 2029 m. vizija

Sudaryti sąlygas ugdyti sveiką ir fiziškai aktyvią visuomenę bei ieškoti talentingų sportininkų, juos profesionaliai rengti deramai atstovauti šaliai svarbiausiuose tarptautiniuose sporto renginiuose.

Federacijos strateginiai tikslai yra šie:

1. Ugdyti sveiką ir fiziškai aktyvią visuomenę, stengiantis kuo daugiau gyventojų įtraukti į organizuotas ir savarankiškas sporto ir sveikatingumo pratybas.
2. Siekti sportinių laimėjimų tinkamai rengiant sportininkus bei atrenkant ir ugdant perspektyvų jaunimą.

To siekdama Federacija numato šiuos prioritetinius tikslus:

- ⇒ Didinti sportuojančiųjų (kas metai po 3–5 proc.) ir lankančių sveikatingumo pratybas skaičių;
- ⇒ Kelti narių sportinį meistriškumą (kas metai tarptautiniuose turnyruose, pasaulio ir Europos čempionatuose iškovoti ne mažiau kaip 1–3 medalius);
- ⇒ Gerinti sporto šakos įvaizdį visuomenėje ir propaguoti sveikatingumo užsiėmimus (mokslinių publikacijų ir publicistinių straipsnių rengimas, informacinių laidų per radiją ir televiziją sveikatingumo temomis organizavimas);
- ⇒ Plėtoti varžybas ir kitus sportinius renginius – čempionatus, taurės varžybas, varžybas jaunučių, jaunių ir jaunimo amžiaus grupėse;
- ⇒ Sistemingai rengti trenerių kvalifikacijos kursus bei seminarus.

LĖŠŲ POREIKIS PRIEMONĖMS

Programos dalys	Finansavimo šaltiniai	Iš viso reikia (tūkst. eur)	Finansavimas (tūkst. eur.)				Pastabos
			2026	2027	2028	2029	
1 tikslas – varžybų plėtra, sportinio meistriškumo augimas	Valstybės biudžeto	208.0	46.0	50.0	54.0	58.0	Pasirengimas ir dalyvavimas varžybose
	Ūkinė komercinė veikla	55.0	10.0	13.0	15.0	17.0	Pajamos iš varžybų Lietuvoje
	Tarptautinės federacijos						
	Paskola						
	Kitos lėšos	10.0	2.0	2.0	3.0	3.0	Rėmėjų lėšos
1 tikslas - VISO		273.0	58.0	65.0	72.0	78.0	
2 tikslas – įvaizdžio gerinimas ir sveikos gyvensenos propagavimas	Valstybės biudžeto	17.0	3.0	4.0	5.0	5.0	
	Ūkinė komercinė veikla	22.0	4.0	5.0	6.0	7.0	LKKRF klubų iniciatyva
	Tarptautinės federacijos						
	Paskola						
	Kitos lėšos	6.0	1.0	1.0	2.0	2.0	Rėmėjų lėšos
2 tikslas - VISO		45.0	8.0	10.0	13.0	14.0	
3 tikslas – kvalifikacijos kėlimas, specialistų licencijavimas	Valstybės biudžeto	8.0	1.0	2.0	2.0	3.0	
	Ūkinė komercinė veikla	7.0	1.0	1.0	2.0	3.0	LKKRF klubų iniciatyva
	Tarptautinės federacijos						
	Paskola						
	Kitos lėšos						
3 tikslas - VISO		15.0	2.0	3.0	4.0	6.0	
Strategiams tikslams įgyvendinti VISO		333.0	68.0	78.0	89.0	98.0	

1 lentelė. Lėšų poreikis tikslams įgyvendinti

VI. SPORTO VARŽYBŲ SISTEMA

Lietuvos Respublikoje vykdomos kultūrizmo ir fitneso varžybos, tai sportininkų rengimo sistemos sudėtinė dalis, padedanti sportininkams pasirengti neolimpinių sporto šakų žaidynėms, pasaulio ir Europos čempionatams.

Rengiamų Lietuvoje kultūrizmo ir fitneso varžybų tikslas – populiarinti ir vystyti kultūrizmo bei fitneso sportą, didinti sportininkų meistriškumą, trenerių profesionalumą, klubų aktyvumą, išaiškinti geriausius sportininkus formuojant nacionalines rinktines, o taip pat propaguoti sveiką gyvenimo būdą kaip labiausiai efektyvią priemonę sveikatinant visuomenę.

Norint turėti daug perspektyvių jaunų sportininkų ir pamainą suaugusiems ateityje, LKKRF nuosekliai dirba ir su jaunimu. Didelį dėmesį skiria jaunimo (23–21 m.), jaunių (20–15 m.) amžiaus sportininkams. LKKRF rengia Lietuvos pirmenybes ir taurės varžybas, vyksta Tauragės ir Vilniaus miesto pirmenybės. Iš šių varžybų atrenkami kandidatai į rinktines, suformuojama jaunimo rinktinė, jos atstovauja Lietuvos Respubliką tarptautiniu mastu. Rengiamų Lietuvoje jaunimo, jaunių ir jaunučių varžybų tikslas – populiarinti ir vystyti kultūrizmą bei fitnessą jaunimo tarpe, kaip sveiką gyvenimo būdą, stiprinant sveikatą ir vykdyti prevencinę programą prieš narkotikų, nikotino ir alkoholio vartojimą.

Siekdama suaktyvinti jaunimo, jaunių ir jaunučių sportą, nuo 2003 m. LKKRF Trenerių taryba rengia klubų, trenerių, sportininkų reitingus, kurie būna skelbiami du kartus per metus – birželį ir gruodį. Metinis reitingas – skelbiamas kiekvienais metais sausio mėn.

Tarptautiniu mastu IFBB ir EBFF organizuoja tik jaunimo pasaulio (nuo 1981 m.) ir Europos (nuo 2003 m.) čempionatus, o jauniams ir jaunučiams varžybos vyksta integruotai į pasaulio ar Europos čempionatus, sportininkus skirstant į amžiaus grupes: 15–20 m., 21–23 m.

LKKRF sieks, kad ir tarptautiniu mastu vyktų jaunių bei jaunučių varžybos.

LKKRF Trenerių taryba kasmet organizuoja nemažiau dviejų seminarų, kuriuose dalyvauja tiek sveikatingumo, tiek sporto klubų kultūrizmo ir fitneso bei aerobikos treneriai – instruktoriai.

Tobulindama varžybų sistemą LKKRF siekia:

- kultūrizmo ir fitneso pirmenybes vykdyti visoje Lietuvos Respublikoje: Vilniuje, Kaune, Šiauliuose, Panevėžyje, Marijampolėje, Tauragėje;
- sudaryti kultūrizmo ir fitneso sportininkų (suaugusiųjų, jaunimo, jaunių ir jaunučių) rinktinių sąrašus;
- sudaryti 10–17 m. jaunučių varžybų sistemą ir pasiūlyti jas įtraukti į pagrindinių, vidurinių, gimnazijų, specialiųjų, jaunimo ir sporto mokyklų mokymo programas.

VII. TARPTAUTINIO BENDRADARBIAVIMO PROGRAMA

Sportas – vienas geriausių būdų reprezentuoti savo valstybę pasaulyje. Kultūrizmo ir fitneso pasaulyje labai dažnai Lietuvos vardas siejamas su tam tikro sportininko pavarde, jo laimėjimais tarptautinėse varžybose.

2008 m. Europos kultūrizmo ir fitneso federacijos (EBFF) tarptautiniame projekte dalyvavo buvęs LKKRF generalinis sekretorius Arūnas Petraitis (Šiauliai), pateikęs susistemintą medžiagą apie Europos čempionatų istoriją, prieš tai keletą metų atgal jis taip pat susistemino ir IFBB pasaulio vyrų kultūrizmo čempionatų (nuo 1959 m.) istoriją.

Dešimčiai Lietuvos teisėjų – Ramučiai Kairaičiui (Kaunas, 1993 m.), A. Petraičiui (Šiauliai, 1995 m.), Alai Gusevai (Klaipėda, 2001 m.), Remigijui Bimbai

(Vilnius, 2003 m.), Eglei Raščiūtei (Kaunas, 2004 m.), Rinaldai Čenaičiui (Marijampolė, 2009), Vadim Gusev (Klaipėda, 2009), Daivai Nacickienei (Vilnius, 2011), Aleksandrui Martinkui (2012, Tauragė), Sandrai Martinkienei (Tauragė, 2015) ir Karoliui Šarkauskui (2024, Vilnius) yra suteikta tarptautinė teisėjo kategorija. LKKRF turi **9** nacionalinės kategorijos ir **4** regioninės kategorijos teisėjus.

TARPTAUTINIAI APDOVANOJIMAI IR VARDAI

1994 m. pasaulio ir Europos čempionė klaipėdietė Natalja Murnikovienė pripažinta geriausia Europos žemyno metų kultūriste. Taip nuspręsta tradiciniame (vyksta nuo 1983 m.) apie moterų kultūrizmą rašančio žurnalo „Womens Physique World“ (JAV) konkurse.

IFBB MEDALIAI ORGANIZATORIAMS

Keletui Lietuvos kultūrizmo organizatorių Tarptautinė kultūristų federacija (IFBB) yra įteikusi įvairius apdovanojimus.

1991 m. viešint IFBB prezidentui Ben Weider (Kanada) Lietuvoje, „Aukso medalis“ – Romanui Kalinauskui (Vilnius), „Sidabro medalis“ – Arūnui Petraičiui, Edmundui Daubarui (Klaipėda), Sauliui Misevičiui, Aleksui Novikovui ir Ramučii Kairaičiui (visi trys – Kaunas).

1999 m. Bratislavoje (Slovakija) vykusiam IFBB delegatų kongrese R. Kairaičiui įteiktas ir „Aukso medalis“.

2004 m. pavasarį Europos kultūrizmo ir fitneso federacijos (EBFF) medaliai įteikti LKKRF viceprezidentams Vytautui Lučinskui (Druskininkai) ir Arvydui Milvydui (Vilnius) už tarptautinių varžybų organizavimą.

2023 m. rudenį vykusiam IFBB delegatų kongrese Ispanijoje S. Martinkienei įteiktas „Aukso medalis“ už indėlį į tarptautinių varžybų organizavimą ir sporto populiarinimą. Tais pačiais metais apdovanotas lietuvis Vincas Dubickas už viso gyvenimo nuopelnus kultūrizmo sporte.

LKKRF aktyviai dalyvauja tarptautinių federacijų (IFBB, EBFF) veikloje. 2008 m. rudenį IFBB aukso medaliai įteikti Arūnui Petraičiui (Šiauliai) ir Alai Gusevai (Klaipėda).

LKKRF uždaviniai tarptautinio bendradarbiavimo srityje:

- aktyviau dalyvauti tarptautinėse varžybose, seminaruose;
- numatyti lėšų Lietuvos atstovams dalyvauti tarptautiniuose renginiuose, seminaruose, konferencijose sporto organizavimo, metodikos ir kitais klausimais;
- plėtoti ryšius su Europos sąjungos šalių nacionalinėmis federacijomis (treneriais, teisėjais, sportininkais) bei kitomis pasaulio šalimis.
- Lietuvoje rengiamuose tarptautinėse kultūrizmo ir fitneso varžybose plėsti dalyvaujančių šalių geografiją, pakviečiant į varžybas Latvijos, Estijos, Ukrainos, Lenkijos, Slovakijos, Vokietijos, Olandijos, Prancūzijos, Ispanijos sportininkus, trenerius, teisėjus.

VIII. SPECIALISTŲ KVALIFIKACIJOS TOBULINIMO PROGRAMA

Pasikeitusi ekonominė sankloda, sparčiai kintanti gyventojų motyvacija užsiiminti fizine veikla, didėjanti sportinė konkurencija pasaulyje ir dėl to tobulėjanti sportininkų rengimo metodika verčia gerinti šalyje kultūrizmo ir fitneso specialistų rengimą ir profesinį

tobulinimą. Šiuo metu fitneso ir aukštos kvalifikacijos kultūrizmo specialistus rengia Lietuvos sporto universitetas (LSU). LSU ruošia sporto bakalaurus, turinčius kultūrizmo trenerio specializaciją. Šioje aukštojoje mokykloje nuo 2004 m rudens galima pasirinkti fitnesą, kaip antrą specializaciją. Atsižvelgdama į aplinkos poreikius, LSU nuo 2007 metų rudens priima studentus į „fizinis aktyvumas ir sveikata“ studijų programą. Šios programos tikslas-parengti aukštos kvalifikacijos visuomenės sveikatos specialistus. Nuo 2009 metų prasidėjo priėmimas į studijų programą „Treniravimo sistemos – sveikatingumas“. Šią programą baigusieji tampa sveikatingumo ir fitneso treneriais. Aukštoji mokykla parengia aukšto kvalifikacijos specialistus, bet ne visiems yra priimtinos pakankamai ilgos bakalauro studijos, jaučiamas didelis trūkumas žemesnės kvalifikacijos specialistų, taip pat yra nemažai jau dirbančių praktinį darbą specialistų, kuriems trūksta teorinių žinių. Labai svarbu yra jiems suteikti daugiau universitetinių žinių, duoti galimybę optimaliai greitai patobulinti jau esamas žinias, suteikti šiuolaikinį išsilavinimą.

LKKRF tikslai siekiant išlaikyti aukštą techninio pasirengimo ir pedagoginių žinių lygį:

- ⇒ kelis kartus per metus rengti fitneso (sveikatingumo) – kultūrizmo trenerių seminarus, bendradarbiaujant su aukštųjų mokyklų dėstytojais;
- ⇒ remiantis Europos Sąjungos šalių sveikatingumo sektoriaus patirtimi (EHFA) sukurti ir įdiegti praktikoje vidurinėsios grandies sveikatingumo specialistų rengimo ir licencijavimo sistemą;
- ⇒ supažindinti trenerius su kvalifikacinių kategorijų suteikimo ir licencijavimo tvarka;
- ⇒ skatinti visus fitneso (sveikatingumo) – kultūrizmo specialistus, kad jie nuolatos siektų tobulinti savo profesinį parengtumą;
- ⇒ skatinti išvykimą į tarptautines stovyklas, seminarus.

IX. MOKSLINĖ METODINĖ IR MEDICINOS PAGALBA, DOPINGO KONTROLĖ, INFORMACINĖ SPORTO ŠAKOS PLĖTOTĖ

Be bendrųjų žmogaus vertybių, labai vertinamos sportininkų pergalės Europos ar pasaulio čempionatuose. Sporto pasaulis sparčiai kinta. Jis plečiasi kiekybiškai įtraukdamas vis daugiau žmonių ir auga kokybiškai. Nuolatinis sporto rezultatų gerėjimas neįmanomas be naujausių laimėjimų sporto medicinos, atstatomųjų priemonių srityje pritaikymo kultūrizmo sporte. Todėl LKKRF numato teikti metodinę ir medicinos pagalbą savo sportininkams

Medicinos kontrolės tikslas – Lietuvos kultūrizmo rinktinės nariams teikti specializuotą ir kokybišką medicinos priežiūrą, kuri sudarytų sportininkams galimybes per varžybas siekti aukštų sportinių rezultatų.

Mokslininkų veiklos tikslas – rinkti, sisteminti, kaupti, nagrinėti ir pateikti informaciją apie Lietuvos rinktinės narių, kandidatų rengimo kryptis.

Dopingo kontrolė. Antidopingo programa, buvo patvirtinta 1998 metais Turkijoje vykusiame IFBB delegatų kongrese. Nuo tada visose tarptautinėse IFBB pravedamose varžybose yra vykdoma dopingo kontrolė. LKKRF numato kas metai didinti atliekamų mėginių skaičių. Nuo 2008 metų visi sportininkai prieš pasaulio ir Europos čempionatus privalo būti patikrinti dopingo kontrolės metodais.

Federacija turi savo internetinę svetainę: <http://www.ifbb.lt>, kurioje pateikiama organizacinė ir metodinė informacija.

X. SPORTO ŠAKOS SKLAIDOS APRŪPINIMAS

LKKRF siekia informuoti Lietuvos visuomenę apie sportininkų rengimą, kuria sportininkų, jų rengimo proceso dalyvių, teigiamą kultūrizmo ir fitneso sporto, kaip reiškinio, įvaizdį.

LKKRF uždaviniai siekiant sporto šakos sklaidos:

- ⇒ finansuoti naujausias mokslines ir metodines knygas, mokslinę ir metodinę periodiką;
- ⇒ skelbti mokslinius straipsnius sporto mokslo leidiniuose;
- ⇒ skelbti sporto šaką populiarinančius straipsnius Lietuvos žiniasklaidos leidiniuose;
- ⇒ reklamuoti LKKRF renginius per Lietuvos televizijos laidas;
- ⇒ rengti informacines laidas per Lietuvos radijo programas;
- ⇒ plačiau taikyti informacinių technologijų teikiamas galimybes;
- ⇒ dalyvauti sporto klubų ir centrų, savivaldybių organizuojamuose renginiuose;
- ⇒ rengti parodomąsias programas.

XI. STRATEGIJOS ĮGYVENDINIMO FINANSINIS APRŪPINIMAS

Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacijos prašomų biudžetinių lėšų suma sudaro 70 proc. visų reikalingų lėšų programai įgyvendinti. Daugiausiai biudžetinių lėšų numatoma skirti varžybų plėtrai ir aukšto meistriškumo sportininkų rengimui. Likusias lėšas šiai programos daliai numatoma surinkti iš ūkinės komercinės veiklos ir rėmėjų.

XII. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO KONTROLĖS IR ATSKAITOMYBĖS SISTEMA

Pagrindinę veiklos priežiūrą atlieka LKKRF išorinis auditas. Už visas programos dalis, kurios bus finansuojamos iš rėmėjų ar nuosavų lėšų, atsiskaitoma Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta tvarka. Už programos dalis, kurios bus finansuojamos valstybės biudžeto lėšomis, atsiskaitoma pagal biudžetinių lėšų apskaitos reglamentą.

