

**MISTRZOSTWA POLSKI IKMF 2024**  
**Kwalifikacje do Mistrzostw Świata IKMF (part 1)**  
**Łowicz**  
**11.02.2024 r.**

**1. CEL ZAWODÓW**

promocja sportów odważnikowych (kettlebell),  
wyłonienie zdobywców tytułu Mistrza Polski federacji IKMF  
przeprowadzenie kwalifikacji do Mistrzostw Świata w Danii (3-5 maja 2024)

**2. ORGANIZATOR**

Polska Federacja Sportów Odważnikowych (PFSO)

Kontakt do organizatora:

[biuro@sportyodwaznikowe.pl](mailto:biuro@sportyodwaznikowe.pl)

[m.filipiak@cfl-gorzow.pl](mailto:m.filipiak@cfl-gorzow.pl)

**GOSPODARZ**

OSiR Łowicz, Klub Dynamite Fitness Łowicz

Kontakt do gospodarza:

Aymen Bellelou

dynamite.fitness21@gmail.com

**3. TERMIN ZAWODÓW**

niedziela, 11 lutego 2024 r.

**4. MIEJSCE I CZAS ZAWODÓW**

Ośrodek Sportu i Rekreacji nr 2,

ul. Topolowa 2, 99-400 Łowicz

Harmonogram:

Dokładny harmonogram zawodów zostanie podany po zamknięciu list startowych.

## 5. ZASADY I WARUNKI UCZESTNICTWA

- a) uczestnikiem zawodów może być osoba która ukończyła 18 lat. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać zgodę rodziców/opiekunów na udział w zawodach.
- b) warunkiem uczestnictwa w zawodach jest prawidłowe zgłoszenie zawodnika, zgodne z przepisami regulaminu

## 6. ZGŁOSZENIA

- a) zawodnik dokonuje zgłoszenia indywidualnie w terminie do godz. 23.59.00. dnia 4 lutego 2024 roku.
- b) zgłoszenie należy wysłać poprzez formularz:

<https://forms.gle/uprH9hBTuZ375Lt38>

## 7. KONKURENCJE

- Pięciobój 2 kettlebell (3' praca / 3' przerwa)

CIEŻARY: od 8 kg do 48 kg

Uwaga: obowiązują limity powtórzeń wg IKMF

- Pół-maraton 30'

CIEŻARY: od 8 kg do 40 kg

Uwaga: obowiązują limity powtórzeń wg IKMF

- GAMES 1 kettlebell 10'

CIEŻARY: kobiety – 28 kg, mężczyźni – 40 kg

Szczegółowe zasady opisano na stronach organizacji IKMF:

<https://www.ikmf-world.com/disciplines/>

<https://www.ikmf-world.com/rules/ranks-and-rules/>

## **KATEGORIE WAGOWE**

### Pół-maraton 30', 1KB GAMES 10'

#### 1. Mężczyźni

- -75 kg
- 75kg – 85 kg
- +85 kg

#### 2. Kobiety

- -60 kg
- 60kg – 70 kg
- +70 kg

### Pięciobój 2 kettlebell

#### 1. Mężczyźni

- -70 kg
- 70 kg – 77 kg
- 77 kg – 84 kg
- 84 kg – 91 kg
- +91 kg

#### 2. Kobiety

- -53 kg
- 53 kg – 60 kg
- 60 kg – 67 kg
- 67 kg – 74 kg
- +74 kg

## **KATEGORIE WIEKOWE**

Junior (poniżej 18 roku życia)

Open (18-39)

Veteran 1 (40-49)

Veteran 2 (50-59)

Veteran 3 (60-69) - tylko pół-maraton

Veteran 4 (70+) - tylko pół-maraton

## **8. ZASADY**

\*strój: buty sportowe, spodenki niezasłaniające kolan, koszulki niezasłaniające łokci

\*dozwolony jest pas do podnoszenia ciężarów (niedozwolony szeroki pas do trójboju siłowego); dozwolone są frotki ochronne na nadgarstki

\*niedozwolone są rękawiczki oraz wszelkie inne nakładki na dłonie; niedozwolone jest nakrycie głowy (z wyjątkiem opaski na pot)

\*do zawodów używane są kettlebell turniejowe/sportowe (competition kettlebell)

## **9. OPŁATY**

Wpisowe 150 zł za jedną konkurencję, 250 zł za dwie konkurencje, 300 zł za trzy konkurencje

Wszystkie wpłaty dokonywane są wyłącznie przelewem na konto

Polskiej Federacji Sportów Odważnikowych **50 1090 1098 0000 0001 4852 6821**

W tytule podajemy:

-imię i nazwisko zawodnika

-wpisowe MP IKMF Łowicz

Dla posiadaczy ważnej LICENCJI ZAWODNICZEJ opłata -50% (wszystkie informacje o licencji znajdziecie na stronie:

[www.sportyodwaznikowe.pl/licencja-zawodnicza-kettlebell-sport/](http://www.sportyodwaznikowe.pl/licencja-zawodnicza-kettlebell-sport/)

## **10. SĘDZIOWANIE**

1. każdy zawodnik podczas zawodów musi stosować się do poleceń wydawanych przez sędziego
2. czas występu dla zawodników wyświetlany będzie na jednym ekranie; powtórzenia liczone będą przez sędziów ręcznie i wpisywane na kartę zawodnika po zakończeniu każdego boju
3. sędziowie posiadają żółte oraz czerwone kartki do kontaktu z zawodnikiem, zasady ich przyznawania oraz znaczenie zostaną omówione podczas **OBOWIĄZKOWEJ ODPRAWY DLA SĘDZIÓW I ZAWODNIKÓW**

## 11. PROTESTY

Protesty można składać wyłącznie w swojej sprawie, tylko przez kapitana/trenera/opiekuna, po uiszczeniu opłaty 200 zł, osoba zgłaszająca protest musi posiadać nagranie umożliwiające pełną weryfikację startu zawodnika, w przypadku nie uznania składanego protestu pieniądze zostają przekazane do organizatora, protest zostanie rozstrzygnięty przed zakończeniem zawodów i ogłoszeniem wyników w sposób nie powodujący przerwania startu zawodników.

## 12. INFORMACJE KOŃCOWE

1. Każdy zawodnik podczas zawodów musi stosować się do poleceń wydawanych przez sędziego
2. Organizator zapewnia miejsce i sprzęt do przeprowadzenia rozgrzewki przed startem
3. Organizator zapewnia opiekę medyczną wyłącznie na czas rozgrywania zawodów i nie pokrywa kosztów leczenia i transportu medycznego
4. wysłanie zgłoszenia na zawody oznacza, że zawodnik spełnia wszystkie wymagania regulaminu, zapoznał się z regulaminem zawodów i nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zawodach sportowych i jest to start dobrowolny i na wyłączną odpowiedzialność zawodnika
5. Niesportowe zachowanie i naruszenie norm etycznych spowoduje usunięcie zawodnika/trenera z miejsca gdzie rozgrywają się zawody
6. Oficjalne wyniki zawodów zostaną ogłoszone w formie elektronicznej po zakończonych zawodach na stronie Polskiej Federacji Sportów Odważnikowych
7. O wszystkich sprawach nie ujętych w regulaminie decyduje organizator
8. Zawody rozgrywane będą pod szyldem organizacji IKMF (International Kettlebell Marathon Federation) i oznacza to, że podczas startu możliwe będzie uzyskanie rangi sportowej IKMF. Najwyższą rangą możliwą do uzyskania na zawodach krajowych jest CMS (Candidate for Master of Sport) IKMF.
9. Przystąpienie do procesu zgłaszania do zawodów, wpisywane w ramach rejestracji dane, w tym osobowe, zakończone przesłaniem do Organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego Formularza Zgłoszeniowego oznacza wyrażenie zgody przez uczestnika zawodów na wykorzystanie podanych przez niego danych

osobowych na potrzeby związane z organizowaną imprezą oraz na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne Organizatora, zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r.,(tj. Dz.U 2002, Nr. 101, poz.926). Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres Organizatora, przy czym wycofanie zgody na wykorzystanie danych osobowych na potrzeby związane z organizacją zawodów uniemożliwia uczestnikowi start.

10. Uczestnik zawodów wyraża zgodę na wykorzystywanie przez Organizatora swojego wizerunku, utrwalonego w dowolnej formie, w celach związanych z organizacją w/w wydarzenia i działalnością Organizatora. Zgoda ta dotyczy w szczególności wykorzystania wizerunku poprzez zamieszczenie wykonanych fotografii lub materiałów filmowych w relacjach i materiałach promocyjnych Organizatora.