

Drodzy czytelnicy!

Przed nami najważniejsze krajowe zawody armwrestlingowe. W dniach 8-9 kwietnia odbędą się V Mistrzostwa Polski, których gospodarzem będzie UKS Złoty Orzeł Choszczno.

Z telefonów do biura Federacji Armwrestling Polska wnioskujemy, że w tym roku wystartuje rekordowa ilość zawodników. Najbardziej cieszy nas fakt, że większość z nich to ludzie młodzi. Ciekawe czy wśród młodzieży znajdują się następcy mistrzów takich jak Marcin Kreft czy Zbigniew Chmielewski.

Zachęcamy Was wszystkich do solidnych przygotowań i ciężkich treningów ponieważ stawką jest miejsce w kadrze Polski na XV Mistrzostwa Europy, które w tym roku odbędą się w Bułgarii.

Igor Mazurenko



zemsta była bezlitosna...

Vendetta



Paweł Podlewski

Przegrana Polaków i tryumf zawodnika z USA nad Rosją i Ukrainą – tak w skrócie można zrelacjonować kolejną Galę Armwrestlingu Zawodowego organizacji PAL, która 29 stycznia br. odbyła się w olsztyńskiej hali widowiskowo-sportowej URANIA w obecności nadzwyczaj licznej rzeszy kibiców.

Pierwsze trzy pojedynki na prawą rękę były walkami punktacyjnymi i każda wygrana lub przegrana runda plasowała zawodnika w ogólnym rankingu międzynarodowej organizacji Professional Armwrestling League. Nic więc dziwnego, że wszyscy startujący zawodnicy w każdej z rund walczyli o cenne punkty, by zająć jak najlepsze miejsce w klasyfikacji ogólnej.

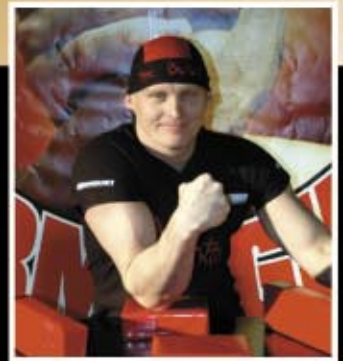
Najbardziej oczekiwanym, zarówno przez kibiców, jak i przez samych organizatorów gali, był pojedynek o tytuł i pas Mistrza Świata organizacji PAL na lewą rękę, pomiędzy Travisem Bagentem z USA a Alexeyem Voevodą z Rosji.

Było to spektakularne wydarzenie sportowe dla sympatyków i miłośników tej dyscypliny sportu, a licznie zgromadzeni kibice nie zawiedli się na pewno, gdyż organizatorzy i sami zawodnicy zapewnili im bardzo dużą dawkę emocji i adrenaliny.

Vendetta

ZBIGNIEW CHMIELEWSKI (POLSKA) & CRAIG SANDERS (ANGLIA)

Nikt nie przypuszczał, że lżejszy armwrestler z Anglii „utrze nosa” naszemu zawodnikowi. Zbyszek, był bardzo dobrze przygotowany do tej walki. Jego ostatni, wygrany pojedynek z Craigem na prawą rękę, podczas grudniowej ligi międzynarodowej w kat. do 78 kg, zainspirował promotorów do zorganizowania bezpośredniego, sześciorundowego starcia. Każdy, kto choć trochę interesuje się zagadnieniami armwrestlingu, wie, że nasz najsilniejszy Polak roku 2004 ma duże kłopoty przy walce górą, a jego mocną stroną jest walka w hak. Dlatego miesiąc przed starciem Zbyszek pobierał praktyczne porady u swego pierwszego trenera - Igora Mazurenko. Jednak podczas olsztyńskiej gali zawodnik z Anglii, po przegranej na prawą rękę w międzynarodowej lidze, nieoczekiwanie zmienił taktykę i w każdej z sześciu rund, prawie każdorazowo z premedytacją i sukcesem dążył do walki górą. W rundzie 1, 2, 4, 5 i 6 Craig precyzyjnie wykonywał atak górą. Tylko 3 runda dała choć cień szansy na wygraną Polaka. W tej właśnie rundzie Anglik był nieco wolniejszy na starcie, co z powodzeniem wykorzystał Zbyszek, przechwytyjąc nadgarstek przeciwnika, walcząc górą w bok. W rezultacie Polak przegrał z wynikiem 1:5.



Vendetta

ANDREY PUSHKAR (UKRAINA) & TRAVIS BAGENT (USA)

Pushkar to młody, dziewiętnastoletni, zdolny zawodnik z Ukrainy, który okazał się wschodzącą gwiazdą światowego armwrestlingu, posiadającą niesamowite zdolności i predyspozycje do czynnego uprawiania siłownia na ręce. Bagent natomiast, to znany i doświadczony zawodnik z USA.

Andrey Pushkar w swoim dorobku miał już jedną, niestety przegraną walkę zawodową. Tym razem w Polsce podczas sześciorundowej walki z Travisem Bagentem z USA chciał pokazać, że jest bardzo dobrze przygotowany i niepokonany na prawą rękę w wadze super ciężkiej organizacji PAL. Styl walki Pushkara to walka w bok i w triceps. Bagent walczył zarówno górą, jak i w hak. Jest zdecydowanie szybszy od zawodnika z Ukrainy. W ciągu pierwszych czterech rund wszystkich dziwiła moc i siła prawej ręki Pushkara, który przytrzymał Bagenta i starał się wyciągnąć z pozycji przegranej. Jednak każdorazowo ręka Pushkara nieubłaganie przybijała do poduszki bocznej.

Nawet przegrana Bagenta w 5 rundzie przez dwa faule nie zagroziła jego bardzo mocnej pozycji w tym niecodziennym starciu. 5:1 – to wynik kolejnego pojedynku olsztyńskiej Gali Armwrestlingu Zawodowego.



SŁAWOMIR GŁOWACKI (POLSKA) & ANDREY SHARKOV (UKRAINA)

Vendetta



Sławek, to kolejny Polski zawodnik, który otrzymał propozycję walki podczas Vendetty w Olsztynie. Sharkov, to już weteran zawodowych walk armwrestlingowych. Z gali na galę zawodnik z Ukrainy dba nie tylko o swoją siłę i technikę, ale również o wizerunek zewnętrzny. Na olsztyńskiej gali pojawił się w hełmie rycerskim, z ręką w metalowej zbroi.

Andrey, to zawodnik walczący w hak. Jedyną szansą dla Sławka był atak górą. Jednak Polakowi nie udało się „wejść na górę” przez pierwsze cztery rundy. W 5 rundzie wyraźnie widać było zmęczenie obu zawodników. W pierwszej sekundzie Sławkowi udało się przepchać rękę przeciwnika w bok i zawałczyć w triceps. Wynik był oszałamiający i pierwsza wygrana runda dla Sławka. Ostatnia, szósta runda znów należała do showmana z Ukrainy. Sławomir Głowacki niestety nie sprostał sile Andreya Sharkova. Ale jak sam powiedział po przegranej walce: „... byłem słabo przygotowany do tego pojedynku. Trochę zlekceważyłem siłę swojego rywala. A do tego miałem za długą przerwę w treningach. Tak naprawdę to czuję, że gdybym lepiej się przygotował, to mógłbym wygrać wszystkie rundy”. Natomiast dla Andreya, był to niewątpliwie drugi wielki sukces sportowy, Sharkov już raz zwyciężył z reprezentantem Polski (wygrana z Arturem Głowińskim na Krymie).



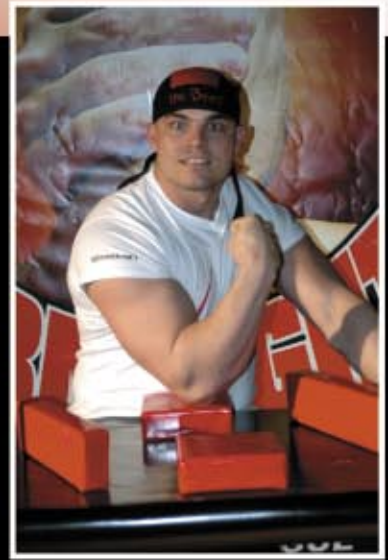
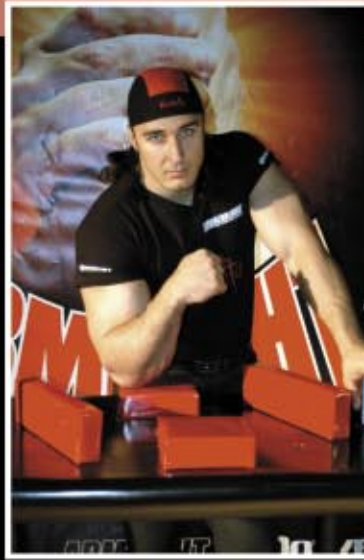
Vendetta

ALEXEY VOEVODA (ROSJA) & TRAVIS BAGENT (USA)

Jednak najbardziej oczekiwaną walką gali był pojedynek pomiędzy Travisem Bagentem z USA a Alexeym Voevodą z Rosji. Po tym jak Alexey zwyciężył na Pucharze Świata Zawodowców i został sklasyfikowany jako najsilniejszy na świecie na prawą rękę roku 2004, przyjął wyzwanie walki na lewą rękę o tytuł Mistrza Świata organizacji PAL. Pomimo, że sportowiec z Rosji, jak sam powiedział, niezbyt dobrze przyłożył się do treningów, to i tak jego optymizm przed starciem udzielał się wszystkim, prognozując, że będzie niezwykłym zwycięzcą. Według znawców armwrestlingu cała walka zapowiadała się bardzo wyrównanie. Voevoda to arcymistrz światowego armwrestlingu. Bagent zaś, w Stanach Zjednoczonych uważany jest za najsilniejszego armwrestlera na lewą rękę.

Przed pierwszym podejściem do stołu cała zgromadzona publiczność wstała i wstrzymała oddech. Wśród głośniejszych słychać było okrzyki „Alexey, Alexey!”. Długie ustawienie i... rozerwanie. Napięcie kibiców dodatkowo podgrzała kłótnia, która nieoczekiwanie wywiązała się pomiędzy zawodnikami. Związanie pasem i... błyskawiczna wygrana Trava. Wszyscy byli pod ogromnym wrażeniem, wciąż jeszcze mając nadzieję, że to tylko chwilowe niepowodzenie Rosjanina. Runda 2 to znów długie ustawienie, rozerwanie i konfrontacja w pasach. Znowu szybki start Amerykanina i wydawałoby się, że przybił rękę przeciwnika do poduszki bocznej stołu. Błyskawiczna decyzja sędziego głównego o podjęciu dalszej walki przez Bagenta. Wystarczyły jednak mikrosekundy odpuśnięcia ręki przez Trava i kontrowersyjna wygrana Alexeya. Wynik 1:1. Kolejne rundy w pięknym stylu wygrywa Travis Bagent z USA.

Oczywiście podczas całej walki nie obyło się bez bardzo silnych emocji i adrenaliny. Obaj zawodnicy do samego końca byli bardzo wrogo nastawieni do siebie. Jednak, gdy pas mistrzowski zawisł na biodrach Trava, jego rywal - Alexey uznał przegraną i ze skrucną zszedł z areny. Był to niespodziewany sukces Amerykanina nad arcymistrzem z Rosji.



Wygląda na to, że już niedługo będziemy świadkami kolejnej Vendetty w wykonaniu tych świętych zawodników, boeim Voevoda zapewniał „...wkrótce będę mógł się odegrać i zabrać Bagentowi pas mistrzowski. Dziś przegrałem, bo za słabo się przygotowałem. Teraz będę ćwiczył i na pewno niedługo rzucę wyzwanie rewanżowe. Wtedy, jeśli Travis je przyjmie, zemsta będzie bezlitosna!”



I Edycja Polskiej Zawodowej Ligi Armwrestlingu

15 stycznia 2005 roku w Gdynskim Centrum Rozrywki Gemini ośmiu najsilniejszych siłaczy na rękę w kategoriach do 70 i 78 kg stanęło do rywalizacji w pierwszej z czterech edycji Polskiej Zawodowej Ligi Armwrestlingu. Były imponujące, mordercze pojedynki, wygrana faworytów oraz niezapomniane, często kilkuminutowe, nawet na granicy wytrzymałości zmagania przy profesjonalnym, armwrestlingowym stole. Uczestnictwem w lidze prawie wszyscy startujący zawodnicy rozpoczęli swoją pierwszą przygodę z profesjonalnym, zawodowym siłowaniem na rękę.

Jedyna organizacja na świecie - organizacja PAL (Professional Armwrestling League), od niedawna w Polsce umożliwia start w profesjonalnych zmaganiach w siłowaniu na rękę. Oczywiście od blisko dwóch lat niektórzy nasi wysklekani sportowcy startują w profesjonalnych pojedynkach, w pojedynkach z reguły zakontraktowanych początkowo na pięć, a od 2005 roku na sześć rund. Ale po raz pierwszy w naszym kraju ta Professional Armwrestling League zorganizowała zmagania polskich zawodników w tzw. Profesjonalnej Lidze Zawodowego Armwrestlingu. Po ośmiu sportowców w dwóch kategoriach wagowych: 70kg i 78kg, walczyło na lewą i prawą rękę w systemie każdy z każdym. Pięciu pierwszych zawodników, w sumie dwubaju, wywalczyło sobie możliwość rywalizacji w kolejnej, drugiej edycji, posiadając już na swoim koncie pewną liczbę punktów. Do dalszych zmagajń dojdzie trzech nowych armwrestlerów, niestety na starcie posiadając zerową liczbę punktów. Całe zmagania po czterech edycjach wyłonią najsilniejszego zawodnika danej kategorii wagowej. Oczywiście polscy obserwatorzy organizacji PAL, po zakończeniu czterech edycji, być może wyłonią zawodników, którzy będą mogli walczyć w sześciurundowych pojedynkach na międzynarodowej arenie i tym samym zmierzać się z najlepszą czołówką światowego armwrestlingu.



Bezapelacyjnie najsilniejszym zawodnikiem pierwszej edycji był Piotr Kajstura (Olimp Jastrzębie) z sumą 215 punktów. Na lewą rękę uległ jedynie Danielowi Gajdzie (Złoty Tur Gdynia), a na prawą ponownie Danielowi i Arturowi Olbrysiowi z Braniewa.



Artur Olbryś (Braniewo) zdobył 213 punktów i tym samym uplasował się na drugim miejscu. Artur wygrał wszystkie pojedynki na prawą rękę, w tym po raz pierwszy, pokonał swojego największego przeciwnika Piotra Kajsturę.



Trzecie miejsce w styczniowej edycji polskiej ligi zajął siedemnastoletni Konrad Krawczuk (Złoty Tur Gdynia). Wygrywając, cztery pojedynki na lewą i pięć na prawą rękę, Konrad przechodził do następnej edycji z sumą 202 punktów na koncie.



Dla wszystkich ogromnym zaskoczeniem był start jednego z faworytów, Daniela Gajdy ze Złotego Tura, po przegranych dwóch pierwszych walkach z Bartosiewiczem i Krawczukiem, nie zdołał odrobić strat i w konsekwencji zajął czwarte miejsce z sumą 195 punktów.

70 kg



Piotr Bartosiewicz (Złoty Orzeł Choszczno) po konkurencji na lewą rękę zajmował drugie miejsce. Jednak podczas pierwszych pojedynków na prawą rękę odnowiła mu się kontuzja przyczepu łokciowego. Ale determinacja i chęć wygranej skłoniła tego młodego zawodnika do dalszej rywalizacji. Większość pojedynków niestety przegrał, ale w końcowej klasyfikacji zajął piąte miejsce i na pewno w kolejnej edycji pokaże innym zawodnikom swoją prawdziwą siłę i technikę.



Kamil Kapala (POSiR Tomaszów Mazowiecki) zwyciężył dwa pojedynki na lewą i dwa na prawą rękę. Zdobył 169 punktów i uplasował się na szóstej pozycji, która nie pozwalała na przejście do kolejnej rundy.



Kolejny Gdynianin Tomasz Piotrowicz wygrał jedynie trzy pojedynki (dwa na lewą i jeden na prawą) i zgromadził 141 punktów zajmując tym samym siódme miejsce, które eliminuje go z dalszej rywalizacji.



Najstarszym w pierwszej edycji okazał się Piotr Balcerek (z prawej strony), zwyciężając tylko jeden pojedynek na prawą rękę.



Piotr Balcerek Piotr Bartosiewicz Daniel Gajda Piotr Kajstura



Kamil Kapala Konrad Krawczuk Artur Olbryś Tomasz Piotrowicz

78 kg



Łukasz Biegun



Rafał Budzowski



Zbigniew Chmielewski



Mariusz Chodyna



Daniel Hebel



Łukasz Radomski



Piotr Szczerba



Wiktor Zaklicki



Zbigniew Chmielewski (Armfight Piaseczno) to bezapelacyjnie najlepszy zawodnik tej edycji. Zbyszek z łatwością wygrał wszystkie pojedynki zdobywając maksymalną liczbę 238 punktów. Nic w tym dziwnego, to nie pierwszy start tego zawodnika w profesjonalnej lidze. Zbyszek ma już na swoim koncie dobry start w międzynarodowej lidze w Bułgarii oraz tytuł najsilniejszego Polaka na rękę roku 2004, wywalczony podczas V Pucharu Polski w Luzinie.



Rafał Budzowski (Złoty Lew Łębork) zajął w klasyfikacji ogólnej drugie miejsce przegrywając z Danielem Hebłem na lewą oraz ze Zbyszkim Chmielewskim na prawą i lewą rękę.



Na trzeciej pozycji uplasował się Wiktor Zaklicki (Złoty Tur Gdynia). Pokonali go jedynie Zbigniew Chmielewski i Rafał Budzowski na lewą i prawą rękę. Do następnej edycji Wiktor przechodzi z 200 punktami na koncie.



Daniel Hebel (Złoty Lew Łębork) - czwarte miejsce, 187 punktów.



Piąte miejsce zajął Łukasz Biegun (Olimp Jastrzębie). Trzy wygrane pojedynki na lewą i cztery zwycięstwa na prawą rękę, dały mu w sumie 179 punktów.



Czterech punktów zabrakło Łukaszowi Radomskiemu (Złoty Tur Gdynia), aby pozostać w lidze. Niestety szóste miejsce eliminuje go z dalszej rywalizacji.



Polską Ligę opuszcza również Piotr Szczerba z Częstochawy, któremu udało się wygrać jedynie jeden pojedynek na prawą rękę.



Ósme miejsce w styczniowej lidze zajął Mariusz Chodyna (Armfight Piaseczno). 131 punktów to ilość niewystarczająca aby przejść do kolejnej edycji.



TRENUJEMY Z IGOREM MAZURENKO



Od jakiegoś czasu do redakcji nadchodzą listy z prośbą o zaprezentowanie techniki walki w triceps. Jest to kolejna technika, która wymaga nie tylko siły i sprytu ale i konkretnych wskazówek technicznych. Jest kilka sposobów walki w triceps. Dziś pokażemy dwa warianty tej techniki.

W każdym z wariantów najważniejszą rolę odgrywa triceps. Różnica jest tylko taka, że w jednym wariacie walczymy zginając nadgarstek, a w drugim odginając nadgarstek. Przestrzegamy, że wariant z odgiętym nadgarstkiem może być przyczyną kontuzji. Warto stosować tę taktykę gdy chcesz zaszczyzić przeciwnika walczącego w huk. Nie polecamy jej jednak jako techniki wiodącej.



Podczas ustawienia przed komendą Ready Go wywieramy nacisk boczny na rękę przeciwnika.



Po komendzie Ready Go wykonujemy skręt nadgarstka do wewnątrz, jednocześnie skręcając bark.



Dociskamy rękę przeciwnika do poduszki wykorzystując siłę tricepsu.

WARIANT 1



Podczas ustawienia przed komendą Ready Go wywieramy nacisk boczny na rękę przeciwnika, jednocześnie wypychając uchwyt w przód.



Po komendzie Ready Go odginamy nadgarstek, pchając rękę przeciwnika w bok i do przodu.



Dociskamy rękę przeciwnika do poduszki wykorzystując siłę tricepsu.

WARIANT 2



Z pozycji odwróconego nadgarstka przechylamy rękę przeciwnika w stronę poduszki. Sparring partner musi tak oporować abyście mogli wykonać 4 serie po 8-10 ruchów. Każdy ruch powinien trwać od 5 do 7 sekund. Uwaga! Nie wykonujcie gwałtownych ruchów.



Z pozycji skróconego nadgarstka dociskamy rękę przeciwnika do poduszki. 4 serie po 8-10 ruchów. Każdy ruch powinien trwać od 5 do 7 sekund. Uwaga! Jeśli sparringpartner nie jest w stanie oporować jedną ręką, może to robić dwoma.



Z pozycji odwróconego nadgarstka wykonujemy ruch na siebie. 5 serii po 10-12 ruchów. Każdy ruch powinien trwać od 5 do 7 sekund. Uwaga! Jeśli sparringpartner nie jest w stanie oporować jedną ręką, może to robić dwoma.

TRENING ZE SPARRINGPARTNEREM



Skreń nadgarstka do wewnątrz z wykorzystaniem wyciągu regulowanego i pasa judo. Łokieć oparty na poduszce stołu. 4 serie po 8-10 powtórzeń. Ściąganie w bok, chwytem młotkowym z wykorzystaniem wyciągu regulowanego. Łokieć oparty na poduszce stołu. 4 serie po 8-10 powtórzeń. Ćwiczenie z wykorzystaniem Mechanicznego Ramienia. 5 serii po 6-8 powtórzeń.



Prostowanie na triceps z wykorzystaniem wyciągu regulowanego. 4 serie po 8-10 powtórzeń.



FAP - FEDERACJA ARMWRESTLING POLSKA
Adres i adres do korespondencji:
81-380 Gdynia
ul. I Armii Wojska Polskiego 3-11
tel. 0-58 621 93 08
armwrestling@world.pl www.armpower.net

Prezydent: Igor Mazurenko, tel. 0-605 401 967,
 Wiceprezydent: Janusz Piechowski, tel. 0-607 996 554
 Sekretarz: Anna Korzeniewska, tel. 0-603-554-855

Trenerzy FAP:

Igor Mazurenko - Trener Kadry

Wiktor Szyszkowski - Trener

Sędziowie:

Monika Duma - Sędzia Główny FAP

Wiktor Szyszkowski, Daniel Gajda

Bogdan Łagunionek

KLUBY W POLSCE:

UKS ŻŁOTY TUR, GDYNIA ul. I Armii Wojska Polskiego 3-11,
 czynny: pn-pt 10-19, sob.10-14.
 tel./fax 0-58 621-93-08

UKS ŻŁOTY LEW, LEBORK ul. Czołgiistów 4

czynny: pn-pt 15-20, sob.12-20.

Informacje: Marcin Kreft tel. 0-501 245 895

ŻŁOTY SMOK, KIELCE Ul. Podarewskiego 24

czynny: pn-pt 10-22, sob.10-14.

Informacje: Radosław Trybus tel. 0-600 024 865

MUSTANG, SKĄPE Hala Sportowa, Al. 1 Maja 89

Informacje: Andrzej Zawidzki tel. 0-54 287 81 52

OLIMP, JASTRZĘBIE ZDRÓJ Ul. Piastów 15

Informacje: Adrian Łukasiewicz tel. 0-32 47 142 47

ŻŁOTY TUR, GDĄSK ul. Opalska 6,

Informacje: Krzysztof Kubiak tel. 0-504 639 488

ŻŁOTY TUR, ORNETA

Informacje: Jerzy Czaplinski tel. 0-606 999 418

GOLIAT, ŻARY

Informacje: Krzysztof Kryszczuk tel. 0-602 233 651

PITBULL Ruda Śląska,

Informacje: Łukasz Suchajka tel. 0-606 454 670

ŻELAZNA PIĘŚĆ Inowrocław,

Informacje: Sławomir Glowacki tel. 0-604 300 380

MKS HERAKLES Szczawno - Zdrój, woj. dolnośląskie.

Kontakt: Sebastian Wyszyński tel. 0 696-334-122

UKS HERKULES Posada Górna, woj. podkarpackie.

Kontakt: Grzegorz Argasiński tel. 0 506 033 636

UKS STALOWE RAMIONA Krośnice, woj. łódzkie.

kontakt: Janusz Kopec tel. 0 603 962 592

UKS ORZEŁ CHOSZCZNO

Telefony kontaktowe w sprawie treningów:

Wiesław Łącki: 765-2844; 602-115-894

Artur Glowicki: 602-213-901

AZS CZĘSTOCHOWA - SEKCJA ARMWRESTLINGU

WSHIT ul. Ogrodowa 47

Zbigniew Soliński: 606 908 478

UKS „WIKING” NISKO

Kamil Pachla - tel. (015) 841 29 87; e-mail: armkamil@op.pl

UKS „LONGINUS”

Informacje i zapisy: TOMASZ GAWŁOWSKI - 0 505-638-981

ANDRZEJ ZBOROWSKI - 0 604-105-052

PIOTR PIEKUTOWSKI - 0 608-339-532

UKS „ŻŁOTY TYGRYS” WROCŁAW

Informacje i zapisy: Tomasz Fugiel - tel. 0693642987

MCKIS „TYTAN” JAWORZNO

ul. Inwalidów 18 43-600 Jaworzno

Informacje: Mariusz Grochowski - tel. 507 297 513

UKS „SOKOŁ” KONIECPOL

ul. Mickiewicza 30 42-230 Koniecpol

Informacje: Piotr Szczurba - tel 608 20 44 83 lub gg 4365850

V Mistrzostwa Polski w Siłowaniu na Ręce REGULAMIN

1. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW.

Mistrzostwa odbędą się w dniach 08-09 kwietnia 2005 w sali kinowej Choszczeńskiego Domu Kultury ul. Boh. Warszawy 17 w Choszcznie.

08 kwietnia 2005r odbędą się walki na lewą rękę.

09 kwietnia 2005r odbędą się walki na prawą rękę.

Weryfikacja i ważenie wszystkich chętnych do wzięcia udziału w zawodach odbędzie się :

w czwartek 07 kwietnia 2004, w godz. 16.00-22.00. w sali ChDK.

w piątek 08 kwietnia 2004, w godz. 08.00-11.00. w sali ChDK.

w sobotę 09 kwietnia 2005r. w godz. 08.00-11.00 w sali ChDK.

Zawodnicy, którzy spóźnią się na ważenie nie zostaną dopuszczeni do zawodów.

2. ZASADY RYWALIZACJI.

Uczestnicy zawodów zostaną podzieleni na następujące kategorie wagowe:

• Juniorki-lewa, prawa ręka: do 45kg, 49kg, 54kg, 60kg, 67kg, +67kg

• Juniorzy-lewa, prawa ręka: do 48kg, 52 kg, 57kg, 63kg, 70kg, 78kg, +78kg,

• Seniorki-lewa, prawa ręka: do 50kg, 55kg, 60kg, 65kg, +65 kg.

• Seniorzy-lewa, prawa ręka: do 55kg, 60 kg, 65kg, 70kg, 75kg, 80kg, 85kg, 90kg, 100kg, 110kg, +110kg.

• Masters - lewa, prawa ręka - kategoria OPEN;

• Niepełnosprawni-lewa, prawa ręka: OPEN.

Rywalizacja odbędzie się na lewą i prawą rękę w systemie do dwóch przegranych wg. zasad WAF.

3. NAGRODY

Medale i dyplomy w każdej kategorii wagowej.

Puchary w klasyfikacji klubowej.

Zawodnicy, którzy zajmą pierwsze i drugie miejsca w poszczególnych kategoriach, zostaną zakwalifikowani do Kadry Polski na Mistrzostwa Europy, które odbędą się w czerwcu 2005 roku w Bułgarii.

4. UWAGI KOŃCOWE.

• Opłata startowa wynosi 60 zł.

• Zawodnicy, którzy nie ukończyli 18 roku życia 50% opłaty startowej, tj. 30zł.

• Zawodnicy, którzy nie ukończyli 14 roku oraz niepełnosprawni są zwolnieni z opłat startowych.

• Zawodnika dopuszcza się do walki jedynie w ubraniu sportowym. W skład ubioru sportowego wchodzi: koszulka z krótkim rękawem lub na ramiączkach, spodnie dresowe lub krótkie spodenki, obuwie sportowe, zawodnicy zrzeszeni w klubach dopuszczeni zostaną tylko w strojach klubowych.

• Zawodnicy, którzy nie będą w stroju i obuwii sportowym nie zostaną dopuszczeni do zawodów.

• Każdy zawodnik powinien posiadać dokument tożsamości.

• Wymagana jest pisemna zgoda o przyjęciu odpowiedzialności osobistej podczas startu w turnieju, w przypadku uczestników do lat 18-tu pisemna zgoda rodziców lub opiekuna.

• Istnieje możliwość rezerwacji zakwaterowania. Baza noclegowa w załączeniu.

• Ubezpieczenie zawodników spoczywa na jednostkach delegujących lub we własnym zakresie.

• Przed zawodami odbędzie się odprawa techniczna dla zawodników, podczas której zostaną omówione zasady siłowania na ręce w myśl przepisów World Armwrestling Federation (WAF)

• Organizator zastrzega sobie prawo do umieszczenia logotypów sponsora na koszulkach zawodników lub do przydziału zawodników w koszulki sponsora.

• Sędziowie wszystkich kategorii są zobowiązani do sędziowania podczas V Mistrzostw Polski.

• Prawo interpretacji i zmiany niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi.

ORGANIZATORZY:

Federacja Armwrestling Polska

Tel./fax(0- 58) 621 93 08 lub 0 603 55 48 55

armwrestling@world.pl

www.armpower.net

URZĄD MIĘJSKI W CHOSZCZCIE CHOSZCZEŃSKI DOM KULTURY UKS ARMWRESTLING „ŻŁOTY ORZEŁ” Choszczno tel. kom. 602-115-894, uksarmwrestling@echo.pl

MIEJSCA NOCLEGOWE

Jacht-Hotel, ul. Sportowa 2, Choszczno (095)765 33 10; 24 miejsca w pokojach 2-, 4- osobowych

Centrum Rekreacyjno-Sportowe, ul. Promenada 2, Choszczno (095)765 77 11; 5 miejsc noclegowych

Internet Zespołu Szkół, ul. Chrobrego, Choszczno (095)765 22 37; 150 miejsc w pokojach 3-i 4-osobowych

Pokoje gościnne „Amiko”, ul. Norwida 28, Choszczno, (095)765 28 23; 2 pokoje/2 os. 4 pokoje/3 os.

Hotelik „Razem”, ul. Mickiewicza 1, Choszczno, (095)765 78 73 lub 765 25 61; 21 miejsc w pok. 1, 2 i 3-osobowych

Gospodarstwo Agroturystyczne Rancho „Karino”, Stary Klukom 10, (095)765 79 81, 0601 624 036

18 miejsc w pokojach 3- i 4-osobowych (ok. 10 km od Choszczna)