



SLOVENSKÁ ASOCIÁCIA FITNES, KULTURISTIKY, A SILOVÉHO TROJBOJA

Junácka 6, 832 80, Bratislava
mob.: +421 908 965 156

www.sakst.sk
IČO 30842069

e-mail: safkst@gmail.com
DIČ 2020872513

Zápisnica zo zasadnutia Výkonného výboru SAFKST dňa 28.10.2022 o 14:00 v Bratislave

Prítomní: Boris Mlsna, Ľuboš Matejíčka, Pavol Kovalčík, Roland Brosman, Ondrej Novomeský, Jiří Jeřábek (kontrolór SAFKST)

Program:

1. Zahájenie zasadnutia
2. Vyhodnotenie zahraničných výjazdov
3. Schválenie nominácií
4. Rôzne
5. Záver

1. Prezident SAFKST Mgr. Boris Mlsna zahájil zasadnutie a privítal prítomných.
2. Prezident SAFKST Mgr. Boris Mlsna poďakoval všetkým reprezentantom, ktorí sa zúčastnili na WORLD FITNESS CHAMPIONSHIPS (JUNIORS, SENIORS, MASTERS), Yeongju, Južná Kórea 2022.

V dňoch 18.10 - 22.10. 2022 sa konali Majstrovstvá sveta žien vo fitnes, kde SAFKST nominovala reprezentáciu pätnástich športovcov. Slovenská reprezentačná výprava štartovala v kategóriách: Bikini, Wellness, Acrobatic Fitness, Men's Fitness. Športovci Slovenskej asociácie fitnes, kulturistiky a silového trojboja reprezentovali Slovenskú republiku veľmi úspešne a domov si z týchto MS odniesli: 11 Zlatých medailí, z toho 3 absolútne víťazstvá, 7 Strieborných medailí a 5 Bronzových medailí.

Umiestnenia reprezentácie SAFKST bolo nasledovné:

Beáta Graňáková	Women's Bikini Up To 158 cm	5. miesto
Rebeka Dudusová	Junior Women's Bikini 21-23 Years, Over 166 cm	3. miesto
Rebeka Dudusová	Women's Bikini Up To 166 cm	2. miesto
Zuzana Kardošová	Junior Women's Bikini 21-23 Years, Up To 160 cm	1. miesto
Zuzana Kardošová	Women's Bikini Up To 158 cm	2. miesto
Aneta Tichá	Junior Women's Bikini 16-20 Years, Over 166 cm	1. miesto
Aneta Tichá	Women's Bikini Up To 172 cm	1. miesto
Aneta Tichá	Women's Bikini OVERALL	1. miesto
Darina Vlčáková	Junior Women's Bikini 21-23 Years, Over 166 cm	1. miesto
Darina Vlčáková	Junior Women's Bikini OVERALL	3. miesto
Darina Vlčáková	Women's Bikini Up To 166 cm	4. miesto
Simona Babicová	Women's Wellness Over 168 cm	2. miesto
Tatiana Ondrušková	Junior Women's Acrobatic Fitness 16-23 Years Open	2. miesto
Tatiana Ondrušková	Women's Acrobatic Fitness Up To 163 cm	1. miesto
Tatiana Ondrušková	Women's Acrobatic Fitness OVERALL	1. miesto
Natália Poprocká	Junior Women's Wellness 16-23 Years Over 163 cm	1. miesto
Natália Poprocká	Junior Women's Wellness 16-23 Years OVERALL	1. miesto
Natália Poprocká	Women's Wellness Up To 168 cm	1. miesto

Natália Poprocká	Women's Wellness OVERALL	2. miesto
Daniela Cíváňová	Women's Acrobatic Fitness Over 163 cm	2. miesto
Daniela Cíváňová	Junior Women's Acrobatic Fitness 16-23 Years Open	3. miesto
Anna Hepnerová	Women's Acrobatic Fitness Up To 163 cm	3. miesto
Nelli Novodomska	Women's Acrobatic Fitness Over 163 cm	3. miesto
Nelli Novodomska	Junior Women's Acrobatic Fitness 16-23 Years Open	4. miesto
Michal Barbier	Men's Fitness Open	1. miesto
Marieta Zadňančinová	Women's Physique Open	4. miesto
Andrea Jašková	Master Women's Bikini 45 Years & Over, Open	7. miesto
Ivette Baláž	Master Women's Bikini 35-39 Years, Up To 164 cm	2. miesto

3. Schválenie nominácií a výjazdov na MS, WORLD BODYBUILDING CHAMPIONSHIPS, IFBB WORLD MEN'S MASTERS CHAMPIONSHIPS, 2022 IFBB WORLD WOMAN'S FITNESS CHALLENGE CHAMPIONSHIPS a IFBB WOMAN'S WORLD CUP, Santa Susanna. Na zahraničné pohárové súťaže vo fitnes, kulturistike - Návrh uznesenia č. 01/06/2022

- VV SAFKST schvaľuje nomináciu na 2022 IFBB WORLD BODYBUILDING CHAMPIONSHIPS, IFBB WORLD MEN'S MASTERS CHAMPIONSHIPS, 2022 IFBB WORLD WOMAN'S FITNESS CHALLENGE CHAMPIONSHIPS v dňoch 2. – 7. 11. 2022 v Santa Susanna, Španielsko. Nominovaní pretekári: *Peter Tatarka, Martin Sagan, Ján Soták, Marek Mitterko, Miroslav Škarda, Sebastián Tomla, Robert Kaňuk, Andrej Markovič, Jozef Greguš, Michal Mokoš, František Feja, Ján Král, Stanislav Slimák, Roman Volák, Radovan Bežo, Michal Barbier, Elena Masaryková, Marek Zajonc.*
Delegát: Peter Kokoška
Člen realizačného tímu: Roland Brosman
Rozhodcovia: Boris Mlsna, Gabriela Mlsnová, Slavomír Lipták
Extradelegáti: Martina Mokošová, Alena Bežová
- VV SAFKST schvaľuje nomináciu na IFBB WOMAN'S WORLD CUP, Santa Susanna, Španielsko v dňoch 2. – 7. 11. 2022. Nominovaní športovci: *Nelli Novodomska, Tatiana Ondrušková, Zoja Sirotná, Daniela Cíváňová*
Extradelegáti: Michaela Končeková, Renáta Novodomska, Zuzana Sirotná, Lucia Cíváňová
- VV schvaľuje nominácie na zahraničné pohárové súťaže.
 - Grand Prix Fitness Brno, 22.10.2022. Nominovaní športovci: *Adrián Zvarík, Denis Longa, Andrej Sintaj.*
 - 2022 IFBB Grand Prix Pepa, v dňoch 28.10. – 29.10.2022, Opava. Nominovaní športovci: *Stanislav Huňady, Jana Remiášová, Nikoleta Čulagová, Andrea Gregorová, Viliam Kočan, Adrián Zvarík.*
 - 2022 IFBB DIAMOND CUP SERBIA, v dňoch 21.10.2022 – 23.10.2022. Nominovaní športovci: *Andrea Čellárová, Andrea Gregorová, Stanislav Huňady.*

Za: Mlsna, Kovalčík, Matejíčka, Brosman, Novomeský

Proti:

Zdržal sa:

Nehlasoval:

Uznesenie VV SAFKST č. 01/06/2022

VV SAFKST schválil nominácie a výjazdy na MS, WORLD BODYBUILDING CHAMPIONSHIPS, IFBB WORLD MEN'S MASTERS CHAMPIONSHIPS, 2022 IFBB WORLD WOMAN'S FITNESS CHALLENGE CHAMPIONSHIPS a IFBB WOMAN'S WORLD CUP, Santa Susanna. Na zahraničné pohárové súťaže vo fitnes, kulturistike - Návrh uznesenia č. 01/06/2022

4. Rôzne:

- Schválenie online antidopingového vzdelávania s dátumom realizácie 20.11.2022 realizované Antidopingovou agentúrou SR pre členov SAFKST - Návrh uznesenia č. 02/06/2022

Názov online prednášky: *Antidopingové vzdelávanie Vám v 50 minútach priblíži priebeh dopingovej kontroly, jednotlivé skupiny zakázaných látok a riziká užívania vybraných výživových doplnkov.* Prednášajúci: Kristián Slíž.

Za: Mlsna, Kovalčík, Matejíčka, Brosman, Novomeský Proti: Zdržal sa: Nehlasoval:

Uznesenie VV SAFKST č. 02/06/2022

VV SAFKST schvaľuje online antidopingového vzdelávania pre členov SAFKST dňa 20.11.2022 realizované Antidopingovou agentúrou SADA.

- Schválenie Súťažných pravidiel pre Fitnes Tím detí - Návrh uznesenia č. 03/06/2022

Za: Mlsna, Kovalčík, Matejíčka, Brosman, Novomeský Proti: Zdržal sa: Nehlasoval:

Uznesenie VV SAFKST č. 03/06/2022

VV SAFKST schválil Súťažné pravidlá Fitnes Tím (v prílohe č. 1: P R A V I D L Á FITNES TÍM DETÍ)

- Oprava v zápise z Výkonného výboru, zo dňa 25.9.2022, v Smernici č. SM 01/2022 o cestovných náhradách, schvaľovaní a vyúčtovaní pracovných ciest v čl. V., bode 1 „Náhrady pri tuzemskej pracovnej ceste“ – Návrh uznesenia č.04/06/2022

Administratívnu chybu pri vypracovaní zápisnice z VV SAFKST konaného dňa 25. 9. 2022 neboli v Smernici č. SM 01/2022 o cestovných náhradách, schvaľovaní a vyúčtovaní pracovných ciest v čl. V., bode 1 „Náhrady pri tuzemskej pracovnej ceste“ správne uvedené čiastky náhrad pre jednotlivé pozície súvisiace s náhradami za ošatné. Predmetná zápisnica bola v tomto zmysle opravená podľa skutočnosti a čl. V., bod 1 predmetnej smernice po oprave už obsahuje všetky správne informácie.

Samostatná dotknutá Smernica č. SM 01/2022 o cestovných náhradách, schvaľovaní a vyúčtovaní pracovných ciest je na webovom sídle www.safkst.sk zverejnená v správnej a úplnej verzii.

Za: Mlsna, Kovalčík, Matejíčka, Brosman, Novomeský Proti: Zdržal sa: Nehlasoval:

Uznesenie VV SAFKST č. 04/06/2022

VV schválil opravu v zápise z Výkonného výboru, zo dňa 25.9.2022, v Smernici č. SM 01/2022 o cestovných náhradách, schvaľovaní a vyúčtovaní pracovných ciest v čl. V., bode 1 „Náhrady pri tuzemskej pracovnej ceste“

5. Prezident SAFKST ukončil rokovanie a poďakoval prítomným za účasť.

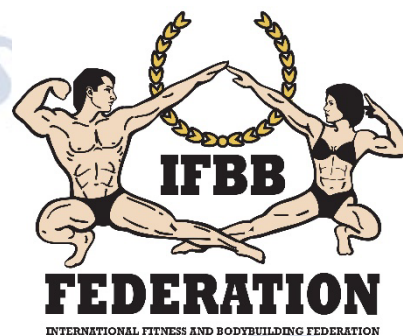
Bratislava, 28.10.2022

Predseda: Boris Mlsna, v.r.

Zapísala: Lenka Harvanová, v.r.

(Pozn. Originálne podpísané listinné dokumenty sú v prípade oprávneného záujmu uložené na sekretariáte.)

Slovenská asociácia fitness, kulturistiky a silového trojboja



PRAVIDLÁ FITNES TÍM DETÍ

Platnosť od 1.11.2022

SAFKST

SÚŤAŽNÉ PRAVIDLÁ PRE KATEGÓRIU FITNESS TÍM

Tieto pravidlá nadobúdajú platnosť 1.11.2022 a platia až do odvolania.

Článok 1

Všeobecne:

Fitnes tím je športová disciplína pre deti do 15 rokov, ktorá podporuje ich fyzickú a duševnú rovnováhu, zdravý rast a sebadisciplínu. Rozvíja nielen pohybovú, športovú, ale aj umeleckú aktivitu. Formuje osobnosť a motivuje ich pre športovú aktivitu v dospelosti.

Článok 2

Kategória fitnes tím

Fitnes tím detí v počte 3-7 súťažiacich súťaží počas celého roka (od 1.1. do 31.12.), v ktorom dosiahne každý člen fitnes tímu maximálnu vekovú hranicu 15 rokov.

Článok 3

Súťažná disciplína

1.VOLNÁ ZOSTAVA

- 1.1. Na voľnú zostavu nastupuje fitnes tím 3-7 súťažiacich podľa štartovných čísiel v numerickom poradí.
- 1.2. Dĺžka voľnej zostavy je od 60 do 120 sekúnd. Hudobný podklad musí byť bez použitia expresívnych alebo vulgárnych výrazov, žánrovo neobmedzený. Za kvalitu nahrávky zodpovedá pretekár/tréner.
- 1.3. Priestorové parametre
Cvičebná plocha môže byť v tvare štvorca alebo obdĺžnika s rozlohou minimálne 70m² (pričom hĺbka cvičebnej plochy nesmie byť menšia ako 6 m). Presný rozmer cvičebnej plochy musí byť zadaný v propozíciách.
Povrch na cvičenie – tatami.
- 1.4. Oblečenie a obuv pretekárov
Súťažiaci musia mať oblečenie, vhodné na predvedenie zostavy. Nesmie neprimerane odhaľovať intímne časti tela, nesmie mať použité tvary G-string alebo tangá. Časti oblečenia nie je možné počas zostavy vyzliekať. Súťažiaci vo svojom oblečení musí byť schopný sám bez dopomoci ďalšej osoby prísť a aj opustiť cvičebnú plochu. Súťažiaci môžu predviesť voľnú zostavu naboso, alebo v športovej, tanečnej obuvi, vhodnej na povrch cvičebnej plochy. Výber farby, štýlu, materiálu a zdobenia je ponechaný na súťažiacich.

1.5. Rekvizity

Počas voľnej zostavy sú dovolené len malé rekvizity ak si ich súťažiaci prinesú sami (na 1 krát) na tanečnú plochu, nie je možné využiť pomoc iných osôb. Rekvizity nesmú spôsobiť znečistenie cvičebnej plochy a ich použitie nesmie vyžadovať zdržanie priebehu súťaže. Každú rekvizitu je nutné pri prezentácii dať schváliť hlavnému rozhodcovi (HR).

1.6. Kritériá hodnotenia voľnej zostavy:

- I. OBŤAŽNOSŤ

1. silové cvičenia

Zostava musí obsahovať aspoň 1 silový prvok (napr. výdrže, kľuky, rôzne izometrické výdrže v rôznych polohách, výdrže v prednožení a roznožení...). Pri hodnotení zostavy by sa mal zohľadniť počet silových prvkov, ich stupeň náročnosti a celková kreativita.

2. akrobatické cvičenia

Zostava musí obsahovať aspoň 1 akrobatický prvok.
Medzi akrobatické prvky patria:

a. švihové

- **akrobatické švihové prvky s letovou fázou** (napr. kotúľ letmo, flik - rýchly premet vzad, salto vpred a vzad, rondát, „arab“- premet bokom bez opory rúk s doskokom jednonožne, „šprajcka vpred, vzad“ - rýchly premet vpred alebo vzad bez opory rúk s doskokom jednonožne rýchly premet vzad atď.)

a

- **akrobatické švihové prvky bez letovej fázy** (vždy v kontakte s podlahou, napr. premety, obraty, prevaly, spády, kotúľ vpred alebo vzad, kotúľ vzad do stojky, stojka na rukách, výpad vzad, premety stranou, vzad a vpred atď.).

b. ťahové (napr. stojky, výsuny, zosuny, napr. z prednosu ťahom stojky na rukách, „špicár“- stojka ťahom roznožmo zo vzporu roznožmo...)

c. statické (stojky, váhy, sedy, mosty)

3. tanečné prvky

Zostava musí obsahovať aspoň 1 tanečný prvok (napríklad tanečné krokové variácie, tanečné skoky, tanečné kroky...)

4. flexibilita

Zostava musí obsahovať aspoň 1 prvok flexibility (napr. sedy roznožné, čelné a bočné, kopy a švihy v rôznych polohách). Pri hodnotení zostavy by sa mal zohľadniť počet pohybov flexibility, ich stupeň náročnosti a celková kreativita pohybov.

- II. UMELECKÉ POŽIADAVKY

- príbeh, motív a téma vyjadrená tanečnými prostriedkami, zosúladené s individuálnou a priestorovou choreografiou vystúpenia;
- hudba, tanec, choreografia, zosúladené s kostýmom a rekvizitami
- showmanship (kontakt s obecenstvom, schopnosť súťažiaceho prezentovať fitness zostavu atraktívne a zábavne pre obecenstvo);
- originalita a individuálna choreografia;
- jedinečný a osobitý spôsob interpretácie;
- rytmus (harmónia cvičenia a hudby);
- tempo hudby;
- zosúladený kostým, hudba, tanec, choreografia a rekvizity;
- čistota, technika predvedenia;
- celkový dojem;
- presnosť, zladenie a synchronizácia.

1.7. Bodovací rozhodcovia na základe predvedených zostáv určia poradie fitness tímov, pričom nesmú na žiadne miesto umiestniť dva fitness tímy súčasne.

1.8. Bodovací rozhodcovia pri **nadmernom počte, chýbajúcom počte, alebo nerovnomernom zastúpení rôznych cvičení z kategórie obťažnosť** (silové cvičenia, akrobatické cvičenia, tanečné prvky a prvky flexibility), **pri nezosúladení, nepresnosti a nezosynchronizovaní celého fitness tímu, chýbajúcej umeleckej požiadavke, alebo pri nesúlade požiadaviek** (napr. chýbajúci motív, showmanship, cvičení mimo rytmu, väčšie množstvo akrobatických švihových cvičebných tvarov, ako napr. rondát-flik-salto a vyšší počet gymnastických prvkov typických pre športovú gymnastiku...) **pridelia zostave fitness tímu nižšie umiestnenie.**

1.9. Výsledné hodnotenie rozhodcov zahŕňa **komplexné hodnotenie obťažnosti a umeleckých požiadaviek a synchronizácie** (choreografia, motív choreografie, showmanship, čistota a elegancia predvedenia, súlad kostýmu a rekvizít s motívom fitness tímovej zostavy, harmónia cvičenia, hudby, tanca, choreografie a rekvizít).

Článok 2

Nedodržanie pravidiel. Technické problémy.

2.1. V prípade, že bude zistené u súťažiacich pred nástupom na súťažnú plochu akékoľvek nedodržanie pravidiel (oblečenie, obutie, rekvizita, úprava pokožky, na pokyn HR dostanú 5 minút na nápravu a nastúpenie na súťažnú plochu. Po uplynutí tejto lehoty bez nápravy je fitness tím diskvalifikovaný.

2.2. Úprava pokožky

Je dovolené používať iba samoopaľovacie prípravky, ktoré musia byť použité najneskôr deň pred konaním súťaže. Aplikácia v deň súťaže nie je prípustná. Použitie profesionálnych prípravkov na úpravu pokožky pre kulturistiku je prísne zakázané. Nie je dovolené používať flitre, prípravky s leskom a perleťovým efektom, a to ani v prípade, že sú súčasťou samoopaľovacieho prípravku. Použitie telového oleja nie je dovolené.

- 2.3. Opakovanie voľnej zostavy je umožnené v prípade, že došlo k technickej chybe počas predvádzania zostavy (výpadok elektriky, nenačítanie CD, chyba zvukára, ...). Na základe rozhodnutia HR môžu fitness tím opakovať predvedenie zostavy ako posledný vo svojej kategórii. V prípade, že bol fitness tím posledný v poradí, dostáva 2 minúty čas na prípravu.
- 2.4. Opakovanie voľnej zostavy z dôvodu stresu, zdravotných dôvodov a pod. je plne v kompetencii HR. V prípade neumožnenia opakovania zostavy rozhodcovia hodnotia predvedenú časť zostavy.
- 2.5. Počas súťaže je možné podať námietky voči priebehu súťaže. Podávajú sa s vkladom 50€ hlavnému rozhodcovi. Námietky posudzuje komisia v zložení: hlavný rozhodca, riaditeľ súťaže, delegát SAKFST. Namietat' nie je možné voči hodnoteniu rozhodcov. V prípade uznania námietky je vklad vrátený. V prípade neuznania vklad prepadá v prospech SAKFST.
- 2.6. Na majstrovských súťažiach musia byť otvorené všetky kategórie, v ktorých sú prihlásení súťažiaci (pri menšom počte ako 3 fitness tímy nebude udelený titul "Majster SR").

Článok 3

Spracovanie výsledkov v kategórii fitness tím

Spracovanie výsledkov hodnotenia fitness tímov rozhodcami je plne v kompetencii sekretára HR.

1. V tlačive Zápis súťaže (Formulár 5):

- a) sa pri počte rozhodcov 5, 7 každého tímu prečiarkne jedno najvyššie a jedno najnižšie hodnotenie, ostatné hodnotenia sa spočítajú,
- b) pri zhodnom počte umiestnení v zostave sa lepšie umiestni fitness tím, ktorý bude mať viac lepších umiestnení metódou „relatívneho umiestnenia“,
- c) súčet umiestnení (hodnotení) nám dáva výsledné/konečné poradie fitness tímu, fitness tím s nižším súčtom umiestnení je v konečnom poradí umiestnený na vyššom mieste, víťazí fitness tím s celkovým najnižším súčtom umiestnení.

Článok 4

Zverejňovanie výsledkov a povinnosti činovníkov súťaže

1. HR spolu so SHR sú plne zodpovední za zverejňovanie, správnosť a presnosť zápisov a výsledkových listín. Zverejňovanie hodnotenia nie je dovolené. HR po skončení súťaže a vyhlásení výsledkov preberie od SHR všetky vyplnené tlačivá zo súťaže a vypracovanie Vyhodnotenia rozhodcov a spracuje Správu hlavného rozhodcu. Zápis súťaže, Výsledkovú listinu, Vyhodnotenie rozhodcov.
2. SHR zašle v elektronickej forme do 24 hodín po súťaži Výsledkovú listinu na Sekretariát SAKFST, ktorý ju zverejní na webovej stránke SAKFST.
3. SHR zašle v elektronickej forme do 24 hodín po súťaži Výsledkovú listinu a všetky vyplnené formuláre s hodnoteniami rozhodcov zo súťaže Komisii rozhodcov.
4. HR zašle v elektronickej forme do troch pracovných dní po súťaži „Správu HR“ Komisii rozhodcov.

5. Delegát SAFKST zašle do troch pracovných dní po súťaži „Správu delegáta“ na Sekretariát SAFKST.

Vypracoval:
Mgr. Mgr. Gabriela Mlsnová, PhD., MPA

Schválil:
Mgr. Ľuboš Matejíčka
viceprezident pre fitness a kulturistiku

