

# IFBB FITNESS ÉS TESTÉPÍTŐ MAGYAR KUPA

2024. április 21.  
Budapest

Verseny célja: versenyzési lehetőség biztosítása fitness és testépítő sportágban, válogató verseny a Fitness és Testépítő Európa-bajnokságra (2024. május 1-6., Santa Susanna) és az IFBB Diamond Cup Budapestre (2024. június 1-2.)

A Fitness és Testépítő Európa-bajnokságra minden junior és felnőtt versenyzőnek a Szövetség finanszírozza a nemzetközi kék könyv éves díját, a doppingellenőrzési hozzájárulást, továbbá a legeredményesebb versenyzőknek továbbra is a Szövetség állja a nevezési díjat, napi három étkezést, szállást. (Kérjük mindenki időben jelezze az Európa-bajnokságon való indulási szándékát.)

Helyszín: Kőrösi Csoma Sándor Kulturális Központ  
(1105 Budapest, Szent László tér 7.)

Időpont: 2024. április 21. vasárnap 11:00

Jelentkezni lehet: Vargha Viola főtitkárnál ( [ifbbverseny@gmail.com](mailto:ifbbverseny@gmail.com) )  
Csak a klubvezetőktől fogadunk el nevezéseket.

Jelentkezési határidő: 2024. április 2. kedd

A Magyar Kupán csak a Magyar Fitness és Testépítő Szakszövetség leigazolt versenyzői vehetnek részt.

Kérünk benneteket, hogy a jelentkezési határidőig az összes MK indulót igazoljátok le, a határidő lejártá után nem áll módunkban leigazolásokat intézni.

Nevezési díj:

Előnevezés esetén: 10.000Ft/kategória

Április 2. után: 15.000Ft/ kategória

Azok a junior versenyzők, akik a Felnőtt Magyar Kupán is indulnak 15.000Ft nevezési díj mellett vehetnek részt mindkét versenyen előnevezés esetén.

**Minden indulónak az érvényes versenyengedélyét (amihez érvényes sportorvosi engedély is társul) a regisztrációnál be kell mutatni az applikáción keresztül:**

ios:

<https://apps.apple.com/hu/app/ifbb-hungary/id1606360114?l=hu>

Android:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=hu.blabs.ifbbhungary>

**Sportorvosi engedély hiányában az indulást nem engedélyezzük.**

### Újjonc kategóriák:

Férfi Testépítés:	abszolút
Men's Physique:	abszolút
Bikini Fitness:	-163 cm, +163 cm *

(\*A kategóriák alacsony létszám esetén összevonásra kerülnek.)

Újjonc versenyzőnek számítanak azok a sportolók, akik még nem indultak az MTF SZ versenyein (kivéve minősítő kategória). Aki az újjonc kategóriában indul, az adott tárgyévben megtarthatja kezdő státuszát és részt vehet ebben a kategóriában. Ha a sportoló év közben felnőtt, junior vagy masters kategóriában színpadra lép, akkor kezdőként tovább nem versenyezhet.

### Felnőtt kategóriák

Férfi Testépítés:	-75kg, -85kg, +85kg
Klasszikus Testépítés:	-175cm, +175cm
Acrobatic Fitness:	-163 cm +163 cm
Férfi Fitness:	abszolút
Artistic Fitness	-163 cm -168 cm +168 cm
Bodyfitness:	-158 cm -163 cm -168 cm +168 cm
Bikini Fitness:	-158 cm -160 cm -162 cm -164 cm -166 cm -169 cm -172 cm +172 cm Parasport kategória
Women's Physique:	abszolút
Classic Physique:	abszolút
Men's Physique:	-170 cm -176 cm -182 cm +182 cm
Női Fit Model:	-166 cm +166 cm
Wellness:	-163 cm, +163 cm
Fit Páros:	abszolút

JUNIOR kategóriák (16-23 év) kategóriák: 2001-2008 között született versenyzők számára

Férfi Testépítés:	abszolút
Klasszikus Testépítés:	abszolút
Acrobatic Fitness:	16-20 év: -163 cm, + 163 cm 21-23 év: -163 cm, + 163 cm
Artistic Fitness:	abszolút
Férfi Fitness:	abszolút
Bodyfitness:	abszolút
Bikini Fitness:	16-20 év: abszolút, 21-23 év: abszolút
Men's Physique:	abszolút
Wellness:	abszolút
Fit Model:	abszolút

A kategóriák alacsony létszám esetén összevonásra kerülnek.

**FIGYELEM! A MAGYAR KUPÁN DOPPING VIZSGÁLATOT TARTUNK!**

Csak azok a sportolók indulhatnak, akik aláírják és a regisztrációnál leadják a kitöltött dopping nyilatkozatot (megtalálható a [www.ifbb.hu](http://www.ifbb.hu) honlapon a „Szövetség” címszó alatt a „letölthető dokumentumok” között)!

A versenyt követő 3 napon belül minden dobogós helyen végzett versenyzőnek kötelező regisztrálni a [www.antidopping.hu](http://www.antidopping.hu) weboldalon.

Minden Magyar Kupán résztvevő sportoló versenyzési lehetőséget kap az idei évben az IFBB által szervezett versenyeken való indulásra (kivéve VB).

Az Európa-bajnokságon indulóknak kötelező a részvétel!

TILOS a platform cipő viselete! A női kategóriákban (kivéve women's physique) a cipő sarka maximum 120 mm, a talp része maximum 10mm lehet.

TILOS az olyan önbarnító használata, ami nyomot hagy! Használata esetén a versenyző kizárásra kerül!

Az IFBB versenyein hivatals partnerünk, a Pro Tan Magyarország biztosítja a professzionális és egyben az IFBB sztenderdeknek is megfelelő barnítást. Kérünk minden versenyzőt, hogy idejében jelezze a szolgáltatásra való igényt és a helyszín megóvása érdekében válasszák a helyszíni barnítás adta előnyöket és kényelmet.

A verseny barnító partnere a Pro Tan Hungary. A versenyzők az alábbi linkre kattintva tudnak jelentkezni a szolgáltatásra:

<https://www.myshowtime.hu/versenybarnitas/event/448>

Amennyiben sminkes és fodrász szolgáltatást kíván más csapat végezni, úgy vegye fel a kapcsolatot a szervezőkkel az ellentételezéssel kapcsolatban az [ifbbverseny@gmail.com](mailto:ifbbverseny@gmail.com) -ra írva. A szervezők engedélye és beleegyezése nélkül más sminkes- és fodrász szolgáltató nem végezhet kereskedelmi és szolgáltatói

tevékenységet a helyszínen belül (előtér, backstage, öltözők, stb.).

Díjazás: 1.hely: kupa, érem, oklevél  
2-3. hely: érem, oklevél  
4-...hely: oklevél

Programtervezet, információk a [www.ifbb.hu](http://www.ifbb.hu) honlapon olvashatók hamarosan.

Információ:

Vargha Viola  
MTFSZ főtitkár  
[ifbbverseny@gmail.com](mailto:ifbbverseny@gmail.com)