



**Partnerem Mistrzostw województwa Kujawsko - Pomorskiego Zrzeszenia Ludowych Zespołów Sportowych w Podnoszeniu Ciężarów jest Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego**

---

## **INFORMACJA ORGANIZACYJNA**

**Mistrzostw województwa Kujawsko - Pomorskiego Zrzeszenia Ludowych Zespołów Sportowych w Podnoszeniu Ciężarów**

**Więcbork 18.04.2026 r.**

### **I. Organizator zawodów:**

Kujawsko – Pomorskie Zrzeszenie Ludowych Zespołów Sportowych  
Urząd Maszkowski Województwa KUJAWSKO – POMORSKIEGO w Toruniu

MGLKS „Grom” Więcbork

Współorganizatorzy:

Urząd Miasta Gminy Więcbork

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów

### **II. Miejsce zawodów:**

„LASEK MIEJSKI” – ul. Bractwa Kurkowego 3

### **III. Warunki uczestnictwa:**

W zawodach startują zawodniczki i zawodnicy wg kat. wagowej do 15 lat, 17 lat, 20 lat, 23 lat, oraz poza konkursem.

Prawo startu posiadają zawodniczki i zawodnicy posiadający aktualne badania lekarskie oraz licencję zawodniczą, zgłoszeni do dnia 13.04.2026 na adres: [adas1205@interia.pl](mailto:adas1205@interia.pl) . , istnieje możliwość startu „poza konkursem” w formie pokazowej dzieci do lat 12 – w tym przypadku potrzeba oświadczenie rodzica lub opiekuna prawnego.

Wszystkie kluby dokonują opłaty startowej w wysokości 50 zł od startującego zawodnika w dniu zawodów.

### **IV. Cel zawodów:**

Wyłonienie najlepszych zawodniczek i zawodników województwa Kujawsko Pomorskiego do Mistrzostwa KZ LZS.

Popularyzacja podnoszenia ciężarów i stworzenie optymalnych warunków startowych dla młodzieży.

### **V. Program zawodów:**

- godz. 9:15 - konferencja techniczna na której zostanie ustalony podział na grupy i szczegółowy program minutowy zawodów.

**KUJAWY  
POMORZE**

**KUJAWY  
POMORZE**



**Partnerem Mistrzostw województwa Kujawsko - Pomorskiego Zrzeszenia Ludowych Zespołów Sportowych w Podnoszeniu Ciężarów jest Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego**

- GODZ. 09.30-10.30 – waga dziewcząt oraz startujących poza konkursem
- godz. 11:00 – start grupy (poza konkursem).
- GODZ. 12.00-13.00 – waga chłopców.
- godz. 12:00 - start grupy dziewcząt (15lat, 17 lat, 20 lat, 23 lat).
- godz. 15:00 - start grupy chłopców (15lat, 17 lat, 20 lat, 23 lat).
- godz. 18:00 - dekoracja – zakończenie zawodów.

**VI. Obowiązujące kategorie wagowe.**

KOBIETY: U 15

41 kg , 45 kg, 49 kg, 53 kg, 57 kg, 61 kg, 69 kg, +69 kg

MĘŻCZYŹNI: U15

51 kg, 55 kg, 60 kg, 65 kg, 70 kg, 75 kg, 85 kg, +85 kg

KOBIETY: U 17

45 kg, 49 kg, 53 kg, 57 kg, 61 kg, 69 kg, 77 kg, +77 kg

MĘŻCZYŹNI: U17

55 kg, 60 kg, 65 kg, 70 kg, 75 kg, 85 kg, 95 kg +95 kg

KOBIETY: U 20, U 23

49 kg, 53 kg, 57 kg, 61 kg, 69 kg, 77 kg, 86 kg, +86 kg

MĘŻCZYŹNI: U 20, U 23U17

60 kg, 65 kg, 70 kg, 75 kg, 85 kg, 95 kg, 110 kg, +100 kg

**VII. Nagrody:**

Najlepsi zawodnicy w kategoriach wagowych otrzymają medale oraz dyplomy miejsce 1-3, dla najlepszych zawodników mężczyzna i kobieta w poszczególnych grupach wiekowych puchary.

**VIII. Postanowienia końcowe:**

**Zawodnikom oraz trenerom zapewniamy poczęstunek w postaci obiadu – (bezpłatny).**

Uczestnicy muszą być ubezpieczeni od NW i OC przez kluby macierzyste.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu ubezpieczenia zawodników, kradzieży rzeczy osobistych, uszkodzenia lub zgubienia sprzętu przez zawodników.

W przypadkach nieokreślonych w niniejszym regulaminie prawo interpretacji zastrzega sobie organizator.

Kontakt do organizatora: Adam ŁOBODA, [adas1205@interia.pl](mailto:adas1205@interia.pl) , tel. 666 373 182.

**KUJAWY  
POMORZE**

**KUJAWY  
POMORZE**