

Nemiroff

Fit
THE CHAMPIONS' CHOICE



ARM BETS
www.armbets.tv TELEVISION

armpower.net

Drodzy Czytelnicy!

Puchar Świata Zawodowców skończył się dosłownie na kilka godzin przed terminem oddania numeru do drukarni. Jeszcze nie opadły emocje, jeszcze mgła światła i pył magnezji unosi się nad Ożarowem Mazowieckim, w którym w tym roku gościliśmy. Wspaniałe zawody! W tym wydaniu znajdziecie krótką, spontaniczną relację o tym najbardziej wyczekiwany pojedynku pomiędzy posiadaczem obu pucharów, a pretendentem, który chciał mu odebrać choć jeden z nich. Na gorąco gratuluję reprezentantom Polski. Marlena Wawrzyniak zdobyła brąz w rywalizacji na lewą rękę. Radosław Staron srebro również na lewą. Natomiast dwa medale wywalczył Sławomir Malas: brąz na lewą i srebro na prawą. Jeszcze raz gratulacje!

Dla mnie ten Puchar miał pewien osobisty wymiar. Otóż, jak pewno wiecie, czerpałem wiele informacji od Igora Akhmedshina, twórcy turnieju „Złoty Niedźwiedź”. W tym roku na XII Złotym Turze wystartował syn Akhmedshina.

Johna Brzenka mogliśmy oglądać jedynie w roli komentatora, trenera Amerykanów i Gościa Honorowego. Miejmy nadzieję, że wyleczy kontuzję i jeszcze stanie przy stole.

Życzę miłej lektury!

Igor Mazurenko

Rustam przeszedł swoją kategorię jak burza. Napracował się dopiero w open!



Nemiroff World Cup 2011
XII Turniej o Puchar „Złotego Tura”
IX Puchar Świata Zawodowców
 Ożarów Mazowiecki • 14-15 października 2011

„Armwrestling mam we krwi!” – powiedział Nil Pickup – najsylniejszy „Głos” światowego siłownia na ręce. Wszyscy, którzy pojawili się na tegorocznym pucharze też tak mają!

ARMWRESTLING MAMY WE KRWI!

Rutyna to raczej Pucharowi Świata nie grozi! Nawet jeśli „Pulling John” The Legend Brzenk nie stanie osobiście przy stole, nawet jeśli przyjdzie tylko jeden Babayev to i tak będzie się działo! Nowe miejsce, 12 km od centrum Warszawy, elegancko, przestronnie.



Ogromna rutyna i opanowanie pozwoliły Davidowi skutecznie interweniować, gdy rozpały się emocje.

Na zdjęciu: David Shead i Jerry Cadorette

Szkoda tylko, że za plecami nie terkotały nam koła ruletki, jak to dawniej w stolicy bywało... „Jednoręki Bandytów” też zastąpił „Jednoręki Armwrestler” MOBIL DELVAC czyli maszyna do testowania siły na rękę prawą. Skoro już piszę o rękach – na stoisku FIT MAX wystawiono odlew dłoni Denisa i Johna z autografami obydwóch zawodników (seria limitowana). Pamiątka cieszyła się dużym powodzeniem. Czym upamiętnimy tegoroczne zawody? Trzeba się zastanowić.

Wśród gości był Pan Margułań Baimukhan Radca – Minister Ambasady Kazachstanu, który specjalnie przyjechał by dopingować swoją drużynę. Zza Oceanu przybył Sevan Matossian, twórca filmu biograficznego „Pulling John”, który wyraźnie przymierza się do drugiej części dzieła. Igor Akhmedshin Junior zdecydował się wystartować w kategorii – 70 kg. To zaszczyt dla Złotego Tura, bo jego ojciec stworzył moskiewski Turniej „Złoty Niedźwiedź”.

Sędzia Główny Pucharu – David Shead obchodził dyskretnie swoje dwudziestopięcioletnie pracy przy stole (jak ten czas leci...).

Kluczowa kwestia – przerwanie dominacji Denisa – przynajmniej na jedną rękę. Czy ktoś tego dokona i kto to będzie? Typowano Trava, Andrey, a ja po cichu liczyłem, że wszystkich „pogodzi” Jerry Cadorette. Nie zdążyłem odnotować – ile ważył podczas weryfikacji. Jego sylwetka i daszek czapki rzuciły głęboki cień na wskazówkę wagi.

Rustam dzieli i rządzi!

Blachy i przykręcony do nich stół produkcji MAZURENKO EQUIPMENT zaczęły „fruwać” dopiero późnym wieczorem pierwszego dnia turnieju. Jako, że dzień drugi zapowiadał się znacznie ciężiej postanowiono zakotwiczyć całość na solidnych płytach paździerzowych. Była to słuszna decyzja!

Piątkowa rywalizacja na lewą rękę upłynęła pod hasłem „Bij Mistrza!”. Bohaterów było dwóch. Pierwszy to Rustam Babayev. Ukrainiec podczas eliminacji i finałów swojej kategorii spędził w walce co najwyżej minutę. Rozprawiał się kolejno ze wszystkimi, imponując spokojem, kontrolą i pewnością siebie.

Gdy, w finale + 95 na lewą rękę spotkali się Pushkar i Cyplenkov – bardzo mocno, dynamicznie zaczął Pushkar. Ale reszta należała już tylko do Cyplenkova.

Zupełnie inaczej wyglądało ich spotkanie w kategorii open. Denis robił skłony, krążenia i „lekką” podskakiwał na scenie. Andrey czekał nieruchomo z ekstremalnie ponurym wyrazem twarzy (który przy odrobinie dobrej woli można by uznać za wyraz koncentracji). Podczas ustawiania – faul dla Denisa. Zaczęli jeszcze raz, poszli górą, rozerwali się, ale dodatkowo drugi faul za oderwanie łokcia zaliczył Denis i przegrał.

Walka decydująca o drugim lub trzecim miejscu w „absolutkie” pomiędzy Babayevem a Cyplenkovem została „Walką Wieczoru”. To było nieprawdopodobne, jak wielki opór postawił Rustam cięższemu o 50 (słownie – pięćdziesiąt) kilogramów przeciwnikowi. Porcja energii potrzebnej do pokonania Babayeva przyczyniła się do tego, że Cyplenkov stracił koronę lewej ręki na rzecz Pushkara! Rustam ułatwił zadanie swojemu rodakowi. Andrey Pushkar – drugim Bohaterem pierwszego dnia, ale to Rustam wykonał więcej pracy na rzecz odebrania pierwszeństwa Denisowi.



W tej walce Cyplenkov dał pokaz swojej mocy

Denis, obudź się!

Minuty, które wstrząsnęły stołem Pucharu Świata Zawodowców przemknęły jak jeden błysk flesza Mirka Krawczaka. Sobota. Pomiędzy 20.00 a 20.05 zawodnicy z Rosji wołali – „Denis, obudź się!” Dokładnie o 20.12 Denis Cyplenkov bez problemu, jednym ruchem pokonał Andreya Pushkara w finale kategorii +95 kg. Chwilę później wciskał swoje potężne łapska pomiędzy kran, a umywalkę, chłodził kark i czoło. Przespacerował się po korytarzu, wyszedł na prezentację kategorii open i ani razu nawet nie spojrzął w stronę Andreya. Pushkar też omijał wzrokiem rywal. Rosjanin upił łyk wody, Ukrainiec też.

Denis przystawił do nosa buteleczkę amoniaku, otrząsnął się i podał specyfik Andreyowi. Pushkar „zaciągnął się” amoniakiem. Nadal ani jednego słowa, ani jednego spojrzenia. Denis jeszcze raz przeszedł się po korytarzu. Andrey patrzył w sufit, choć nie było tam nic do oglądania.

Rosjanin wszedł na scenę i dosłownie przerzucił przez stół reprezentanta Łotwy. Nadchodził czas szóstej walki eliminacji kategorii open na prawą rękę... 20.48 „Ready. Go!” i Pushkar wygrywa z Denisem lekko,

Lekko, leciutko. Czy Denis jeszcze się nie „obudził”?



bez wysiłku. Cyplenkov idzie zmoczyć głowę. Pushkar znów szuka czegoś na suficie. Gdzieś tam „daleko” na scenie toczą się pozostałe pojedynki, Rustam walczy z Normundsem Tomsonsem. Nie miał już wiele sił. Po rozerwaniu, w paskach przegrał i odpadł z turnieju. Andrey wychodzi do Khadzimurata Zołoeva i łatwo wygrywa.

Nadchodzi pełna ekspresji awantura między potężnym Jerry Cadorrette i sędzią. Cyplenkov znów zwycięża i ponownie dzieli się z Pushkarem amoniakiem. Arsen Liliev opiera na stołę obandażowaną prawą rękę, którą rozwalił sobie „z radości” bijąc w stół po wygranej walce. Dochodzi 21.30, obaj rozprawiają się jeszcze z kolejnymi przeciwnikami i w końcu stają naprzeciw siebie w finale kategorii open, prawej ręki Nemiroff World Cup...

Zwycięża Denis Cyplenkov! Puchar za prawą w jego prawej ręce. Wczorajszy Andrey Pushkar już zapakował do bagażnika.

Jeszcze równe siły i rozerwanie, jednak Babayev już czuł w rękach poprzednie walki



Kto był na zapleczu kategorii open w sobotę 15 października – będzie miał co wspominać. Tylko pod jednym, jedynym względem tegoroczny Nemiroff World Cup ustępował ubiegłorocznemu. Kreacje i garnitury w sopockim Hotelu Sheraton były elegantsze, niż w Ożarowie Mazowieckim.

Listopadowy numer ARMPOWER oddaliśmy do druku, kiedy jeszcze nie opadła magnezja z nad stołu, więc dopiero w kolejnym wydaniu obszerna relacja z całego turnieju.

Zerknijcie też na:
www.armpower.net

Relacja: Piotr Szymanowski,
zdjęcia: Mirosław Krawczak



Kat. -65 kobiet – nieliczna, ale piękna

Wrześniowe walki

Trzy kolejne wrześniowe weekendy, trzy kolejne imprezy w kraju, od Krakowa, przez Orawę do Dzierżoniowa. Były pojedynki Mistrzów (Jagnesak vs Puszkarski w Orawie), rywalizowała nasza ścista czołówka, pretendenci i kadrowiczki.

Przy stołach mogli się też sprawdzić amatorzy. Na mapie armwrestlingu pojawiło się nowe, piękne miejsce, do którego na pewno będziemy wracać, czyli Orawa. Poniżej relacje naszych wysłanników.



10 września 2011

KRAKOWSKI STÓŁ

Kraków gościł czołowych polskich zawodników z różnych rejonów kraju. Atmosfera napięta jak na każdych zawodach. Nie ma z góry pewnych wyników, każdy chce pokazać, że jest najlepszy. Pogoda dopisała, mieliśmy piękne wrześniowe popołudnie, wszystko układało się tak jak powinno. O 15.30 rozpoczęły się pierwsze zmagania.

Kategoria juniorska od której zaczął się turniej, miała swoich dwóch faworytów, **Paweł Pacut** z Tytana Jaworzno, srebrny medalista tegorocznych mistrzostw Polski z kategorii +80 juniorów, oraz **Dawid Fusiara** z Wikinga Nisko, który na mistrzostwach wywalczył złoto w kategorii 70 kg juniorów.

Obaj zawodnicy – bardzo silni jak na swój wiek – nie mieli problemów z dostaniem się do rundy finałowej, w której lepszy okazał się Paweł. Trzecie miejsce przypadło zawodnikowi z Siedlec, **Adrianowi Sobolewskiemu**, a czwarte **Adamowi Józefowi** z Krakowa.

Amatorzy mieli okazję pokazania swoich możliwości zaraz po juniorach.

Na wielu zawodach, na których zdarza mi się sędziować też amatorów, mam obawy – czy ktoś nie zrobi sobie poważniejszej kontuzji. Tutaj towarzyszyło mi podobne uczucie, które z każdą kolejną walką odchodziło w niepamięć. Startujący, którzy często pierwszy raz uczestniczyli w profesjonalnym turnieju, pokazali bardzo wysoki poziom siłowania na rękę. Taki, który w profesjonalnym armwrestlingu dostarczyłby najlepszych wrażeń widzom.

Bezkonkurencyjny okazał się **Jan Żółciński** z Pytona Warszawa. Sportowiec ten wykraczał poza kategorie amatorską, co udowodnił w późniejszych zmaganiach z bardziej doświadczonymi kolegami po fachu.

Do zawodników, którzy mogli Jankowi sprawić więcej kłopotu, na pewno zaliczali się bracia **Palczewscy**, którzy stając przy stole sprawiali, że wydawał się on być mały!

Konkurencja była bardzo silna i w końcu tylko jeden z braci – Roman stanął na podium, trzecie miejsca przypadło **Tomaszowi Grzelakowi**.

Kolejna kategoria – 70 kg seniorów również zapowiadała się ciekawie, głównie za sprawą wicemistrza świata, Europy oraz medalisty Pucharu Świata Zawodowców – **Dawida Grocha**. Dawid przyjechał w trakcie sesji poprawkowej na Politechnice Rzeszowskiej, gdzie studiuje Lotnictwo i Astronautykę. Jednak mimo obowiązków studenckich, bez większych problemów wygrał, prezentując przy tym bardzo szybkie starty na górę oraz uderzenia w triceps. Drugie miejsce zajął również zawodnik Wikinga Nisko – **Dawid Fusiara**, pokonując w walce półfinałowej **Adriana Sobolewskiego**. Czwarte miejsce przypadło innemu medalistom mistrzostw Polski, **Damianowi Kotlarzowi**.

Przez eliminacje przeszedł jak burza **Rafał Padło** – zawodnik Wikinga Nisko, ćwiczący w krakowskiej Energy, wpadając do finału bez żadnej porażki. **Pacut** i **Kryński** spotkali się w półfinale i to właśnie Paweł Pacut wszedł do finału, gdzie musiał dwa razy pokonać Rafała, aby zdobyć złoto. Eliminacje jednak nie wskazywały na to, bo Rafał bez problemu, atakiem na górę, rozprawiał się ze wszystkimi. „Ready, Go!” i mamy niespodziankę! Paweł Pacut po długim pojedynku wygrywa, więc dogrywka. Walka o wszystko i po chwili mamy jasność: Rafał Padło zdobywa złoty medal



Nadchodzi kategoria +85 kg. **Muszcak, Pięta, Węgliki, Kajdas** – nazwiska mówią same za siebie. Do tego inni, którzy również mieli ochotę namieszać. Musiało się dziać! Pierwsze walki potwierdziły bardzo wysoki poziom zawodów. Niesamowicie skupiony Darek Muszcak nie dawał nikomu zatrzymać swojego ataku na górę.

Wojtek Pięta podchodził do stołu, jakby miał zaraz wybuchnąć i na „go!” tak właśnie się działo. Jego pojedynki trwały najwyżej ułamek sekundy. Jednym z ciekawszych pojedynków było starcie Kajdas z Węglikiem – obydwaj w tym roku reprezentują Polskę na Pucharze Świata Zawodowców.

W tej walce jako pierwszy zaatakował dynamicznie w hak Natan Kajdas. Michał Węgliki z trudem wytrzymał to uderzenie, ale jakby w miarę upływu sekund to on przejmował inicjatywę. Okrzyki przy stole i wymiana w haku to jest to, co kibice lubią najbardziej i zawodnicy to właśnie zaprezentowali. Ostatecznie wygrał Michał, ale po odejściu od stołu widać było, że ten pojedynek wiele ich obu kosztował i ciężko im będzie w dalszych eliminacjach. Darek Muszcak do końca nikomu nie

dawał złudzeń i to on ostatecznie był najlepszy, wygrywając w finale z Wojtkiem Piętakiem, Trzecie miejsce przypadło dysponującemu niesamowitą siłą Michałowi Węglikiemu.

Jako że w kategorii kobiet mieliśmy tylko trzy zawodniczki, w tym dwie dowiedziały się dopiero w dniu zawodów, że będą startować, odłożyliśmy tę kategorię na czas półfinałów i finałów panów.

Tutaj całkiem nieprzypadkowo zwyciężyła **Joanna Kułaga**, bardzo szybko rozprawiając z przeciwniczkami. Drugie miejsce przypadło **Magdalenie Jaskółce**, której przy przyspieszonym kursie armwrestlingu, przeprowadzonym przez Dawida Grocha, udało się pokonać **Martę Kozińską**.

Przejdźmy teraz do kategorii, w której nie brakowało chętnych tego wieczoru. Open lewa – startowało tutaj siedemnaście osób i było to bardzo ładne widowisko sportowe.

Wszyscy panowie wcześniej startowali na rękę prawą i widać było, że ręką lewą też domaga się stołu.

Największą niespodzianką był start **Jana Żółcińskiego**, który w eliminacjach pokonał Darka Muszczaka, wychwycił jego szybki start na górę i po wymianie w haku udało mu się dobić rękę przeciwnika do poduszki bocznej. Do finału bez porażki dotarł Wojciech Pięta.

Darek w grupie B nie mógł sobie pozwolić na kolejną porażkę i po niełatwych pojedynkach trafił do półfinału, gdzie kolejny raz zmierzył się z Jankiem. Widać było, że tym razem zawodnik z Tytana Jaworzno bardziej się przyłożył, zwyciężyło doświadczenie i szybkość Darka.

Finał, jaki zgotowali zawodnicy z Jaworzna przyprawił o palpitację serca wielu obserwatorów, mieliśmy rozerwanie, walkę w pasach i niesamowicie szybkie starty obu zawodników.

Po pierwszym starciu Darek zwyciężył i już obydwaj mieli po jednej porażce, drugie starcie również należało do niego i to on był tego dnia najsilniejszy na rękę lewą.

Ostatnia kategoria również była pełna niespodzianek, głównie za sprawą **Natana Kajdas**, który, po zajęciu czwartego miejsca w kategorii +85 kg, wygrał w wielkim stylu kategorię open,

Na podium, tuż za Natanem uplasował się Darek Muszcak, trzecie miejsce przypadło zawodnikowi z Tytana, Wojtkowi Piętakowi.

Wzajemne gratulacje, brawa i hostessy zaczęły wręczać medale poszczególnym finalistom. Ja miałem przyjemność wręczenia Pucharu najsilniejszemu tego wieczoru zawodnikowi ręki prawej w kategorii open **Natanowi Kajdasowi**.

Gratuluje wszystkim zawodniczkom i zawodnikom oraz zapraszam na przyszły rok do Krakowa.

Relacja: Darek Groch

17 września 2011

W DŹWIĘKU TRĄBIT

ORAWA ARMWRESTLING CHALLENGE

Długo oczekiwana ORAWA ARMWRESTLING CHALLENGE skrzyżowała ręce najlepszych zawodników. Okazało się, iż wcześniejsza reklama imprezy oraz towarzyszące jej filmy promujące przyciągnęły nazwiska z areny międzynarodowej. Na widowni można było zobaczyć takich zawodników, jak Kadajew czy Kasan. Największą niespodzianką zawodów, w którą nie chcieli uwierzyć zawodnicy, którzy tego dnia przyjechali na turniej, była obecność gwiazdy światowego armwrestlingu Andrieja Puszkarę z Ukrainy! Mały „przeciek” dotyczący przyjazdu Mistrza, który wyszedł na tydzień przed zawodami, mógł spowodować, że kilku czołowych zawodników postanowiło nie brać udziału.

Godzina 18.00. Jako pierwsi na stole zmagali się amatorzy, bez udziału na kategorie wagowe. Bezkonkurencyjny okazał się Zdzisław Grochal ze Skrzypnego, który z łatwością pokonał wszystkich przeciwników. Na drugim miejscu uplasował się Adam Gąsienica z Wysockiej a trzeci był Tomasz Grzelak. Pomimo mniejszego doświadczenia

zawodników pojedynki były bardzo widowiskowe i na bardzo wysokim poziomie.

W kolejnych kategoriach można było zobaczyć profesjonalnych zawodników. W kategorii 75 kg dominował Adrian Kłapeć z Tytana Jaworzno. Zaraz za nim uplasował się aktualny mistrz Polski Dawid Groch z Wikinga Nisko. Najniższe miejsce na podium wywalczył zawodnik gospodarzy, Paweł Kabał.

Kategoria 95 kg to naprawdę zacięta rywalizacja, którą zdominowali zawodnicy najsilniejszego klubu w Polsce Tytan Jaworzno! Po trudnych i widowiskowych eliminacjach najlepszy okazał się Natan Kajdas. Drugie miejsce na podium należało do Wojciecha Piętaka, a na trzecim zakończył rywalizację doświadczony Dariusz Muszcak. Najbardziej emocjonującym pojedynkiem w tej kategorii mogli się pochwalić Tomasz Szewczyk i Mariusz Grochowski. Po rozerwaniach, faulach, ustawieniu sędziowskim – ich pojedynek miał charakter kilkurundowej vendetty.

W kolejnych walkach scena należała do przedstawicieli lokalnych przedsiębiorców i pracowników państwowych. Kategorię VIP, bo o takiej tutaj mowa, wygrał Grzegorz Ścisłowicz reprezentujący firmę CHYŻBET. Roman Kwiatkowski z firmy KOLTON wywalczył drugie miejsce. Tuż za nimi uplasował się Stanisław Biel z firmy POLAŃSKI.



Uczestnicy Orawa Armwrestling Challenge

Najbardziej wyczekiwaniem wydarzeniem tego dnia była rywalizacja w kategorii OPEN PRESTIGE. Wszyscy zadawaliśmy sobie pytanie – czy jest ktoś, kto tego dnia może zagrozić siłaczowi z Ukrainy? Czy nasi zawodnicy chociaż przez chwilę będą mogli przytrzymać rękę Andrieja? Na odpowiedź nie musieliśmy długo czekać. Już po kilku walkach widać było ogromną przewagę mistrza świata.



Tomasz Szewczyk vs Dariusz Muszczak (zawodnicy MCKiS Tytan Jaworzno)

O swoje walce i nie tylko opowiada Tomasz Szewczyk

Moja waga wynosiła w dniu zawodów 87 kg i byłem najlżejszym zawodnikiem, mimo to chciałem spróbować się w kat. do 95 kg. Była mocno obsadzona i z pewnością podium nie było łatwe do osiągnięcia. Na mojej drodze stanął Mariusz Grochowski w ścisłej piątce.

Z uwagi na warunki fizyczne Mariusz od razu miał przewagę. Fakt, że trenujemy razem w klubie Tytan Jaworzno dorzucił znajomość technik walki przeciwnika, co z pewnością działało w obie strony. Pierwszy pojedynek: Mariusz zaatakował tak jak umie najlepiej, w hak na siebie i uzyskał prowadzenie. Zatrzymałem jego rękę w ostatniej chwili nad poduszką i tam zaczęła się walka, która została przerwana faulem łokcia dla mnie. Kolejny pojedynek: podobne rozegranie i rozerwanie.

W kolejnym pojedynku walka w pasach. Straciłem kontrolę w nadgarstku! Walczyłem na „martwym nadgarstku”, czasami ta technika okazuje się nie do przejścia dla zawodników walczących górą. Mariusz nie mógł mnie dobić i z każdą sekundą tracił swoją pozycję. Niefortunnie dla niego, spadł mu łokieć i sędzia przyznał mi wygraną. Tak więc czystego dobitcia jego ręki nie było, ale walkę mogę zaliczyć do zaciętych i bardzo wyrównanych.

Natomiast Andrzej Puszkarczyk potraktował to jako rozgrzewkę i podpuszczał przeciwników zanim ich „zmiażdżył”! A tak na poważnie, to był ponad wszystkimi kilkaset procent! Miał ogromną siłę i jak zawsze wiedział, jak ją wykorzystać!

Andrzej miał jednak spore problemy z dobitciem ręki Słowaka Lubomira Jagnesaka, którego zaliczam również do grona najsilniejszych. Co prawda, startuje on w kategorii 95 kg, ale dysponuje wielką siłą, która przy odrobieniu szczęścia pozwoli mu namieszać w open na lewą rękę.

Bez żadnych problemów wygrał pierwszą odsłonę ORAWA AC i wszedł w posiadanie pięknego orawskiego pasa. Na miejscu drugim zawody zakończył świetnie przygotowany tego dnia Jerzy Kwiatkowski z Zakopanego. Trzeba przyznać, że Jerzy po krótkiej przerwie w startach wraca w wielkim stylu. Zaraz za nimi, na trzecim miejscu podium uplasował się bardzo szybki i silny zawodnik z Tytana Jaworzno, Wojciech Piętać.

Walka, którą możemy wyróżnić w tej kategorii to konfrontacja 130-kiogramowego Kazimierza Fita z dobrze znanym Dariuszem Muszczakiem. „Morderczy” przebieg tego pojedynku, wygranego przez Fita, miał odbicie na późniejszych walkach tych zawodników.

Na deser, po ceremonii wręczenia nagród, można było zobaczyć na stole próbę sił pomiędzy dwoma mistrzami: Jagnesakiem i Puszkarczykiem. Obaj zawodnicy wykazali się ogromną siłą i determinacją. Wszystkim zainteresowanym dali przedsmak tego, co czeka nas na tegorocznym Pucharze Świata Zawodowców NEMIROFF World Cup.

Co najważniejsze, zmagania zakończyliśmy bez żadnych kontuzji. W każdej kategorii do wygrania były atrakcyjne nagrody pieniężne, piękne puchary, medale w kształcie logotypu imprezy oraz dyplomy.



Założyciele „Małego Podhala”, rodzina Haniaczyków



Wojciech Piętać vs Mariusz Grochowski (zawodnicy MCKiS Tytan Jaworzno)

Zwycięcy Open. Od lewej: Jerzy Kwiatkowski, Andrey Pushkar, Wojciech Pietak



Jednak myślę, że najcenniejsza dla wszystkich zawodników była sama możliwość obcowania z takimi nazwiskami jak: Puszkar, Babajew, Jagnesak czy Kadajew.

Kolejna edycja to tylko kwestia czasu i ustalenie terminu. Już dzisiaj możemy zaprosić na niepowtarzalną ORAWA ARMWRESTLING CHALLENGE 2012!

DO ZOBACZENIA!

Ogromne podziękowania składamy Sponsorom, Pomysłodawcom, osobom zaangażowanym w sprawną organizację oraz przebieg zawodów. Podziękowania kierujemy również pod adresem OSP Jabłonka, która czuwała nad zabezpieczeniem medycznym oraz bezpieczeństwem uczestników imprezy.

Relacja: Jakub Janczy

Od redakcji: No to się doczekaliśmy! „Kontrolowany przeciek” o przybyciu i udziale Mistrza! Olbrzymie, wielkie, szczerze brawa dla Organizatorów za doskonale public relations! Czekaliśmy na takie właśnie działania promujące imprezy. Armwrestling musiał się w końcu usadowić na Orawie. Przecież mieszkańcy tego i pobliskich regionów słyną z siły i waleczności. Dbają o swoje, tutejsze, miejscowe tradycje, o dorobek kultury Orawy, Spisza, Podhala. Kultuwujący tradycję zespół „Małe Podhale” istnieje w Jabłonce od 1953 roku. Założyła go rodzina Haniaczyków. Oni też byli głównymi „sprawcami” zawodów ORAWA ARMWRESTLING CHALLENGE.



Podium Open mężczyzn – w środku zwycięzca Rafał Woźny (koszulka żółta)

Kategorię 85 kg bez najmniejszego problemu wygrał Rafał Woźny z Heraklesa Wałbrzych, wygrywając w finale z Kamilem Zwardoniem z Black Skorpion. Ostatnie miejsce na podium zajął junior z Tytana Jaworzno – Adrian Kłapek.

Następnie rozegrano kategorię dzieci, gdzie najlepszym okazał się mieszkaniec Dzierżoniowa Patryk Dresler. Miejsce drugie przypadło Kajsjanowi Ferencowi z Black Skorpion Przyłęk, a miejsce trzecie zajęła Nikola Duż z Dzierżoniowa.

Kategoria open kobiet wzbudziła duże zainteresowanie licznie zgromadzonej publiczności, która głośno dopingowała zawodniczkę. W finale oglądaliśmy Małgorzatę Ostrowską z Ostry Strzegom, która pokonała Joannę Hrabia z Heraklesa Wałbrzych. Podium uzupełniła 14-letnia juniorka z Black Skorpion Przyłęk Magdalena Fil. Dla Małgosi było to już kolejne podium w kategorii senierek.

Kategoria VIP padła łupem weterana z Black Skorpion Przyłęk Mariana Janeczka, który wcześniej wygrał kat. senior 75 kg. Marian, po bardzo zaciętej walce finałowej, pokonał radnego powiatowego, Wiesława Jabłońskiego z Kalinowic. Duże zainteresowanie wzbudził start trzeciego w tej kategorii Jakuba Szulca – wiceministra zdrowia, który, wyznając zasadę „sport to zdrowie” – bez problemu wziął udział w tej rywalizacji. Choć pan minister bardzo dobrze radził sobie przy stole, to po rywalizacji zapowiedział start w przyszłorocznej edycji zawodów, do których zdąży się jeszcze lepiej przygotować.

Niestety, zbyt mała liczba zawodników w kat 95 kg oraz +95 kg (wymagane było 5 zawodników) nie pozwoliła na rozegranie tych wag. Dlatego organizatorzy przeszli do kategorii open, czyli do wyłonienia Najsilniejszego Dzierżoniowianina. Tutaj dominował po raz kolejny Rafał Woźny, któremu opór postawił tylko Tomasz Pelczar z Black Skorpion Przyłęk (miejsce drugie na podium open). Trzecie miejsce przypadło Łukaszowi Boguszowi z Black Skorpion Przyłęk.

W zawodach udział wzięło 46 zawodników z całej Polski. Najlepsi otrzymali puchary, medale, suplementy diety ufundowane przez Arkadiusza Rogowskiego właściciela sklepu „Centrum Odżywek” w Dzierżoniowie oraz dyrekcję OSiR Dzierżoniów. Widzowie obejrzeni sporo zaciętych i wyrównanych pojedynków, co potwierdza fakt, że poziom armwrestlingu w naszym kraju jest coraz wyższy. Organizatorzy zapewnili, że za rok odbędzie się IV edycja tej imprezy sportowej.

Wyniki w dziale ZAWODY (kalendarium & wyniki) naszej strony.

Relacja: Marcin Zawada

24 września 2011

CAŁE PODIUM DLA SKORPIONA!

Już po raz trzeci odbyły się Mistrzostwa Dzierżoniowa w Armwrestlingu. Imprezę zorganizował OSiR Dzierżoniów przy współpracy z UKS Black Skorpion Przyłęk, który do zawodów zgłosił najwięcej zawodników. Na liście startowej znaleźli się oczywiście również zawodnicy z innych klubów, takich jak: Tytan Jaworzno, Steelarm Wrocław, Herakles Wałbrzych, Ostry Strzegom oraz spora grupa zawodników niezrzeszonych.

Rywalizacja rozpoczęła się od kategorii open junior, gdzie spektakularne zwycięstwo odniósł zawodnik Tytana, Adrian Kłapek, w finale pokonując Cypriana Załogę z Black Skorpion Przyłęk. Medal brązowy przypadł Dominikowi Badeckiemu także z Przyłęku.

Kategorię senior 75 kg zdominowali reprezentanci UKS Black Skorpion Przyłęk, którzy zajęli całe podium. Świętą formę prezentował 41-letni Marian Janeczek, który po zaciętym pojedynku w finale pokonał Karola Bąbę. Miejsce trzecie tej kategorii przypadło juniorowi Cyprianowi Załodze.



Over The Top 2011, 17 września

Rafał Fiołek i Dariusz Wiśniewski

„TYLKO” 6 MEDALI DLA POLSKI!

Sprawdzian kadrowiczów na 26 dni przed Nemiroff World Cup

„Over The Top” to marka mówi wiele każdemu armwrestlerowi. To nie tylko legendarny film, dzięki któremu nasz sport wyszedł na świat. To nie tylko amerykański turniej, który stał się kanwą obrazu z Sylwestrem Stallone w roli głównej. Regularnie, w Niemczech odbywają się międzynarodowe zawody pod tą nazwą. Igor Mazurenko po raz pierwszy odwiedził Wolfsburg w dwutysięcznym roku, w poszukiwaniu doświadczeń organizacyjnych. Na co dzień kibice mają tu piłkarzy VfL Wolfsburg, w którym to klubie grali też „nasi”, czyli Andrzej Juskowiak i Jacek Krzynówek. Ze sportów „mocniejszych” mamy tu też hokeja, zespół Grizzly Adams. Saksońskie miasto nad Kanałem Śródlądowym jest też miastem Volkswagena.

Drużyna Polski przyjechała na turniej w składzie: **Joanna Damińska, Rafał Fiołek, Dariusz Wiśniewski, Wiesław Rzanny, Mariusz Podgórski, Adam Zawadzki**. Na 26 dni przed zawodami w Ożarowie Mazowieckim, można to potraktować jako sprawdzian formy.

Międzynarodowa obsada turnieju składała się z armwrestlerów ze Słowacji, Finlandii, Szwecji, Francji, Szwajcarii, Holandii, Belgii, Polski oraz oczywiście solidnej drużyny gospodarzy. W sumie ponad sto zawodniczek i zawodników. Rywalizacja odbywała się na obie ręce, zarówno wśród mężczyzn, jak i kobiet.

Zawody rozpoczęły zmagania na lewą rękę.

Kategoria open kobiet wygrała Kathrin Mook z Niemiec.

Panów, zgłoszonych do walk na lewą rękę podzielono na jedynie trzy kategorie wagowe, co już z góry gwarantowało więcej walk i większe stężenie emocji. Jak było?

Kategoria 70 kg – Bardzo mocna, wyrównana kategoria. Wiele emocji. Ostatecznie zwycięzcą został Niemiec Jan Tager. **Rafał Fiołek**

przegrał z Niemcem w walce finałowej. Polacy opanowali jednak podium, bo na trzecim miejscu znalazł się **Dariusz Wiśniewski**. Niestety zapłacił kontuzją za walkę półfinałową. Szkoda - możemy tylko życzyć szybkiego zaleczenia urazu.

Kategoria 90 kg – Naprawdę było tu ciasno, wystartowało około 30 zawodników! Skoro pojawił się Słowak Radoslav Dobrovic, pozostali mogli tylko pomarzyć o najwyższym stopniu pudła. Radoslav nie dał szans rywalom, wygrał wszystkie walki. Tym bardziej trzeba uznać za sukces drugie miejsce naszego zawodnika. **Wiesław Rzanny** walczył pięknie i zawiązęcie, wzbudził wielkie uznanie kibiców.

Kategoria open – Jedno słowo, jedna gwiazda! Nasz stary znajomy całkowicie zdominował tę kategorię. Jan Germanus ze Słowacji nie miał sobie równych.

Zawody na prawą rękę odbyły się już w dwóch kategoriach kobiet i sześciu mężczyzn.

Kategoria kobiet 65 kg – Zwycięstwo Caroline Thommen ze Szwecji. Drugie miejsce zwyciężczyni ręki lewej Kathrin Mook z Niemiec, trzecie Nicole Romkes z Holandii. Niestety, **Joanna Damińska** (jedyna startująca Polka) walczyła dzielnie, ale musiała się w efekcie zadowolić czwartym, najsmutniejszym dla każdego zawodnika miejscem.

Kategoria open kobiet – Zwyciężyła Gina Swientek z Niemiec, pokonując w finale Annę Melin z Finlandii. Trzecie miejsce: Laura Branding z Niemiec.

Kategoria - 60 kg – W tej wadze wystąpili jedynie sami gospodarze i podzielili nagrody między siebie. Zwyciężył Fabian Tager.

Kategoria - 70 kg – Do rywalizacji nie przystąpił **Mariusz Podgórski**, zatem faworyt był tylko jeden i nie zawiódł. Matthias Schlitte

Po lewej Rafał Fiołek



z łatwością wygrał wszystkie pojedynki, pokonując w finale naszego reprezentanta **Rafała Fiołka**. Trzecie miejsce: Jan Tager, zwycięzca tej kategorii w rywalizacji ręki lewej.

Kategoria -80 kg – Tu bezpośrednio, bez porażki do finału wszedł **Mariusz Podgórski**. Niestety w finale uległ dwukrotnie Niemcowi, Andreasowi Hoffnerowi. Trzeba tu jednak usprawiedliwić naszego zawodnika, a właściwie podać wszystkie okoliczności. Podgórski ważył 70 kg, mógł zatem wyjść do walki wagę niżej. Jednak zdecydował się na start w wadze do 80 kg. Pojawił się na turnieju po całej nocy spędzonej w drodze z Egiptu. Trzecie miejsce zajęł bardzo szybki Francuz, David Diouf.

Kategoria -90 kg – Kolejny raz absolutna dominacja Radoslava Dobrovica ze Słowacji, można się było tego spodziewać. W finale z łatwością pokonał Niemca Thomasa Lanvermeyera. Kolejne dwa miejsca przypadły Polakom. Trzecie miejsce na podium zajęł **Adam Zawadzki** i można to ocenić jako miejsce pechowe. Zdecydowanie mogło być drugie. Czwarte miejsce przypadło **Wiesławowi Rzannemu**.

Kategoria -100 kg – Kolejny raz Jan Germanus pokazuje, że jest MEGA-silny i nie daje szans konkurentom. Drugie miejsce: Cedrik La Cola z Belgii, trzecie Christian Stahlofen z Niemiec.

Kategoria +100 kg – Zwycięzca Fedor Snejder z Niemiec, drugie miejsce Andreas Stahlberg ze Szwecji, a trzecie dzielnie walczący Słowak Rasto Tamaga.

Jak to bywa w Niemczech, zawody przygotowane z wielką dokładnością, dbałością i wszystko zgodnie z czasem. Jedyny minus, ale za to bardzo znaczący – sędziowanie, które według mnie i wielu innych zawodników wypaczyło trochę wyniki. Ale, po przegranych zawodach każdy narzeka.

Dariusz Wiśniewski



Po prawej Mariusz Podgórski

Po zawodach porozmawialiśmy z Mariuszem Podgórskim i Rafałem Fiołkiem

Mariusz, podobno przed zawodami dopadła cię jakaś choroba?

Mariusz Podgórski: Przeziębłem się, nic wielkiego, ale skutkowało olbrzymią utratą wagi i sił (żeby nie wchodzić w szczegóły). W efekcie mogłbym wyjść w wadze niższej, oczywiście z mniejszymi siłami, niestety. Z tym, że ja już planowałem wcześniej start w wadze 80 kg.

Chciałeś zrobić miejsce dla pozostałych Polaków?

Trochę tak, ale... niech to nie zabrzmie megalomańsko. Przede wszystkim chciałem się sprawdzić z cięższymi zawodnikami. W eliminacjach wygrałem z Niemcem Andreasem Hoffnerem. Co ciekawe, ten Niemiec pochodzi z Syberii, mówi po rosyjsku. No, a w finale miałem też szanse, ale sędzia pomógł gospodarzowi.

Nie wiem, czy wypada tak narzekać na sędziowanie...

Finały sędziował tylko jeden sędzia. A właściwie, nie sędzia, ale showman. Ważniejsze było dla niego widowisko i efektowne prowadzenie zawodów niż praca przy stole. Nie zauważył, a może nie chciał zauważyć, faulu łokcia mojego przeciwnika w finale. Mówi się – trudno i walczy się dalej.

A co z kondycją na kilkanaście dni przed Nemiroff World Cup?

Nie ma śladu po chorobie, będę w formie!

A ty, Rafale jakie wrażenia przywoziłeś ze startu w Niemczech?

Rafał Fiołek: Ważne dla mnie były dwie sprawy. Pojedynek z Darkiem Wiśniewskim, z którym wystartujemy na Nemiroff World Cup w jednej kategorii (63 kg). Szczerze mówiąc byłem zaskoczony jego pojawieniem się w Wolfsburgu. Druga sprawa to konsekwentne, trzecie już z kolei zajmowanie miejsca na podium tego międzynarodowego turnieju.

Wystartowałeś tam w wadze 70 kg, podczas gdy twoja naturalna kategoria to 63 kg. Było ci lekko z tymi cięższymi?

Ciężko było! Niektórzy mają takie dłonie jakby szli w kategorii +95 kg!

Podobnie jak wszyscy inni, też masz żal do sędziów?

Mam. Konkretnie do sędziego, który sam prowadził finały, miał mikrofon, przez który zabawił publiczność, a w efekcie dość dziwnie prowadził walki finałowe.

Jak widzisz siebie w zbliżającym się turnieju Nemiroff World Cup.

Gdy zobaczyłem skład drużyny rosyjskiej... Powiem krótko: będzie dobrze!

Rozmawiał: Piotr Szymanowski

VIII OTWARTE MISTRZOSTWA POLSKI AMATORÓW W SIŁOWANIU NA RĘCE – DEBIUTY 2011

TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW.

- Mistrzostwa odbędą się w dniu 19 listopada 2011 roku (sobota) w sali sportowej w Gimnazjum w Starym Mieście (Kościół Konina) przy ul. Szkolnej, 62-571 Stare Miasto.
- Weryfikacja i ważenie wszystkich chętnych do wzięcia udziału w zawodach odbędzie się: 19 listopada 2011 roku od godz. 9.00 do 11.00 na sali sportowej w Gimnazjum w Starym Mieście
- Rywalizacja sportowa rozpocznie się: od godz. 11.30 w sali sportowej w Gimnazjum w Starym Mieście (Kościół Konina) przy ul. Szkolnej.
- Zawodnicy, którzy spóźnią się na ważenie nie zostaną dopuszczeni do zawodów.

ZASADY RYWALIZACJI

Uczestnicy zawodów zostaną podzieleni na następujące kategorie wagowe:

Juniorki - prawa ręka: open

Juniorzy - prawa ręka: 63 kg, 78 kg, +78 kg

Mężczyźni - prawa ręka: 63 kg, 70 kg, 78 kg, 86 kg, 95 kg, +95 kg,

Kobiety, Mężczyźni - prawa, lewa ręka: OPEN

Rywalizacja odbędzie się na prawą i lewą rękę w poszczególnych kategoriach wagowych oraz na prawą i lewą rękę w kategorii open w systemie do dwóch przegranych wg. Zasad WAF.

NAGRODY

- Medale i dyplomy w każdej kategorii wagowej (do trzeciego miejsca).
- Puchary w kategorii Open (do trzeciego miejsca)
- Nagrody od sponsorów.

UWAGI KOŃCOWE

Opłata startowa (opłata jest jednorazowa i jednocześnie obejmuje starty na lewą i prawa rękę):

SENIORZY: 30 zł (start tylko w kat. seniorskich)

JUNIORZY: 20 zł (start tylko w kat. juniorskich)

JUNIORZY & SENIORZY: 30 zł (start w kat. juniorskich i seniorskich)

ZAWODNICZY NIEPEŁOSPRAWNI 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, którzy nie będą w stroju i obuwiu 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. pisemna zgoda rodziców lub opiekuna.
- Ubezpieczenie zawodników spoczywa na jednostkach delegujących lub we własnym zakresie.
- Prawo interpretacji i zmiany niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi.

ORGANIZATORZY:

OSP BOŁO STARE MIASTO

Paweł Gradecki, Andrzej Piaskowski

tel. 602 669 333

e-mail: osp.staremiasto@wp.pl

FAP

tel. 058 621 93 08

e-mail: redakcja@armpower.net

PATRONAT

Starostwo Powiatowe

Urząd Gminy Stare Miasto

www.armpower.net

www.ArmBets.tv

Miesięcznik „Kif”

Radio Planeta

Sportowy Konin.pl

Przełęcz Konińskich

Wirtualny Konin

TV Konin

WTI Wielkopolska Telewizja Internetowa

TV Wielkopolska

Konińska Gazeta Internetowa

UWAGI

Przypominamy, że w turnieju mogą brać udział tylko i wyłącznie zawodnicy początkujący (osoby, które nie startowały na Mistrzostwach Polski, Pucharach Polski, Lidze Zawodowej i innych większych zawodach rangi ogólnopolskiej, czy światowej).



FEDERACJA ARMWRESTLING POLSKA

Zarząd Główny FAP • ul. Okrzei 18/7, 81–245 Gdynia

Tel./faks (058) 621 93 08 • e-mail: armwrestling@world.pl

www.armpower.net, www.ArmBets.tv, www.armwrestling.pl

KLUBY W POLSCE:

BIELSKO-BIAŁA: Eco Power, ul. Koleszowska 4/170, 42–300 Bielsko-Biała, tel. 665 808 001 – Mariusz Mackiewicz, e-mail: fitness@fitness-polska.com.pl • **BYDGOSZCZ:** Złoty Niedźwiedź Bydgoszcz, ul. Głębowa 35, 85–355 Bydgoszcz, tel. 602 652 145 – Andrzej Skóra, e-mail: maciejstelmazyk@wp.pl • **CHOSZCZNO:** Złoty Orzeł Choszczno, ul. Stargardzka 39a/2, 73–200 Choszczno, tel. 602 115 894 – Wiesław Łącki, e-mail: uksarmwrestling@e-cho.pl • **GDĄŃSK:** UKS Żabianka, ul. Orłowska 4, 80–347 Gdańsk, tel. 506 134 903 – Łukasz Mielewicz • **GDYŃIA:** UKS Złoty Tur Gdynia, ul. Morska 108 a, 81–245 Gdynia, tel. (058) 621 93 08, lub 783 010 487 – Andrzej Głęboka, e-mail: armwrestling@world.pl • **GRUZIADZ:** UKS Arm Fanatic Sport Grudziądz, ul. Ikara 20/43, 86–300 Grudziądz, tel. 697 585 771 – Marlena Wawrzyniak, e-mail: fanaticSPORT@poczta.fm • **JASTRZĘBIE ZDRÓJ:** Olimp Jastrzębie, ul. Piastów 15, 44–335 Jastrzębie Zdrój, tel. (032) 471 42 47, lub 696 135 023 – Adrian Łukaszewicz • **JAWORZNO:** MCKiS Tytan Jaworzno, ul. Inwalidów wojennych 18, 41–603 Jaworzno, tel. 601 411 004 – Mariusz Grochowski, e-mail: grochowski@poczta.onet.eu • **KIELCE:** Rushh Kielce, ul. Niska 6, 25–317 Kielce, tel. 661 444 555 – Marek Kobiec, e-mail: m.kobiec@wp.pl • **KIELCE:** Złoty Smok, ul. Paderewskiego 24, 25–004 Kielce, tel. 600 024 865 – Radosław Trybus • **KONIECPOL:** MLKS Piłica Koniecpol, ul. Mickiewicza 30, 42–230 Koniecpol, tel. 669 425 475 – Piotr Szczerba, e-mail: muhammadali@op.pl • **KOSZALIN:** UKS 16 Koszalin, ul. S. Dąbka 1, 75–354 Koszalin, tel. 501 664 333 – Jarosław Zwołak, e-mail: jaroslawzwoolak@wp.pl • **KROŚNIEWICE:** Stalowe Ramiona Krośniewice, ul. Toruńska 16/16, 99–340 Krośniewice, tel. 603 962 592 – Janusz Kopec, e-mail: janusz.kopec@op.pl • **LEBORK:** UKS Złoty Lew Lebork, ul. Czolgistów 5, 84–300 Lebork, tel. 501 245 895 – Marcin Kieft, e-mail: mabo23@wp.pl • **LUBLIN:** Klub Sportowy Paco Lublin, ul. Kiepur 5b, 20–410 Lublin, tel. (081) 740 33 00 lub 665 229 759 Beata Stelmaszczuk, e-mail: biuro.paco.pl • **NISKO:** Wiking Nisko, ul. Polna 18a, 37–400 Nisko, tel. (015) 841 29 87, lub 660 258 281 – Dariusz Groch, e-mail: cichlid@o2.pl • **OSTRÓDA:** UKS Gladiator Ostróda, ul. Piławki 1, 14–140 Miłomłyn, tel. (089) 647 30 54, lub 604 775 326 – Radosław Staroń, e-mail: gladiator.ostroda@op.pl • **PIASECZNO:** Armfight Piaseczno, ul. Sikorskiego 7/1, 05–500 Piaseczno, tel. 503 155 898 – Marcin Lachowicz, e-mail: armfighter@wp.pl • **PRZYŁĘK:** UKS BLACK SKORPION, ul. Kamieniecka 16, 57–255 Przyłęk, tel. 607 671 997 – Marcin Zawada, e-mail: marzaw@interia.pl • **SKEPE:** UKS Mustang, Al. 1 Maja 89 (przy Hali Sportowej), 87–630 Skepe, tel. (054) 287 81 52 – Andrzej Zawadzki • **STARE MIASTO:** OSP Bolo Stare Miasto, ul. Rychnawska 2, 62–571 Stare Miasto, tel. 602 669 333 – Paweł Gardecki, e-mail: pawstar@wp.pl • **STAROGARD GDAŃSKI:** UKS Iron Starogard Gdański, ul. Pomorska 3, 83–200 Starogard Gdański, tel. 502 635 653 – Grzegorz Piotrkowski, e-mail: gp.rolex@neostrada.pl • **STRZEGOM:** SK Ostry Strzegom, Aleja Wojska Polskiego 12 a, 58–150 Strzegom, tel. 608 302 887 – Joanna Ostrowska, e-mail: studioostry@interia.pl • **TOMASZÓW MAZOWIECKI:** SDS Tomaszów Mazowiecki, ul. Warszawska 75/81, 97–200 Tomaszów Mazowiecki, tel. (044) 725 26 88, lub 662 148 981 – Zbigniew Bartos • **WARSZAWA:** KLUB PYTON, ul. Ostrzycka 2/4, 04–035 Warszawa, tel. (022) 226 36 06 – Krzysztof Wojciech Tur, e-mail: xmen011@wp.eu • **WARSZAWA:** Armhammer Warszawa, ul. Dybrowskiego 3/5, 02–776 Warszawa, tel. 501 724 823 – Tomasz Rucz, e-mail: armhammer@interia.pl • **WAŁBRZYCH:** MKS Herakles Wałbrzych, ul. E. Orzeszkowej 7/1, 58–301 Wałbrzych, tel. 662 146 332 – Sebastian Wyszyński lub 601 155 627 – Robert Leszko • **WĘGRÓW:** UKS Hulk Węgrów, ul. Stłeczna 45i, 07–100 Węgrów, tel. 508 442 961 – Emil Wojtyra, e-mail: emil-wojtyra@wp.pl • **WOLSZTYN:** UKS Traktor, ul. Gajewskich 9, 64–200 Wolsztyn, tel. 501 959 442 – Wiesław Rzanny, e-mail: rzannywieslaw@interia.pl • **WOŁOMIN:** UKS Forma Wołomin, ul. Fieldorfa 24, 05–200 Wołomin, tel. 504 295 500 – Dariusz Zawadzki, e-mail: forma.arm@neostrada.pl • **WROCŁAW:** Steelarm Wrocław, ul. Jedności narodowej 79/15, 50–262 Wrocław, tel. 888 323 066 – Krzysztof Siwek, e-mail: steelarm@wp.pl • **ŻARY:** Szaki Club Żary, ul. Marcinkowskiego 22, 68–200 Żary, tel. 609 538 848 – Sławomir Szkoła, e-mail: szakiclub@wp.pl

DZIAŁ ARMPower:

Prezes: Igor Mazurenko

tel. (058) 621 93 08, e-mail: igor.mazurenko@armpower.net

Redaktor Naczelny: Paweł Podlewski

tel. 0603 603 880, e-mail: redakcja@armpower.net

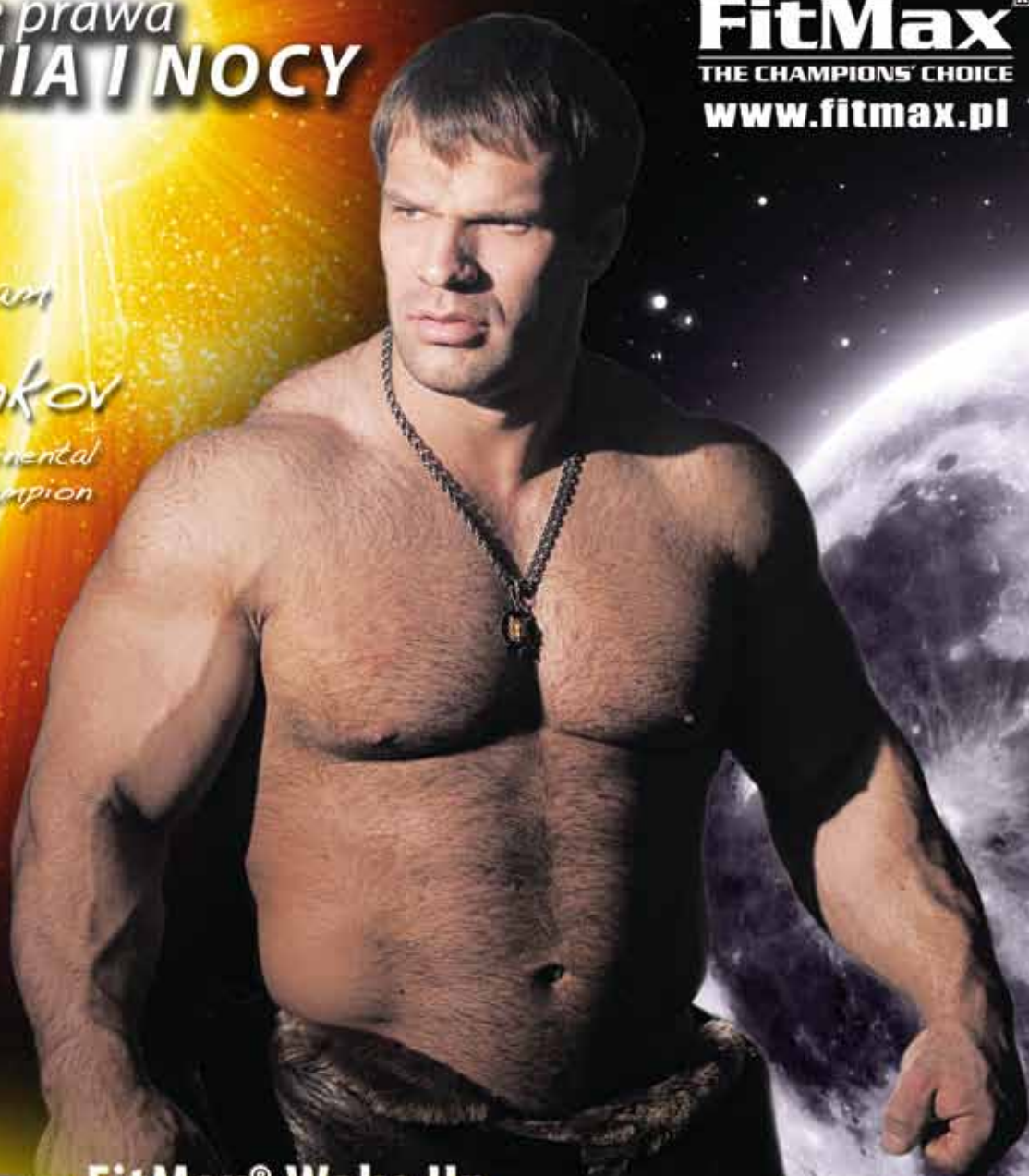
Zespół: Kamil Szkudlarski, Marcin Mielnicki, Anna Mazurenko, Piotr Korzeniewski, Bożena Lenard, Andrzej Głęboka, Dorota Galińska, Piotr Szczerba, Tomasz Szewczyk

Fotoreporterzy: Igor Mazurenko, Mirek Krawczak

Odmienne prawa
DNIA INOCY

FitMax[®]
THE CHAMPIONS' CHOICE
www.fitmax.pl

polecam
Denis
Cyplenkov
*Intercontinental
PAL Champion*



FitMax[®] Wake Up

Środek spożywczy ułatwiający poranne przebudzenie.

Stanowi innowacyjne połączenie kofeiny i trzech różnych frakcji białkowych z odpowiednimi aminokwasami. Kofeina pobudzi organizm do działania z jednoczesnym zwiększeniem koncentracji. Specjalnie zmodyfikowany profil aminokwasowy produktu przezwycięży ospałość poprzez zmniejszenie produkcji serotoniny na rzecz dopaminy i noradrenaliny. Instancyzowane: koncentrat, izolat oraz hydrolizat białek serwatkowych, tworzą dodatkowo doskonałą bazę odżywczą i antykataboliczną.

FitMax[®] Good Night

Środek spożywczy wspomagający regenerację organizmu podczas snu.

Podstawę produktu stanowi kazeina micelarna, czyli zdecydowanie największa składowa wszystkich białek mleka. Jest ona bogatą w glutaminę, naturalną formą kazeiny, znacznie lepiej wykorzystywaną przez organizm, aniżeli kazeiniany. Charakteryzuje się długim czasem trawienia, wykazując tym samym skuteczne działanie antykataboliczne przez wiele godzin. Dzięki temu możliwa jest szybsza i bardziej efektywna regeneracja podczas nocnego wypoczynku.

NOWOŚĆ!



Sprzedaż hurtowa i detaliczna:

eurydyka@fitmax.pl tel. 605 66 44 55, rafal@fitmax.pl tel. 603 062 062,
marek@fitmax.pl tel. 601 161 162, lukasz@fitmax.pl tel. 601 802 220