



**ARM BETS**  
www.armbets.tv TELEVISION

**armpower.net**



Drodzy Armwrestlerzy!

Majowe wydanie Armpowera zdominuje relacja z Mistrzostw Polski w Armwrestlingu. Tegoroczna, IX edycja, odbyła się w Nisku. Za organizację zawodów odpowiadał tamtejszy klub - Wiking. O tytuł Mistrza Polski oraz prawo startu na tegorocznych Mistrzostwach Europy i Świata walczyło prawie 200 zawodników.

Na trybunach kilkaset żywiołowo reagujących widzów przez dwa dni oglądało zmagania najlepszych armwrestlerów z Polski. Zawodnicy rewanżowali się wspaniałym widowiskiem. Szerzej o zmaganiach, wyniki oraz obszerna relacja w dalszej części numeru.

Życzymy miłej lektury.

# XI Mistrzostwa Polski w Armwrestlingu Nisko 2011

Mariusz Grochowski vs Dariusz Muszczak



## DOROCZNY SPRAWDZIAN KRZEPY

**Prawie 200 zawodników z 20 polskich klubów, świetna organizacja, wysoki poziom sportowy oraz mnóstwo kibiców oglądających zarówno na żywo w Nisku, jak i przed ekranami komputerów w telewizji ArmBets.tv – tak pokrótce można przedstawić jedenaste z kolei mistrzostwa Polski w siłowaniu na rękę, które odbyły się 2-3 kwietnia 2011 roku na Hali Widowiskowo-Sportowej Regionalnego Centrum Edukacji Zawodowej w Nisku.**

**O**rganizatorem tegorocznych zmagania byli zawodnicy z UKS Wiking Nisko. Honorowy Patronat objął Marszałek Województwa Podkarpackiego – Pan Mirosław Karpyta, Starosta Powiatu Niżańskiego – Pan Gabriel Walińko oraz Burmistrz Gminy i Miasta Nisko – Pan Julian Ozimek.

*– Były obawy organizacyjne, ale podjęliśmy wyzwanie i musieliśmy temu sprostać. W trakcie organizacji XI mistrzostw Polski było sporo obaw o dopięcie wszystkich spraw na ostatni guzik. Oczywiście kosztowało nas to dużo poświęcenia, ale parę miesięcy przed wyznaczonym terminem organizowaliśmy wszystko krok po kroku. W ten sposób dobrnęliśmy do wy-*

*znaczonego celu – powiedział po zawodach jeden z organizatorów – Dawid Groch z Niska.*

### **Odchudzające biegi**

Mimo że sama rywalizacja zaczęła się w sobotę 2 kwietnia, to najlepsi polscy siłacze na rękę najechali na Nisko już dzień wcześniej, czyli w dniu 1 kwietnia. Tego dnia bowiem odbyła się weryfikacja i ważenie wszystkich uczestników zawodów. Co niektórzy sportowcy, oczywiście nie mieszcząc się w planowanej kategorii wagowej, musieli na szybko zrzucić zbędne kilogramy. Byliśmy więc świadkami „biegów ulicznych” w wykonaniu mistrzów siłowania na rękę.

Po pozytywnie zakończonej weryfikacji poznaliśmy w dniu następnym najlepszych polskich zawodników na rękę prawą. Dzień później natomiast wyłonieni zostali mistrzowie Polski na rękę lewą.

Od samego początku jak na dłoni widać było, że wszyscy uczestnicy mistrzostw przygotowywali się sumiennie do tegorocznej, ogólnopolskiej rywalizacji. I nie ma co się dziwić, stawka zawodów była przecież wysoka – tytuł mistrza Polski oraz prawo startu na tegorocznych mistrzostwach Europy (Turcja) i świata (Kazachstan). Bowiem dwóch pierwszych zawodników z każdej kategorii wagowej automatycznie dostaje powołanie do kadry narodowej. Wszyscy walczyli więc jak umieli najlepiej.

### **Sprawna organizacja**

Organizacyjnie wszystko było dopięte na ostatni guzik. Nie ma zresztą co się dziwić, gdyż główni organizatorzy – zawodnicy z Wiking Nisko to starzy weterani tego typu zawodów. Widać było również, że w organizacji mistrzostw



Juniorki w akcji – po prawej Natalia Stefaniak (Koszalin)



Po prawej juniorka z Koszalina – Natalia Kwiatkowska



Tak walczyli juniorzy w Nisku



Juniorzy – z prawej Dominik Śliwiński (Tomaszów Maz.)

Polski żywo włączyli się też przedstawiciele miasta i gminy.

– Zawody bardzo dobrze zorganizowane, brawo dla kolegów z Niska! Byliśmy pod dużym wrażeniem ogromu pracy, jaką koledzy włożyli w przygotowanie mistrzostw, zawodów, co tu dużo mówić, najwyższej krajowej rangi – powiedział uczestnik zawodów, czołowy zawodnik kategorii osób niepełnosprawnych – **Maciej Gralak**.

Co do samej rywalizacji, można powiedzieć tylko jedno: przebiegała szybko i sprawnie. Oczywiście, jak na tego typu zawodach, były rotacje na podium w poszczególnych kategoriach wagowych. Często z góry obstawiani faworyci nie wygrywali złotych medali, a czasami nawet nie znaleźli się na podium tegorocznych mistrzostw Polski.

### Atrakcja dla publiczności

– Każda z kategorii miała po kilku pewnych faworytów do upragnionego tytułu mistrza Polski. Przed zawodami i po rejestracji zawodników trudno było jednak wytypować tego jednego, pewnego faworyta do złota w danej kategorii wagowej. Podium, a przed tym walki w każdej niemal kategorii przyniosły nam pewne niespodzianki – emocjonował się **Maciej Gralak**.

Patrząc jednak na poszczególne listy startowe śmiem twierdzić, że do Niska przyjechało wielu utytułowanych zawodników z areny polskiego, a nawet i światowego armwrestlingu. Dla mieszkańców Niska była to nie lada okazja, by zobaczyć w akcji kilkukrotnych mistrzów Polski, medalistów mistrzostw Europy, świata, pucharu świata zawodowców i zdobywców przeróżnych zawodów międzynarodowych na przełomie ostatnich lat. A po twarzach kibiców, którzy po raz pierwszy widzieli naszą dyscyplinę sportu w wykonaniu profesjonalnym, widać było, że są mile zaskoczeni rozmachem armwrestlingu w Polsce.

### Aspiracje coraz wyższe

– O XI Mistrzostwach Polski można mówić bez końca. Poziom organizacyjny gospodarzy, jak i samo przygotowanie zawodników było naprawdę wysokie i z całą pewnością należą się słowa uznania dla Vikingów z Niska. Polscy zawodnicy z roku na rok dysponują coraz lepszym przygotowaniem technicznym i siłowym. Patrząc na to, jaki poziom reprezentują nasi zawodnicy, z czystym sumieniem mogą powiedzieć, że ostro depczemy po piętach takim krajom jak Rosja czy Ukraina. To jest nasz czas, ta chwila, w któ-



Radosław Trybus (Kielce) vs Patryk Waterle (Choszczno)



Kat. 60 kg - z prawej Maciej Gralak



Rafał Fiołek (Żary) vs Sławomir Malas (Grudziądz)

rej nasi zawodnicy tworzą polską potęgę armwrestlingową na najwyższym światowym poziomie" – powiedział po zawodach bezpośredni uczestnik, srebrny medalista Pucharu Świata Zawodowców – **Radosław Staroń** z Ostródy.

Mnogość kategorii nie pozwala nam jednak w tym miejscu opisać wszystkich medalistów poszczególnych kategorii wagowych. Na większą uwagę zasługują

jednak złoci medaliści, czyli tegoroczni mistrzowie Polski w armwrestlingu. Zaczniemy więc od kategorii juniorskiej.

### Juniorzy XI Mistrzostw Polski w Nisku

Jak zwykle, w klasyfikacji juniorów tryumfował klub z Koszalina – UKS 16 Koszalin (miejsce II – Szaki Club Żary,

miejsce III – Black Skorpion Przylęku). Dziewczyny z Koszalina (w zespole trenera **Jarosława Zwolaka** głównie przodują zawodnicy płci pięknej) zdobyły 6 złotych (**Natalia Kwiatkowska** w kat. 55 kg na lewą i prawą rękę, **Patrycja Ziarkiewicz** w kat. 60 kg na lewą i prawą oraz **Natalia Stefaniak** w kat. 70 kg na lewą i prawą), 2 srebrne oraz 2 brązowe medale juniorskie. Dobry start w kategoriach juniorskich oraz seniorskich uplasował dodatkowo koszaliński klub na III miejscu w klasyfikacji drużynowej ogólnej.

Wśród chłopców – juniorów pierwsze miejsca nie były tak obstawiane przez jeden klub jak w przypadku rywalizacji dziewcząt. W kat. 50 kg - 2 złota przypadły **Mateuszowi Łuniewskiemu** (Grudziądz). W kat. 55 kg na lewą wygrał **Jacek Krzyżewski** (Piaseczno), na prawą natomiast **Łukasz Tryczyński** (Przylęku). W kat. 60 kg tryumfował **Mateusz Łukaszewicz** (Żary), który do domu powrócił z 2 złotymi medalami. W kat. 65 kg na lewą złoto wygrał **Patryk Ciborowski** (Choszczno), na prawą natomiast **Cyprian Załoga** (Przylęku). W kat. 70 kg na lewą przodował gospodarz – **Dawid Fusiara**, na prawą natomiast **Emil Szkoła** (Żary). W kat. 80 kg kolejne złoto dla gospodarzy. Tym razem szczęśliwcem bym **Adam Hydel** (złoto w rywalizacji ręki prawej). Na rękę lewą złoty krążek powędrował do **Łukasza Boksz** z Warszawy. W ostatniej kategorii juniorskiej +80 kg – 2 złote medale wywalczył **Szymon Walczak** (Piaseczno).

### Seniorzy Mistrzostw Polski 2011

Na każdych zawodach armwrestlingowych, a tym bardziej na zawodach takiej rangi, jakie się odbyły w dniach 2–3 kwietnia 2011 roku w Nisku (XI Mistrzostwa Polski w Armwrestlingu) najliczniejszą i najbardziej ekscytującą rywalizacją są kategorie seniorskie.

Na krajową rywalizację do Niska przyjechało wielu utalentowanych seniorów z areny polskiego armwrestlingu. Swoich sił w walce o medale próbowali w 11 kategoriach męskich i 7 kategoriach damskich.

#### Sport nie tylko dla mężczyzn

– Tegoroczne mistrzostwa Polski były na wysokim poziomie. Emocji było wiele. Męskie kategorie jak zwykle były mocno obsadzone i chyba żadnej z nich nie można już nazwać łatwą. Kobiet, niestety, wciąż nie za wiele – powiedziała wicemistrzyni świata juniorów z roku 2010 – **Marta Opalińska** z Grudziądza.



Marta Łokietek (Warszawa) vs Małgorzata Mielczarek (Jaworzno)



Natalia Staroń (Ostróda) vs Natalia Kwiatkowska (Koszalin)



Kat. 60 kg - z prawej Agnieszka Szakola (Żary)



Aleksandra Zwolak (Koszalin) vs Małgorzata Ostrowska (Strzegom)



Kat. 65 kg - Marlena Wawrzyniak (Grudziądz) vs Małgorzata Ostrowska (Strzegom)



Aleksandra Zwolak (Koszalin)

Być może kobiet nie było za wiele, ale jak zwykle pojedynki w ich wykonaniu elektryzowały licznie zgromadzoną publiczność. Miło przecież popatrzeć, jak w sumie 30 siostrzenek walczyło z mitem, że siłowanie na ręce to sport tylko dla facetów. A walka, uwierzcie mi na słowo, była niejednokrotnie bardziej zacięta niż u mężczyzn.

Złoto tegorocznych mistrzostw Polski mogło trafić jednak tylko do jednej z nich. W kat. 50 kg przodowała **Małgorzata Mielczarek** z Jaworzna (złoto na lewą i prawą rękę). W kat. 55 kg złoto na lewą trafiło do brązowej medalistki mistrzostw Europy junierek z roku 2010 – **Natalii Kwiatkowej** z Koszalina. Na prawą natomiast złoto wywalczyła starsza koleżanka po fachu – **Natalia Staroń** z Ostródy. W kat. 60 kg niezaprzeczalną liderką lewej i prawej ręki była **Patrycja Ziarkiewicz** z Koszalina.

Podobnie było w kat. do 65 kg. Tutaj bez „potu na czole” zwyciężyła najsilniejsza Polka roku 2010 – **Marlena Wawrzyniak** z Grudziądza.

W kolejnej kategorii, do 70 kg, na polskiej scenie armwrestlingu objawiła się nam nowa liderka – **Joanna Damińska** z Łodzi (złoto lewa i prawa ręka). Joanna wyeliminowała z rywalizacji takie doświadczone zawodniczki jak: Marta Opalińska (Grudziądz) – w rywalizacji lewej i prawej ręki, czy Aleksandra Lewandowska (Gdynia) – w rywalizacji ręki lewej.

W kat. do 80 kg złoto na lewą wygrała **Aleksandra Zwolak** (Koszalin), natomiast na prawą złoto trafiło do gdynianki – **Aleksandry Lewandowskiej**. W najcięższej kategorii wagowej kobiet – powyżej 80 kg przodowała **Milena Morczyńska** z Grudziądza (2 złota).

#### Lista chętnych na medal

Wśród panów – seniorów liderów było wielu. Mnogość kategorii wagowej oraz ilość nazwisk utytułowanych zawodników z areny polskiego armwrestlingu nie pozwala nam wymienić wszystkich medalistów tegorocznych mistrzostw. Skupmy się jednak na tych nazwiskach i walkach,

które z całą pewnością na stałe zapisały się na kartach historii tegorocznej, ogólnopolskiej rywalizacji.

Zacznijmy od kategorii 60 kg, a w szczególności od **Macieja Gralaka**, który budzi u publiczności wielkie emocje. Przypominam, że Maciek jest osobą niepełnosprawną. Często jest tak, że gdy ten zawodnik wychodzi do walki, robi się cisza na widowni, a po „ready go” wielka wrzawa. Maciek reprezentuje tak wysoki poziom, że bez problemu daje sobie radę z osobami pełnosprawnymi. Tak więc Maciek i na tych mistrzostwach pokazał klasę zdobywając wicemistrzostwo na obie ręce. Maciek dodatkowo w kat. 60 kg osób niepełnosprawnych wywalczył tytuł mistrza Polski roku 2011 na lewą i prawa rękę.

Kolejną kategorią, która utknęła nam w pamięci była kategoria 70 kg. Tutaj doskonałą formą wykazał się gospodarz - **Dawid Groch** z klubu Wiking Nisko. Dawid nie wyobrażał sobie innego scenariusza, jak tylko zgrnąć to, co na najwyższej półce i dać wielką radość swojej publiczności. W Nisku ostatecznie pozostały więc 2 medale koloru złotego kat. 70 kg.

#### **Porażka faworytów**

– *Wiele niespodzianek dostarczyła nam kat. 75 kg. Kiedy przeczytałem listę startujących na prawą rękę, widziałem najwyżej dwóch faworytów, którzy mogą zdominować resztę startujących. Jednym z nich był **Dawid Bartosiewicz** z Choszczna, który od dłuższego czasu jest niezaprzeczalnym liderem w rywalizacji ręki prawej. Ostatecznie tak się nie stało. Na drodze do złota stanęli mu głównie tacy zawodnicy jak: **Bartłomiej Bednarski** z Jaworzna i **Łukasz Piechna** z Tomaszowa Mazowieckiego. Obaj panowie wyeliminowali Dawida dzieląc się po kolei medalami tej kategorii. Bartek do domu wrócił z medalem koloru srebrnego, Łukasz natomiast koloru złotego. Dawid w rywalizacji reki prawej uplasował się tuż za podium – na miejscu czwartym. Na rękę lewą jednak to Dawid Bartosiewicz nie miał sobie równych i stanął na najwyższym stopniu podium – snuł swoje rozważania po mistrzostwach czynny zawodnik – **Radosław Staroń** z Ostródy.*

Co do rywalizacji w kat. 80 kg, gdzie startował właśnie Radosław Staroń, to śmiało mogę powiedzieć tylko jedno: zabłysła nowa gwiazda tej kategorii – **Rafał Woźny**. Ten młody zawodnik z Wałbrzycha wyeliminował doświadczonych już zawodników polskiej sceny armwrestlingu, do domu wracając z 2 medalami koloru złotego.



Dawid Groch (Nisko) vs Mariusz Podgórski (Warszawa)



Kat. 70 kg – z prawej Kamil Kryński (Warszawa)



Dawid Bartosiewicz (Choszczno) vs Bartłomiej Bednarski (Jaworzno)



Dariusz Groch (Nisko) vs Daniel Szymkiewicz (Gdynia)



Kornelia Maśnik [Choszczno] vs Jadwiga Lewandowska [Gdynia]



Marta Opalińska [Grudziądz] vs Ewa Kryl [Zary]



Małgorzata Ostrowska [Strzegom] vs Sylvia Stefaniak [Koszalin]



Jadwiga Lewandowska [Gdynia] vs Milena Morczyńska [Grudziądz]

Srebrny medalista z roku 2010 prestiżowego turnieju Puchar Świata Zawodowców – Nemiroff World Cup - **Radosław Staroń** nie dał rady młodszemu koleźce i musiał zadowolić się dwoma medalami koloru srebrnego.

**Wykorzystał rady mistrza**

Kategoria 85 kg to powrót starego mistrza **Tomasza Szewczyka**. Choć wydawać się mogło, że Tomek zawsze jest w bardzo dobrej dyspozycji, to jednak los ostatnimi czasy lubił płać mu figle. Jednak na tych mistrzostwach to do Tomka należało ostatnie słowo. Zgarnął wszystko co było możliwe do zgarnięcia. Pokonując w pięknym stylu w finałach ręki lewej i prawej **Marcina Molędę** z Jaworzna, do domu wrócił z 2 medalami koloru złotego.

Po rywalizacji Tomek przyznał się, że zastosował parę przydatnych rad od wielokrotnego mistrza świata **Rustama Babajewa** z Ukrainy, które zaczął podjąć podczas niedawnego seminarium odbywającego się w Gdyni. Jak widać, warto więc korzystać z porad mistrzów tego sportu. Tomek skorzystał i w Nisku sięgnął po najwyższe laury kat. 85 kg.

**Walki coraz trudniejsze**

Kategoria 90 kg to chyba najcięższa rywalizacja tegorocznych mistrzostw. Wiele emocji było już przed mistrzostwami. Lista startowa bowiem była wypełniona samymi mocnymi zawodnikami, takimi jak: Lucjan Fudała z Jaworzna, Piotr Bartosiewicz z Choszczna, Wiesław Rzanny z Wolsztyna, Emil Wojtyra z Węgrowa, Natan Kajdas i Piotr Berberok z Jaworzna, czy też pokazujący się ostatnio z dobrej strony Michał Węglik z Bydgoszczy. Tutaj zawodnicy, którzy ostatecznie stanęli na podium z całą pewnością nie mieli łatwej przeprawy.

Walki były długie i wyczerpujące i nie można było z góry obstawić kto tak naprawdę będzie cieszył się z tytułu Mistrza Polski roku 2011. Ostatecznie złoto na rękę lewą trafiło do **Lucjana Fudały** z Jaworzna, natomiast na rękę prawą do **Piotra Bartosiewicza** z Choszczna.

**Pojedyunki najcięższych**

Kategorię 100 kg najbardziej zobrazowały słowa czynnego zawodnika – **Macieja Gralaka**:

– Walka, która mnie najbardziej emocjonowała, to pojedynek na lewą rękę

**Darka Muszczaka** z Myszkowa z **Mariuszem Grochowskim** z Jaworzna. Panowie pokazali całą sztukę siłownia na rękę, umiejętności, dużą waleczność, nieustępliwość i zarazem przyjaźń która ich łączy.

Darek i Mariusz zdominowali tę kategorię, dzieląc się dwoma pierwszymi medalami (Darek zdobył złoto na lewą i srebro na prawą, Mariusz natomiast złoto na prawą i srebro na lewą).

Na większą uwagę zasługuje też start zawodników w kat. +110 kg. Wielką niespodzianką był start **Sławomira Głowackiego** z Inowrocławia na rękę lewą. Choć w rywalizacji ręki prawej Sławek był bezkonkurencyjny,

Po prawej Radosław Staroń [Ostróda]





Marcin Molenda (Jaworzno) vs Emil Wojtyra (Węgrów)



Lucjan Fudała (Jaworzno) vs Piotr Bartosiewicz (Choszczno)



Tomasz Szewczyk (Jaworzno) vs Marcin Molenda (Jaworzno)



Marcin Zawada (Przytyk) vs Marcin Furman (Gdynia)



Lucjan Fudała (Jaworzno) vs Wiesław Rzanny (Wolsztyn)

zdobycząc po raz kolejny tytuł mistrza Polski, to na rękę lewą uplasował się tuż za podium, dopiero na miejscu czwartym (złoto na lewą zdobył **Marcin Skalski** z Piaseczna). Myślę, że jak na wicemistrza świata przystało, swój start na lewą rękę Sławek może zamieść do szuflady z napisem „porażka”.

## Masters i Grand Masters, czyli weterani na Mistrzostwach Polski w Nisku

Nieodzoną rywalizacją każdego mistrzostw jest start zawodników po 40. roku życia, czyli kategorie masters i grand masters. Od jakiegoś

czasu (i to nas bardzo cieszy) obserwujemy wzrost zainteresowania zawodników tymi właśnie kategoriami wiekowymi. Rywalizacja z roku na rok w tej właśnie grupie wiekowej staje się coraz trudniejsza. I tak było również tym razem w XI Mistrzostwach Polski w Nisku.

### „Starsi panowie” w akcji

Wśród mastersów (zawodników powyżej 40 roku życia) niezaprzeczalnymi liderami byli **Dariusz Suzos** z Piaseczna (2 złota w kat. do 90 kg) oraz Prezydent Polskiej Federacji – **Igor Mazurenko** z Gdyni (2 złota w kat. +90 kg). Natomiast wśród grand mastersów (powyżej 45 roku życia) przodowało dwóch innych zawodników: **Paweł Lasota**

z Bydgoszczy (kat. do 90 kg) oraz **Andrzej Głabała** z Gdyni (kat. +90 kg). Do domu panowie wrócili z 2 medalami koloru złotego.

Przy kategorii weteranów warto zwrócić jeszcze uwagę na start prawdziwego entuzjasty tego sportu – **Konstantego Królika** z Warszawy. Popularny w świecie armwrestlingowym „Kostek” jak zwykle do domu wrócił z kilkoma medalami, a dokładniej mówiąc z pięcioma! (+90 kg - lewa ręka: brąz w mastersach i niepełnosprawnych, prawa ręka: srebro w mastersach, grand mastersach oraz złoto w niepełnosprawnych).

\* \* \*

Kolejne zawody mamy więc już za sobą. Znamy już mistrzów Polski poszczególnych kategorii wagowych roku 2011. Wśród drużyn ostatecznie najlepszym okazał się klub pod dowództwem Mariusza Grochowskiego – **MCKiS Tytan Jaworzno** (miejsce II – Złoty Orzeł Choszczno, miejsce III – UKS 16 Koszalin).

Jednak osobiście dodałbym jeszcze jedną nagrodę tegorocznych mistrzostw Polski. Byłoby to złoto dla gminy i miasta Nisko. Złoto, które z całą pewnością należy wszystkim tym, którzy przyczynili się do organizacji XI Mistrzostw Polski w Armwrestlingu.



– Z naszej strony XI Mistrzostwa Polski uważamy za udane. Od strony zawodników i kibiców dotarły do nas głosy zadowolenia. Zawody przebiegły w przyjemnej rodzinnej atmosferze. Kibice byli pełni podziwu w związku z tym, co się działo w Nisku. Imprez na skalę ogólnopolską do tej pory niewiele było w Nisku. Na szczęście ze strony władz miasta otrzymaliśmy sporo pomocy. Finansowo wsparł nas głównie Burmistrz Gminy i Miasta Niska, ze strony Starosty Niżańskiego otrzymaliśmy między innymi halę do rozgrywania zawodów, Niżańskie Centrum Kultury wsparło nas sprzętowo i postarało się uatrakcyjnić zawody występami artystycznymi. No i dodatkowo otrzymaliśmy również wsparcie od sponsorów. Wiele również zawdzięczamy takim osobom, jak Pani Amanda Siudy z Urzędu Gminy i Miasta Nisko oraz Panu Markowi Dziadkowi i jego firmie Beta Digital, za co wszystkim serdecznie dziękujemy. Dziękujemy również wszystkim działaczom, kibicom i samym zawodnikom. Dzięki wam mistrzostwa w Nisku uważam za sukces organizacyjny – powiedział po mistrzostwach jeden z organizatorów – **Dawid Groch**.

Autor: Paweł Podlewski, zdjęcia: Mirosław Krawczak

Drużynowy Mistrz Polski – MCKiS Tytan Jaworzno



Rafał Jakowczyk (Jaworzno) vs Wiktor Hubczenko (Jaworzno)



Konstanty Królik (Warszawa) vs Igor Mazurenko (Gdynia)



Kat. Masters – po prawej Wiesław Podgórski



Andrzej Głabala (Gdynia) vs Konstanty Królik (Warszawa)



Finał kat. 100 kg – M. Grochowski i D. Muszczak



Andrzej Głabala (Gdynia) vs Stanisław Gralak (Grudziądz)



Organizatorzy – zawodnicy „Wiking Nisko” wraz z władzami miasta



# MAGIC GRANIT STRONG FESTIWAL SPORTÓW SIŁOWYCH OTWARTE MISTRZOSTWA W ARMWRESTLINGU TCZEW 2011

## 1 Termin i miejsce zawodów

- 3 maja 2011 roku w Tczewie na terenie Jednostki Wojskowej przy ul. Wojska Polskiego 20, 83-100 Tczew.

## 2 Weryfikacja, ważenie i rywalizacja

- Weryfikacja i ważenie: w godzinach 14.00–15.00
- Zawodnicy, którzy spóźnią się na ważenie nie zostaną dopuszczeni do zawodów.

- Rywalizacja sportowa od godziny: 15.00

## 3 Zasady rywalizacji.

Uczestnicy zawodów zostaną podzieleni na następujące kategorie wagowe:

- Mężczyźni - prawa ręka: 63 kg, 70 kg, 78 kg, 86 kg, 95 kg, +95 kg
- Kobiety prawa ręka: OPEN
- Dzieci – prawa ręka: OPEN (w formie zabawy)
- Mężczyźni OPEN tylko Amatorzy
- Rywalizacja odbędzie się tylko na prawą rękę w systemie do dwóch przegranych wg. Zasad WAF.

## 4 Nagrody

- Medale i dyplomy w każdej kategorii wagowej mężczyzn i kobiet (do trzeciego miejsca).
- Nagrody rzeczowe

## 5 Uwagi końcowe

- Brak 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.

- Wymagana jest pisemna zgoda o przyjęciu odpowiedzialności obojczy 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.

## 6 Atrakcje dodatkowe

- Pokaz / zabawa z publicznością StrongMan (Jarosław Dymek z teamem)
- Pokaz podopiecznych Mistrzyni Świata fitness – Aleksandry Kobielać
- Pokazy karate w wykonaniu Mistrzów Europy i Świata
- Pokaz wielokrotnego Mistrza Świata – Jana Łuki
- Koncert kapeli „HALS”
- Plac zabaw dla dzieci i inne...

## Organizator

Fundacja Magdaleny Mroczkiewicz  
Roman Liebrecht  
Jarosław Dymek  
Mazurenko Armwrestling Promotion tel./faks: 58 621 93 08

## Patronat

Starostwo Powiatowe w Tczewie  
Federacja Armwrestling Polska

## Patron medialny:

www.armpower.net  
Miesięcznik „KiF”  
Echo Pomorza

# HANDS OF STONE 2011

## 1 Termin i miejsce:

- 11 czerwca 2011 – Centrum Kultury w Błoniu, ul. Jana Pawła II 1b, 05-870 Błonie

## 2 Rywalizacja sportowa rozpocznie się:

- eliminacje od godz. 12.00
- finały od godz. 18.00

## 3 Weryfikacja i ważenie:

- od godz. 9.00 do 11.00 – Centrum Kultury w Błoniu, ul. Jana Pawła II 1b

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

## 4 Kategorie wagowe i zasady rywalizacji:

- Mężczyźni – 65 kg, 70 kg, 80 kg, 90 kg, +90 kg, OPEN
- Mężczyźni Amatorzy OPEN
- Kobiety OPEN
- Masters OPEN

Rywalizacja odbędzie się tylko prawą rękę w systemie do dwóch przegranych według zasad FAP.

## 5 Nagrody

- Puchary, dyplomy
- Nagrody pieniężne:
- Kategorie 65 kg, 70 kg, 80 kg, 90 kg, +90 kg, Kobiety OPEN, Masters OPEN (I – 300 zł, II – 200 zł, III – 100 zł),
- Kat. OPEN (I – 500 zł, II – 300 zł, III – 150 zł),
- Mężczyźni Amatorzy OPEN (I – 150 zł, II – 100 zł, III – 50 zł)

## 6 Zasady uczestnictwa

- Zawodnika dopuszcza się do walki jedynie w ubraniu sportowym.

- Zawodnicy, którzy nie będą w stroju i obuwiu sportowym nie zostaną dopuszczeni do zawodów.
- Każdy zawodnik powinien mieć przy sobie dokument tożsamości.
- Wymagana jest pisemna zgoda o przyjęciu odpowiedzialności obojczy 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.
- Kategoria Masters – Mężczyźni powyżej 40. roku życia
- Prawo startu w kategorii Mężczyźni Amatorzy OPEN mają zawodnicy którzy nie startowali w MP, PP, ME, MŚ, PŚ
- Prawo interpretacji i zmiany niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi

## 7 Opłata startowa

opłata jest jednorazowa i jednocześnie obejmuje wszystkie kategorie wagowe – 15 zł

## 8 Organizator

- Centrum Kultury w Błoniu
- Dominik Gliński tel. 503 486 265
- Pyton Warszawa
- Powiat Warszawski Zachodni
- Gmina Błonie

## 9 Patroni

- Miesięcznik KiF
- www.armpower.net
- www.4sport.eu
- TVP Warszawa
- Radio Bogoria

WSTĘP WOLNY!



## 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: ukarmwrestling@e-cho.pl • **GDĄSK:** UKS Żabianka, ul. Orłowska 4, 80–347 Gdańsk, tel. 506 134 903 – Łukasz Mielewicz • **GDYNIA:** UKS Złoty Tur Gdynia, ul. Morska 108 a, 81–245 Gdynia, tel. (058) 621 93 08, lub 783 010 487 – Andrzej Głabala, e-mail: armwrestling@world.pl • **GRUDZIĄDZ:** UKS Arm Fanatic Sport Grudziądz, ul. Ikara 20/43, 86–300 Grudziądz, tel. 697 585 771 – Marlena Wawrzyński, 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:** MKiKS 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 Kobielać, e-mail: m.kobiela@wp.pl • **KIELCE:** Złoty Smok, ul. Paderewskiego 24, 25–004 Kielce, tel. 600 024 865 – Radosław Trybus • **KONIECPOL:** MLKS Pilica 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 Zwolak, e-mail: jaroslawzwolak@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 • **ŁĘBORK:** UKS Złoty Lew Łębork, ul. Czolgistów 5, 84–300 Łębork, tel. 501 245 895 – Marcin Kreft, e-mail: mabo23@wp.pl • **LUBLIN:** Klub Sportowy Paco Lublin, ul. Kiepurzy 5b, 20–410 Lublin, tel. (081) 740 33 00 lub 665 229 759 Beata Stelmaszczuk, e-mail: biur@pacop.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 • **SKĘPE:** UKS Mustang, Al. 1 Maja 89 (przy Hall Sportowej), 87–630 Skepe, tel. (054) 287 81 52 – Andrzej Zawadzki • **STARE MIASTO:** OSP Bolo Stare Miasto, ul. Rychalska 2, 62–571 Stare Miasto, tel. 602 669 333 – Paweł Gardecki, e-mail: pawstar@wp.pl • **STAROGARD GDĄSKI:** 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. Ostrożycka 2/4, 04–035 Warszawa, tel. (022) 226 36 06 – Krzysztof Wojciech Tur, e-mail: xmen0011@wp.eu • **WARSZAWA:** Armhammer Warszawa, ul. Dybowskiego 3/5, 02–776 Warszawa, tel. 501 724 823 – Tomasz Ruczyński, 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 Rzany, e-mail: rzanywieslaw@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 Mielniczek, Anna Mazurenko, Piotr Korzeniewski, Bożena Lenard, Andrzej Głabala, Dorota Galińska, Piotr Szczerba, Tomasz Szewczyk

Fotoreporterzy: Igor Mazurenko, Mirek Krawczak