

W Żyrardowie dwa dni siły i walki, ale będą też burgerożercy

data aktualizacji: 2019.03.29 autor:



Złot aut zabytkowych oraz ekskluzywnych, złot motocykli zabytkowych oraz ekskluzywnych, Offroad Żyrardów, złot Żyrardowskich Drifterów, wiele konkursów oraz pięć różnych tematycznie foodtrucków! To imprezy towarzyszące wydarzeniu, któremu „Głos Żyrardowa i Okolicy” patronuje.

W sobotę (6. 04) rusza AQUA FIT FESTIWAL, podczas którego odbędą się m.in. pierwsze w powiecie żyrardowskim profesjonalne zawody kulturystyczne oraz fitness. Oprócz siły dużo piękna - panie w Bikini Open oraz pokazie twerku.

- Rok temu zdobyliśmy pierwsze doświadczenie. Dlatego przyjęliśmy taką formułę, aby jeszcze bardziej zachęcić do przyjscia całej rodziny. A cel, który nam przyświecał, to oczywiście promocja sportów sylwetkowych oraz walki - tłumaczy Bartek Korman, organizator i podpora nowego stowarzyszenia kulturystów „Żyrardowskie Dziki”.

Szczegóły imprezy poniżej. Zawody zaczynają się o godz. 10 pokazem pań. Gośćmi festiwalu będą: Rafał Górka (były kulturysta, walczy w K1), Jędrzek Loska (Brazylijskie Jiu Jitsu (BJJ)), Marcin Wrzosek (polski zawodnik MMA), Krzysztof Piekarczyk (trener personalny), Krzysztof „Diablo” Włodarczyk (polski bokser), Tomasz „Genetyk” Grzymiski (trener, znany Youtuber), a ponadto „Szmexy” Piotr Tomaszewski oraz Tomasz Srebrnik.

W strefie Motosportu na Aqua Fit Festiwal 2019 gościem będzie Gosia Rdest. Tej osoby w Żyrardowie przedstawiać nie trzeba.

A zaraz po festiwalu w godzinach 18 - 20 zapraszamy na mecz UKS Trójka. Z tej okazji „Żyrardowskie Dziki” też coś przygotowały.

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

Od godziny 10 (6 kwietnia) zapraszamy do Ośrodka Sportowego AQUA, Żyrardów ul. Pileckiego 25/27.

ZAWODY KULTURYSTYCZNE (HALA)

9:00 - 10:00 Weryfikacje

10:00 - 10:40 Bikini Open

10:40 - 11:00 Akrobatyka sportowa

11:00 - 11:40 Męska sylwetka Open

11:40 - 12:00 Eliminacje burgerożeców

12:00 - 12:45 Kulturystyka klasyczna

12:45 - 13:00 Pokaz twerk + Pokaz akrobatyki sportowej

13:00 - 13:45 - Kulturystyka do 90 kg

13:45 - 14:00 Pokaz gorsetów kulturystycznych

14:00 - 14:45 - Kulturystyka powyżej 90 kg

14:45 - 15:15 Finał jedzenia burgerów na czas + nagrody

15:15- 16:00 Dekoracje kulturystka, wsady do kosza, trójbój.

TRÓJBÓJ ATELTYCZNY (HALA)

11:00 - 12:00 Weryfikacje

12:00 - 13:00 Wyciskanie sztangi leżąc

13:00 - 14:00 Podciąganie na drążku

14:00 - 15:00 Pompki na poręczach

15:15 - 16:00 Dekoracje

SEMINARIA Sztuk Walki (HALA GŁÓWNA)

10:00 - 11:30 Marcin Wrzosek

11:30 - 13:00 Jędrrek Loska

13:00 - 14:30 Rafał Górka - "Trening sztuk walki z elementami treningu funkcjonalnego"

14:30 - 16:00 Krzysztof "Diablo" Włodarczyk - "Boks od podszewki"

WSADY DO KOSZA HALA (HALA)

14:00 - 15:00 Kwalifikacje + Finał

15:15 - 16:00 Dekoracje

FITNESS MARATON (SALKA POMARAŃCZOWA)

10:00 - 11:00 Killer Workout (Marat Katarzyna)

11:00 - 12:00 Zumba (Uczciwek Ula)

12:00 - 13:00 HIIT tabata (Uczciwek Ula)

13:00 - 14:00 Twerk fitness (Zaniewska Ula)

SEMINARIA DIETETYCZNO-TRENINGOWE (SALA ZIELONA)

12:00 - 12:40 Zagrożenia związane z niską aktywnością i nieodpowiednim odżywianiem.

Wykład dla seniorów.

(Kuligowski Wojciech / Drzewiecka Katarzyna)

13:00 - 13:40 Jak przyspieszyć metabolizm w każdym wieku. (Grzymski Tomasz)

STREFA MOTO (przed halą)

Pokaz bolidu Gosi Rdest wraz z zapleczem technicznym

Złot aut zabytkowych ekskluzywnych, Złot motocykli, Złot drifterów, Złot Offroad Żyrardów

Foodtrunki

W godzinach 18:00 - 20:00 zapraszamy na mecz UKS Trójka (HALA)

Na koniec od 20 zapraszamy na AFTERPARTY na Kręgielni.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/31508-w-zyrardowie-dwa-dni-sily-i-walki-ale-beda-tez-burgerozercy>