



# **POWERLIFTING SAVEZ SRBIJE**



## **BILTEN 03/2016**

**Beograd, 30.06.2016.**

**Izdanje 1**

## **PREDSEDNIKOVA PORUKA**

Dragi članovi,

U 2016.godinu ulazimo sa novim ciljevima, koji u narednom periodu treba da se realizuju.

Očekuje nas nova takmičarska sezona u kojoj će se po prvi put organizovati otvoreno Balkansko prvenstvo u powerliftingu. Ovo je novi izazov za nas, a i za sve članice IPF-a sa teritorije Balkana.

Osim nove takmičarske sezone očekuje nas i prva generacija, koja će upisati kurs za sportskog instruktora u powerlifting sportu i menadžera u powerlifting sportu.



Preporučio bih svim takmičarima, trenerima i sudijama da prate naš rad na web sajtu [www.spf.rs](http://www.spf.rs) i na našoj facebook stranici Serbian Powerlifting Federation. Ukoliko neko ne može da nađe odgovor na našim stranicama slobodno nas kontaktirajte kako bi ste dobili pravi odgovor na vaše pitanje.

Od prošle godine nastavljamo tradiciju sa izradom Biltena. Ovo je treći po redu Bilten koji izlazi. Od kako smo pokrenuli izradu Biltena mnogi mediji su se zainteresovali i napravili reportaže o powerlifting sportu i našim takmičarima. Ovim putem se zahvaljujemo svim medijima koji su nam poklonili pažnju i zahvaljujući njima informisali širu javnost o našem radu.

Ove godine glavni cilj nam je ujedinjenje Balkanskih zemalja kroz powerlifting sport i popularizacija powerlifting sporta na teritoriji Republike Srbije.

Svim članovima želim puno uspeha i sreće u predstojećem radu i takmičarskoj sezoni.

**Sportski pozdrav!**

**Predsednik Powerlifting saveza Srbije**  
***Predrag Milošević***

## GODIŠNJA SKUPŠTINA

Ovogodišnja godišnja Skupština održana je 30. januara 2016. godine u prostorijama Alfa Univerziteta-Fakulteta za menadžment u sportu, na Novom Beogradu.

Skupštini je prisustvovalo 28 klubova iz Srbije i najbolji takmičari Powerlifting saveza Srbije, što je brojalo 50 prisutih članova.



Osim članova saveza skupštini su prisustvovali dekan Alfa Univerziteta prof. Dr. Dragan Životić, generalni menadžer fakulteta prof. Jadranka Jakovljević i prof. Branko Petković.

Kao počasni gost dekan Alfa Univerziteta prof. Dr. Dragan Životić imao je čast da otvori zvanično godišnju skupštinu Powerlifting saveza Srbije i samim tim poželio je srećan rad savezu i sreću takmičarima na predstojećim takmičenjima.

Predstavljen je rad saveza u prethodnoj 2015. godini koji je detaljno opisan u Biltenu 01/2015 i 02/2015. Svi prisutni dobili su primerke Biltena i odlučeno je da se ovakav rad nastavi i ove godine, kako bi svi članovi bili informisani o radu saveza i postignutim rezultatima naših takmičara.

Na ovogodišnjoj skupštini predstavljen je nacrt novog Zakona o sportu, gde se govorilo o najbitnijim detaljima Zakona koji se tiču saveza i takmičara.



Na osnovu dobijene dozvole za rad za stručno osposobljavanje u oblasti sporta od strane Ministarstva omladine i sporta prof. Branko Petković je predstavio program stručnog osposobljavanja u saradnji sa Alfa Univerzitetom. Program se sastoji od III nivoa koji obuhvata 240 časova teoretske i praktične nastave.

Uverenje o završenom stručnom osposobljavanju izdaje se za odgovarajuće sportsko zvanje: sportski instruktor u powerlifting sportu i operativni sportski menadžer u powerlifting sportu.

Pored standardnog rada saveza, članovima saveza su predstavljene sledeće usluge koje nudi savez:

- \*Licenciranje trenera,
- \*Pomoć pri otvaranju novog powerlifting kluba,
- \*Pomoć oko izrade osnovnih dokumenata,
- \*Projekti za dobijanje finansijskih sredstava od strane lokalne samouprave,
- \*Finansijski konsalting,
- \*Osiguranje,
- \*Lekarski pregledi,
- \*Organizacija stručnih seminara,
- \*Organizacija takmičenja,
- \*Medijska promocija kluba,
- \*Besplatni Bilteni,
- \*Pomoć za ulazak kluba u sportski savez lokalne samouprave.....



Dati su predlozi o takmičarskoj sezoni i donet je Takmičarski kalendar za 2016. godinu.

### **TAKMIČARSKI KALENDAR**

**2016.**

- 12.mart **Srbija Open i Prvenstvo Vojvodine** u Bench press-u, Bački Petrovac  
organizator Herkul Gym (Jan Mega)
- 03.april **Otvoreno prvenstvo Vršca** Raw bench press , Vršac  
organizator PLK Vršac (Radovan Gavrilov)
- 28.maj **BALKAN OPEN classic powerlifting** , Smederevo  
organizator Sportski savez grada Smederevo i Powerlifting savez Srbije
- 25.jun **Srbija Cup bench press** , Leskovac  
organizator "XL" Leskovac (Predrag Milenović)
- avgust **Vinski Bal** bench press, Vlasotince  
organizator Vlasina (Vlasotince)
- oktobar **Državno prvenstvo u Bench press-u**  
organizator Hajduk Titan, Kula
- novembar **Državno prvenstvo u powerliftingu**  
organizator Steffany, Zrenjanin

Na osnovu takmičarske sezone u 2015.godini dodeljene su nagrade za najbolje sportiste i klubove za prošlogodišnju sezonu. Najbolji u prošlogodišnjoj sezoni su: Vladimir Bulatović, Aleksandra Aranitović, Zdenka Senković, Dušan Svorcan, Petar Milenković, klub XL Leskovac, klub Gladijator Elemir i klub Beo Gym Beograd.

Predstavljena je medijska produkcija Akademac i emisija Više od sporta koja vredno prati naš rad te se emisija o ovogodišnjoj skupštini nalazi na You tube kanalu Produkcije Akademac pod nazivom **Više od sporta 347- Powerlifting savez Srbije Skupština.**



Novi izgled sajta [www.spf.rs](http://www.spf.rs) je predstavljen članovima, kao i ažuriranje sajta. Svim članovima dato je upustvo šta je potrebno da dostave savezu kako bi sam izgled sajta poboljšali.

Skrenuta je pažnja svim takmičarima da moraju imati takmičarske knjižice u kojima se upisuju lekarski pregledi, koji se obnavljaju na svakih 6 meseci i postignuti rezultati na takmičenjima, kao i članstov u klubu.



Razmatrana je tema o sportskoj opremi i donešena je odluka da se natupa isključivo u opremi koja je propisana od strane IPF-a u tehničkim pravilima.



Razmatrana je i tema prelaska takmičara iz jednog u drugi klub i odlučeno je da takmičar isključivo može preći iz jednog u drugi klub na kraju takmičarske sezone u periodu od 01.decembra do 31.decembra takmičarske godine. Nikako se ne sme predati zahtev prelaska u toku takmičarske sezone.

Na kraju godišnje skupštine svim članovima poželjeno je puno uspeha i sreće u novoj sezoni.

Svi članovi koji su došli na imali su prilike da se posle završetka godišnje skupštine druže, da razmenjuju svoja iskustva i ostvare zajedničku saradnju.



# K O N K U R S

Zvanično 01.februara 2016.godine otvoren je Konkurs za upis kandidata na Program stručnog osposobljavanja III nivoa stručne osposobljenosti u oblasti sporta.

Program stručnog osposobljavanja je odobren od strane Ministarstva omladine i sporta i obavljaće se teoretski deo u prostorijama Alfa Univerziteta Fakulteta za menadžment u sportu (Novi Beograd) i praktični deo će se obavljati u prostorijama fitness i powerlifting kluba Beo Gym (Beograd).

Program stručnog osposobljavanja se sastoji od 240 časova teoretske i praktične nastave i može da ga upiše svaki građanin (polaznik) koji ispunjava opšte uslove i posebne uslove utvrđene Zakonom i Pravilnikom.

Dokumentacija koja je potrebna za upis su:

- \*Popunjen obrazac Prijave za upis (možete naći na web sajtu [www.spf.rs](http://www.spf.rs) ),
- \*Overena fotokopija diplome završene srednje škole ili diplome višeg nivoa obrazovanja,
- \*Lekarsko Uverenje o zdravstvenoj sposobnosti polaznika,
- \*Izvod iz matične knjige rođenih,
- \*Kratarka biografija, i
- \*Dve slike dimenzije 4x5 cm.

Kad se proveri ispravnost dokumentacije polaznika zaključuje se Ugovor o stručnom osposobljavanju. Polaznik će biti o svim detaljima Programa blagovremeno obavešten.



Republika Srbija  
MINISTARSTVO  
OMLADINE  
I SPORTA



Polaznici mogu da se opredele za zanimanje:

\*Instruktor u sportu (powerlifting), ili/i

\*Menadžer u sportu (powerlifitng).

Stručni završni ispit se sastoji iz:

\*teoretskog dela - proverava se poznavanje sadržaja značajnog za sportsko zvanje za koje se vrši stručno osposobljavanje, i

\*praktičnog dela - obuhvata praktičnu demonstraciju stečenih znanja prema trećim licima i praktičnu demonstraciju ličnih stručnih mogućnosti tj. znanja.

Na osnovu Zapisnika i položenog stručnog završenog ispita polazniku se izdaje Uverenje o završenom stručnom osposobljavanju i sticanju određenog sportskog zvanja.

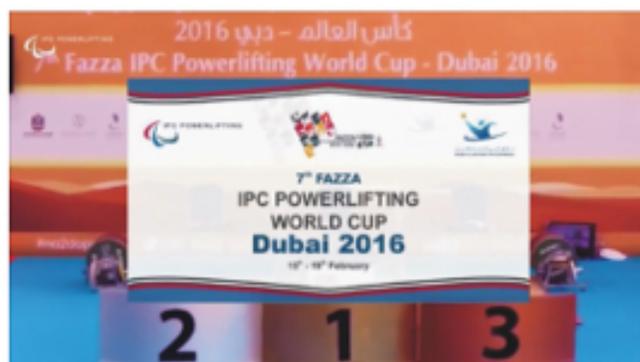
Nakon završenog kursa sa dobijenim Uverenjem (Licencom) polaznik je stručno osposobljen da radi u:

- Powerlifting klubovima,
- da otvori sopstven powerlifting klub,
- u klimatizovano - banjskim lečilištima,
- u drugim sportskim klubovima,
- u sportskim centrima,
- u centrima za obuku osoba sa posebnim potrebama,
- kao i u svim ostalim ustanovama, koje obuhvataju delokrug rada powerlifting sporta.

Savladavanjem programa stručnog osposobljavanja polaznik stiče opšte i predmetno specifične sposobnosti, koje su u funkciji kvalitetnog obavljanja stručne powerlifting delatnosti.



## WORLD CUP DUBAI 2016



Svetski kup u paraolimpijskom powerliftingu održao se od 15.-19. Februara 2016. u Ujedinjenim Arapskim Emiratima u Dubaju. Ovaj Svetski Kup je pod pokroviteljstvom Internacionalnog Paraolimpijskog Komiteta-powerlifitng (IPC-powerlifting).

Petar Milenković, naš najbolji reprezentativac, je predstavljao Republiku Srbiju na ovom prestižnom takmičenju. Petar se takmičio u kategoriji do 97 kg i nastupio je trećeg dana takmičenja 18.februara. Konkurencija je bila veoma jaka, 11 takmičara je bilo u kategoriji do 97 kg. Takmičili su se u dve grupe (A i B grupa).

Prvo je nastupila B grupa u kojoj su bili takmičari iz Sudijske Arabije, Gruzije, Kazakstana i Turkmenistana. Odmah posle grupe B nastupila je i grupa A u kojoj je nastupao naš Petar Milenković, zajedno sa Mohamedom Eldib iz Egipta, Samanom Razi iz Irana, Antonom Krinkov iz Ukraine, Fabio Toresom iz Kolumbije i Meteuzom Woroszyl iz Poljske. Petar se borio sa medalju sa veoma jakim takmičarima među kojima je bio i Anton Krinkov iz Ukraine koji je inače i Evropski rekorder u paraolimpijskom powerliftingu.

U prvom pokušaju Petar je sa lakoćom podigao 200 kg koji je bio više nego uspešan. Drugi pokušaj od 217 kg nije baš bio toliko lak za Petra ali je ipak uspešno izveden. Međutim za treći pokušaj od 221 kg Petar se baš borio da ga izvede što bolje, ali nije uspeo, te je treći pokušaj bio neuspešan.





Najjači takmičar u kategoriji do 97 kg bio je Mohamed Eldib iz Egipta sa podignutih 243 kg, drugo mesto je zauzeo Saman Razi iz Irana sa podignutih 222 kg, dok je treće mesto pripalo Antonu Kriukov iz Ukraine sa podignutih 221 kg.

Petar je ipak među jakom konkurencijom uspeo da se izbori za četvrto mesto. Powerlifing savez Srbije je veoma zadovoljan sa Petrovim postignutim uspehom na Svetskom Kupu u Dubaju. Ovako značajan rezultat na Svetskom Kupu je za svaku pohvalu.

Prema rangiranju takmičara u IPC powerliftingu Petar Milenković u Evropi se nalazi na drugom mestu, dok je u Svetu 6 po rangu. To je veliki uspeh za powerlifting sport u Republici Srbiji.

Naredno takmičenja za koje se Petar Milenković uveliko priprema su Olimpijske igre u Rio. Ovo je jedno od takmičenja na kome će se boriti za medalju sa najjačim takmičarima Sveta. Ovim putem Powerlifting savez Srbije Petru Milenkoviću želi puno sreće i uspeha na Olimpijskim igrama.



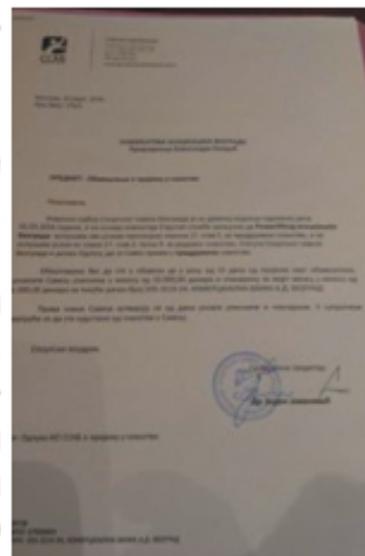
## ČLANSTVO U SPORTSKI SAVEZ BEOGRADA

Prošle godine osnovana je Powerlifting Asocijacija Beograda koja ima za cilj ujedinjenje powerlifting klubova na teritoriji grada Beograda. Pored ujedinjenja klubova jedan od ciljeva je i promocija powerlifting sporta, kao i organizacija takmičenja na teritoriji grada Beograda.

Odmah nakon osnivanja predat je Zahtev za članstvo Sportskom savezu Beograda.

10.marta 2016.dobili smo zvanično Obaveštenje o prijemu u članstvo Sportskog saveza Beograda.

Izvršni odbor Sportskog saveza Beograda je na devetoj sednici održanoj dana 02.marta 2016. godine, a na osnovu izveštaja Stručne službe zaključio da Powerlifting savez Beograda ispunjava sve uslove propisane članom 17.stav 5.Statuta Sportskog saveza Beograda i donosi se Odluka o prijemu u članstvo.



Ovo je još jedan uspeh za naš savez. Polako ali sigurnim koracima ostvarujemo postavljene ciljeve, a ovo je samo jedan od ciljeva.



## **OTVARANJE TAKMIČARSKE SEZONE**

Ovogodišnje otvaranje takmičarske sezone pripalo je prvenstvu Serbia Open i prvenstvu Vojvodine u bench press-u. Već tradicionalno ova dva takmičenja održavaju se isti dan, s tim što na Serbia Open takmičenju imaju prava takmičari iz cele Srbije i iz inostranstva. Dok na Prvenstvu Vojvodine pravo takmičenja imaju samo oni takmičari koji su sa teritorije autonomne pokrajine Vojvodine. Ova dva takmičenja su se održala 12.marta 2016. u Bačkom Petrovcu u sportskoj sali osnovne škole „Jan Čajak“.



Generalni sekretar saveza Aleksandra Rapajić svečano sa Himnom Republike Srbije otvorila je novu takmičarsku sezonu.

Radovan Gavrilov, međunarodni sudija IPF-a i počasni član saveza, objasnio je tehnička pravila svim prisutnima kako bi takmičenje proteklo u najboljem redu.



### **Serbia Open**

Organizator ovog takmičenja je već tradicionalno Herkul Gym iz Bačkog Petrovca, koji se pobrinuo za odličnu atmosferu.

Glavni sudija ovog takmičenja bio je Petar Milenković-naš najbolji reprezentativac i nacionalni sudija.

Pored glavnog sudije sudili su i Predrag Milošević-Predsednik Powerlifting saveza

Srbije i nacionalni sudija, kao i Jovica Rablov-nacionalni sudija.

Na ovom takmičenju u disciplini bench press takmičilo se oko 50 takmičara od kojih su bile 5 žena, 4 takmičara sa opremom, jedan takmičar sa invaliditetom, dok su ostali se takmičili bez opreme. Na ovom takmičenju bilo je predstavnika Hrvatske powerlifting organizacije, koja je brojala 7 takmičara.

Takmičari su bili podeljeni u pet grupa. Prvu grupu činile su žene i takmičar sa invaliditetom. Drugu grupu činili su mušarci bez opreme u kategorijama do 59 kg, do 66 kg i do 74 kg. Treću grupu činili su muškarci bez opreme u kategori-



jama do 83 kg i do 93 kg. Četvrtu grupu činili su muškarci bez opreme u kategoriji do 105 kg, do 120 kg i preko 120 kg. Dok su petu grupu činili mušarci sa opremom.

U ženskoj konkurenciji najbolje su bile:

-u kategoriji do 52 kg bila je najbolja Aleksandra Aranitović iz Steffany Zrenjanjin, koja je uspela da obori nacionalni rekord i postavi nivi od 65 kg u seniorskoj konkurenciji;

-u kategoriji do 72 kg najbolja je bila Nikolina Korolija iz PLK Vukovar Hrvatska sa podignutih 47,50 kg;

-u kategoriji do 84 kg najbolja je bila Nina Ševo iz PLK Gladijator Elemir sa podignutih 82,50 kg, koja je uspela da postavi novi rekord u seniorskoj i juniorskoj konkurenciji; i

-u kategoriji preko 84 kg najbolja je bila Tamara Aleksić iz Herkul Gym Bački Petrovac.

U konkurenciji osoba sa invaliditetom imali smo samo jednog takmičara. Dejan Ilić se takmičio za klub Tri Glave iz Sremske Kamenice i uspeo je da u kategoriju do 97



kg podigne 100 kg i postavi novi nacionalni rekord. Tek od prošle godine na našim takmičenjima se odigravaju takmičenja za osobe sa invaliditetom. Takmičenja za osobe sa invaliditetom su tek kod nas na samom početku i očekuje se blagi rast novih takmičara i na ovom polju.

U konkurenciji muškaraca bez opreme najbolji su bili:

-u kategoriji do 59 kg prvo mesto je pripalo Lazar Lazić iz PLK Majeveca Bački Petrovac sa podignutih 70 kg;

-u kategoriji do 66 kg prvo mesto je pripalo Branimir Babin iz Spartans Pančevo sa podignutih 121 kg;

-u kategoriji do 74 kg najbolji je bio Aleksandar Kolocka sa podignutih 135 kg;

- u kategoriji do 83 kg najbolji je bio Vanja Števanov iz Steffany Zrenjanin sa podignutih 160 kg;
- u kategoriji do 93 kg najbolji je bio Lazar Jovčić iz PLK Majeveca Bački Petrovac sa podignutih 155 kg;
- u kategoriji do 105 kg za prvo mesto izborio se Nikola Savić iz PLK Kamen Inđija sa podignutih 175 kg;
- u kategoriji do 120 kg ubedljivo najbolji je bio Saša Bulaja iz Tri Glave Sremske Kamenice sa podignutih 200 kg; i
- u kategoriji preko 120 kg prvo mesto je pripalo Vladimiru Bulatoviću iz Tri Glave Sremska Mitrovica sa podignutih 220 kg.



Nakon završenog takmičenja uručivanje medalja i diploma pripalo je generalnom sekretaru saveza Aleksandri Rapajić i organizatoru Jan Megi. Pehare su dobili najjači takmičar Vladimir Bulatović, najjača takmičarka Nina Ševo i najjači junior Nikola Savić.

## Prvenstvo Vojvodine

Organizator ovog takmičenja je tradicionalno Pokrajinski Powerlifting savez Vojvodine.

Glavni sudija ovog takmičenja bio je Petar Milenković-naš najbolji reprezentativac i nacionalni sudija. Pored glavnog sudije sudili su i Predrag Milošević-Predsednik Powerlifting saveza Srbije i nacionalni sudija, kao i Jovica Rablov-nacionalni sudija.

Na ovom takmičenju u disciplini bench press takmičilo se oko 30 takmičara sa teritorije autonomne pokrajine Vojvodine.



Najbrojniji Klub bio je PLK Majevisa iz Bačkog Petrovca sa 10 takmičara, dok su ostali takmičari bili iz klubova ABA Sombor, Spartans Pančevo, PLK Gladijator Elemir, Hajduk Titan Kula, Berat Power Gym Novi Sad, Tri Glave Sremska Kamenica, Kamen Indija, Exe Gym Novi Sad i Teretana Tavankut.

U konkurenciji muškaraca bez opreme najbolji su bili:

- u kategoriji do 59 kg prvo mesto je pripalo Lazar Lazić iz PLK Majevisa Bački Petrovac sa podignutih 70 kg;
- u kategoriji do 66 kg prvo mesto je pripalo Branimir Babin iz Spartans Pančevo sa podignutih 121 kg;
- u kategoriji do 74 kg najbolji je bio Aleksandar Kolocka iz Spartans Pančevo sa podignutih 135 kg;
- u kategoriji do 83 kg najbolji je bio Vanja Števanov iz Steffany Zrenjanin sa podignutih 160 kg;
- u kategoriji do 93 kg najbolji je bio Lazar Jovčić iz PLK Majevisa Bački Petrovac sa podignutih 155 kg;
- u kategoriji do 105 kg za prvo mesto izborio se Nikola Savić iz PLK Kamen Indija sa podignutih 175 kg;
- u kategoriji do 120 kg ubedljivo najbolji je bio Saša Bulaja iz Tri Glave Sremske Kamenice sa podignutih 200 kg; i
- u kategoriji preko 120 kg prvo mesto je pripalo Vladimiru Bulatoviću iz Tri Glave Sremska Mitrovica sa podignutih 220 kg.

Nakon završenog takmičenja uručivanje medalja i diploma pripalo je generalnom sekretaru saveza Aleksandri Rapajić i Prededniku saveza Predragu Miloševiću.

Prenos takmičenja je pravila Radio Televizija Vojvodine 2 i emisija Dobro veče Vojvodino(slovački jezik).

Početak sezone obeležen je više nego uspešno sa novim registrovanim takmičarima i sa novim postignutim rezultatima, koji su postali novi nacionalni rekordi.



## **SRADNJA SA FITNESS REPUBLIKOM**

Mnogi naši sportisti su zahvaljujući svojim radom uspjeli da nađu sebi posao u inostranstvu. Međutim neke države priznaju samo jedan vid licence i to ICREP. ICREPs je skraćenica za Internacionalni savez registara fitnes profesionalaca (International Confederation of Registers of Exercise Professionals).

Ovaj vid licence je jedino priznat u sledećim državama, u kojima se danas nalaze mnogi naši vrhunski sportisti, a to su:

Australija, Belgija, Irska, Južnoafrička Republika, Kanada, Novi Zeland, Sjedinjene Američke Države, Ujedinjeni Arapski Emirati i Velika Britanija.



Registar fitnes profesionalaca u Emiratima (REPs UAE) je član ICREPs-a. Osnovao ga je Savet za sport iz Dubaija, 2013. godine, kao nezavisan, javni registar koji priznaje kvalifikacije i stručnost fitnes profesionalaca u Ujedinjenim Arapskim Emiratima.

Savet za sport iz Dubaija je svim fitnes centrima u Dubaiju poslao obaveštenje da je registracija u REPs-u obavezna.

REPs UAE postoji da bi zaštitio ljude koji vežbaju i bave se fitnesom i da bi, kako javnosti, tako i zaposlenima u branši, garantovao da svi profesionalci iz Registra imaju odgovarajuće kvalifikacije, znanja i veštine za efikasno obavljanje posla



**FITNESS REPUBLICA**  
International Training Provider

Fitness Republika je akreditovani program obuke u Srbiji. ICREPs i sve njene članice, a samim tim i REPs UAE, priznaje sertifikate stečene u Fitness Republici. Naši treneri koji su našli posao, u nekoj od navedenih zemalja, a nemaju potrebnu licencu zahvaljujući saradnji sa Fitness Republikom ogućeno im je osposobljavanje i dobijanje potrebne dokumentacije za željeni posao u državama koje su članice ICREPa.

Sve detaljnije informacije možete naći na web sajtu Fitness Republike [www.fitnessrepublika.com](http://www.fitnessrepublika.com)

## **JUBILARNO 20. OTVORENO PRVENSTVO VRŠCA**

U Vršcu, u gradu, u kom je osnovan pre tačno 20 godina Powerlifting savez Srbije nekadašnji naziv Powerlifting savez Jugoslavije), održano je Jubilarno 20. otvoreno prvenstvo Vršca u bench press-u.



Organizator ovog takmičenja, kao i svake godine bio je PLK Vršac na čelu sa Radovanom Gavrilov, osnivačem saveza, internacionalnim sudijom i počasnim članom Powerlifting saveza Srbije.

Na ovom takmičenju se borilo oko 30 takmičara za najbolje rezultate. Od kojih je bilo 5 žena.

Takmičari su bili podeljeni u tri grupe. Prvu grupu činile su žene. Drugu grupu činili su muškarci u kategorijama do 59 kg, do 66 kg, do 74 kg i do 83 kg. Treću grupu činili su muškarci u kategorijama do 83 kg, do 93 kg, do 105 kg, do 120 kg i preko 120 kg.

Glavni sudija ovog takmičenja bio je Petar Milenković-nacionalni sudija, Predrag Milošević-nacionalni sudija, Čedomir Nikolić-nacionalni sudija.

U ženskoj konkurenciji najbolje su bile:

-u kategoriji do 52 kg bila je najbolja Aleksnadra Aranitović iz Steffany Zrenjanjin, koja je podigla 65 kg;



-u kategoriji do 57 kg najbolja je bila Đurđina Paun iz Hulk Bela Crkva sa podignutih 50 kg;

-u kategoriji do 63 kg najbolja je bila Dragana Bajkanović iz PLK Vršac sa podignutih 35 kg;

-u kategoriji do 72 kg najbolja je bila Snežana Milošević iz Spartans Pančevo sa podignutih 52,50 kg; i

-u kategoriji preko 84 kg najbolja je bila Tamara Aleksić iz Herkul Bačkog Petrovca sa podignutih 70 kg.



U konkurenciji muškaraca najbolji su bili:  
-u kategoriji do 59 kg prvo mesto je pripalo Luki Tadiću, iz PLK Vršca, sa podignutih 55 kg;  
-u kategoriji do 66 kg prvo mesto je pripalo Branimir Babin, iz Spartans Pančeva, sa 115 kg  
-u kategoriji do 74 kg najbolji je bio Aleksandar Kolocka, iz Spartans Pančeva, sa podignutih 130 kg;  
-u kategoriji do 83 kg najbolji je bio Vanja Števanov, iz Steffany Zrenjanin, sa 160 kg;

-u kategoriji do 93 kg najbolji je bio Rade Milanović, iz Beo Gym Beograda, sa podignutih 185 kg;  
-u kategoriji do 105 kg za prvo mesto izborio se Vladimir Jadžić, iz Coloseum Beograda, sa 190 kg;  
-u kategoriji do 120 kg ubedljivo najbolji je bio Saša Lampas, iz Beo Gym Beograda, sa 220 kg.

Relativno najjači je bio Saša Lampas iz Beo Gyma, titula najboljeg juniora takođe je pripala Saši Lampasu, dok je najbolji sub junior bio Luka Tadić iz PLK Vršca. Najbolji veteran je bio Zoran Ećim iz PLK Gladijatora. Dok se Aleksandra Aranitovć iz Steffany Zrenjanina i ovog puta izborila za najjaču takmičarku.



Uručivanje medalja i diploma pripalo je generalnom sekretaru saveza Aleksandri Rapajić i Prededniku saveza Predragu Miloševiću. Najbolji takmičari pored pehara, medalja i diploma dobili su slatki paket od Swisslion-Takovo.

Za 20 godina postojanja dodeljene su plakete i zahvalnice za doprinos u razvoju powerlifitng sporta.

## **MEĐUNARODNI KONGRES O PREVENCIJI DOPINGA U SPORTU**

U organizaciji Antidoping agencije Republike Srbije (ADAS), Nacionalnog centra za sportsku ishranu i suplementaciju (CIS) i Udruženja za medicinu sporta Republike Srbije (UMSS), a pod pokroviteljstvom Ministarstva omladine i sporta Republike Srbije 21.05.2016. godine u prelepom ambijentu Beogradskog hotela "ZIRA" održan je Drugi međunarodni kongres o prevenciji dopinga u sportu Republike Srbije.

Na ovom kongresu okupili su se sportski radnici, istraživači kao i stručnjaci iz drugih oblasti da predstave svoj pogled na temu HRANA KAO DOPING - odnosno sve one dozvoljene stvari koje mogu da doprinesu poboljšanju sportskih rezultata, a nisu zabranjene. Zatim o ZNAČAJU MENTALNOG TRENINGA kao i o DOZVOLJENIM METODAMA U PREVENCIJI I LEČENJU SPORTSKIH POVREDA.

Na ovom zaista inspirativnom naučno sportskom danu moglo se čuti, videti a i naučiti mnogo o načinima i dostignućima prevencije i antidoping borbe u sportu a neka od njih koja su zaokupila veliku pažnju i zagolicala maštu učesnika su:

- Mentalni trening kao dozvoljena pomoć u sportu;
- Sportske povrede (prevencija, oporavak šta je dozvoljeno);
- Multivitamini i minerali (suplementacija prvog izbora u prevenciji i rehabilitaciji sportskih povreda);
- Fizioterapijske metode u lečenju sportskih povreda;
- Banana kao izvor energije pri maksimalnom testu opterećenja;
- Zabranjene supstance u dijetetskim suplementima (slučajno ili namerno);
- Uticaj kofeina na sportsku sposobnost;
- Pregled postupaka pred sudskim organima zavoda za toksikologiju i antidoping Republike Hrvatske u periodu 2012. - 2016;
- Doping i dodaci ishrani u Republici Bosni i Hercegovini; kao i
- Model vršnjačke edukacije u prevenciji dopinga.

Na zajedničkoj fotografiji sa Drugog kongresa o prevenciji dopinga u sportu sleva na desno su: dr. Slaviša Jovanović (lekar streljačke reprezentacije Republike Srbije), dipl. kriminolog i pravnik Amir Avdagić (pomoćnik direktora antidoping agencije Republike Bosne i Hercegovine), profesor primarijus dr. sc med. Zoran Manojlović (predsednik Službe za antidoping zavoda za toksikologiju i antidoping Republike Hrvatske), dr.sc med. Milica Vukašinić Vesić (direktor antidoping agencije Republike Srbije), profesor fizičke kulture i sporta i specijalista multisportskih takmičenja Janko Dvoršak (direktor antidoping agencije Republike Slovenije), doc. dr Nenad Dikić (predsednik Odbora za doping kontrolu ADAS-a) i sportski trener i sportski menadžer Siniša Tanasković (lice odgovorno za nadzor nad sprovođenjem mera za sprečavanje dopinga u Powerlifting Savezu Srbije).



## **OTVORENO PRVENSTVO BALKANA U POWERLIFTINGU**

Prvo otvoreno prvenstvo Balkana u powerliftingu održano je 28.05.2016. godine u Smederevu. Ovo prvenstvo je održano zahvaljujući pokroviteljstvu grada Smedereva i Sportskom savezu Smedereva, koji su prepoznali kvalitet powerlifting sporta i rad Powerlifting saveza Srbije.



Na otvorenom prvenstvu Balkana u powerliftingu takmičari su se takmičili u tri discipline: čučanj, bench press i mrtvo dizanje. Prijave takmičara i merenje je trajalo od 10h-12h, dok je samo takmičenje počelo u 13h. Zbog velikog broja prijavljenih takmičara takmičenje je trajalo do dugo u noć.



Dok je trajalo merenje i prijavljivanje takmičara mali nastup imali su: AMANI program, specijalni gost IZABELA MONAR, predstavljajući fitness klubova Smedereva, Dance aerobik Beo Gym i Zumba Tim.

Siniša Tanasković lice odgovorno za nadzor nad sprovođenjem mera za sprečavanje dopinga u Powerlifting Savezu Srbije bio je zadužen za proveru lekarskih pregleda i regularnosti takmičara za Balkansko prvenstvo u powerliftingu.

Pored Siniše Tanaskovića za regularnost prijave takmičara pobrinulil su se Radovan Gavrilov-internacionalni sudija i Jelena Brkulj tehnički sekretar Powerlifting saveza Srbije.

Mnogobrojni takmičari sa teritorije Balkana došli su u Smederevo i napravili pravi spektakl. Najbrojnija strana delegacija bila je iz Grčke koja je brojala čak 11 takmičara, 1 sudiju, Predsedinka Grčke powerlifting federacije i 2 pomagača.

Zanimljiva činjenica ovog takmičenja je da naš takmičar i međunarodni sudija, koji živi i radi u Dubajiu, Vladan Hasečić je došao da se takmiči u Smederevu i da podrži ovako veliki događaj. Pored Vladana, iz Dubajia je došao i naš mladi takmičar Miloš Ranković.

Iz Australije do Smedereva pravo na Balkansko prvenstvo u powerliftingu došao je Mile Šestić.



Od ukupno 21 kluba sa teritorije Balkana takmičilo se 60 takmičara od kojih je bilo 6 devojaka.

Najbolji plasman imala je Grčka reprezentacija sa 3 osvojene zlatne medalje i 4 srebrne medalje. Dok je na drugom mestu klub Gladijator iz Srbije sa osvojene 3 zlatne medalje, a na trećem mestu je klub Tri Glave iz Srbije sa osvojenih dve zlatne, dve srebrne i jedne bronzane medalje.

Najbolji u muškarcima konkurenciji bili su:  
-U kategoriji do 59 kg prvo mesto pripalo Davidu Lakatuš iz kluba Gladijator (Elemir).

-U kategoriji do 66 kg pripalo je Kyriakopoulos Thodoros iz Grčke. Te je ovo bila i prva osvojena medalja za Grčku.

-U kategoriji do 74 kg za prvo mesto izborio se Filip Vlajić iz kluba Spartans (Pančevo) inače za Filipa ovo je bilo prvo takmičenje u sve tri discipline powerliftinga.

-U kategoriji do 83 kg koja je bila jedna od najbrojnijih kategorija za prvo mesto izborio se Stefan Simić iz kluba Gladijator (Elemir). Stefan Simić je jedan od najmlađih takmičara koji je podigao u totalu čak 610 kg.





-U kategoriji do 93 kg najbolji je bio Aslanidis Dimitros iz Grčke. Interesantna činjenica je da se Aslanidis Dimitros pre takmičio u olimpijskom dizanju tegova ali da je ipak odabrao powerlifting sport za svoj omiljeni i da će samo u njemu nastaviti da se takmiči. Ovo je ujedno bila i najbrojnija kategorija koja je brojala čak 14 takmičara.

-U kategoriji do 105 kg prvo mesto pripalo je Dušanu Jovanoviću iz kluba P1 (Beograd).

-U kategoriji do 120 kg prvo mesto je osvojio Albin Hasanović iz kluba Tri glave (Sremska Kamenica), kome je ovo inače prvo takmičenje u sve tri discipline powerliftinga. Inače Albin Hasanović nam dolazi iz Novog Pazara.

-U najjačoj kategoriji preko 120 kg ubedljivo najbolji rezultat postavio je Vladimir Bulatović iz kluba Tri Glave (Sremska Kamenica).

Najbolje rezultate u konkurenciji kod devojka zabeležile su:

-U kategoriji do 52 kg prvo mesto pripalo je Aleksandri Aranitović iz kluba Steffani (Zrenjanin).

-U kategoriji do 57 kg pripalo je grkinji Bebteli Konstantina.

-Prvo mesto u kategoriji do 63 kg pripalo je Milici Gardašević iz kluba Beo Gym (Beograd).



-Dok je u kategoriji do 72 kg pripalo Dragani Kulaš iz kluba Orka Gym (Beograd).

-U kategoriji do 84 kg prvo mesto pripalo je Nini Ševo iz kluba Gladijator (Elemir).



Relativno najjači takmičar bio je Vladimir Bulatović koji je postavio nove nacionalne rekorde i oborio svoje rekorde od prošle godine. Vladimir Bulatović je proglašen prošle godine od strane Powerlifting saveza Srbije za najboljeg takmičara u prošlogodišnjoj sezoni. Vladimir Bulatović je uspeo da podigne u čučnju 300 kg i samim tim uspeo da obori nacionalni i svoj rekord od prošle godine koji je iznosio 290 kg. U bench

pressu je uspeo da obori svoj i nacionalni rekord od 220 kg, a koji je prošle godine iznosio 217,50 kg. U mrtvom dizanju je uspeo da samo potvrdi svoj i nacionalni rekord koji je iznosio 330 kg. U ukupnom totalu je podigao 850 kg, što je za 12,50 kg više nego prošle godine.

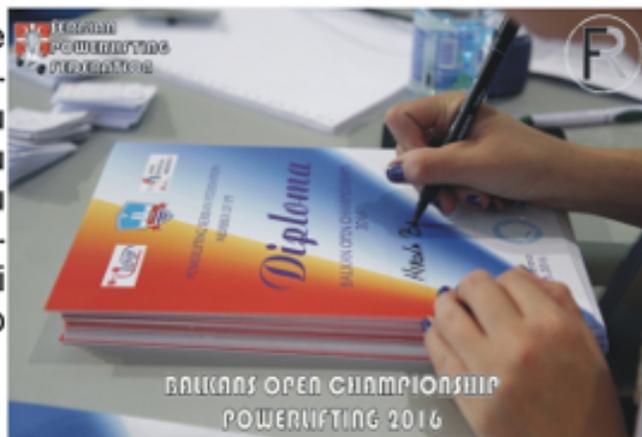
Relativno najjača devojka na Balkanskom prvenstvu u powerliftingu bila je Aleksandra Aranitović iz kluba Steffani iz Zrenjanina. Aleksandra Aranitović je prošle godine proglašena ubedljivo za najbolju takmičarku u prošlogodišnjoj sezoni 2015. Aleksandra je u sve tri discipline uspela da obori nacionalni rekord. U čučnju je oborila rekord za 12,5 kg što sad iznosi 112,50 kg. U bench presu je veoma naparedovala i uspela da obori rekord za 9 kg što sad iznosi 67,50. U mrtvom dizanju uspela je da postavi nov rekord od 122,50 što je za 7,5 kg više nego prošle godine. Aleksandra je u ukupnom totalu uspela da za 29 kg postavi nov rekord od 302,50 kg u totalu.



Sudije u više navrata su se menjali zbog velikog broja takmičara. U prvoj grupi sudija bili su Petar Milenković Glavni sudija, Jovica Rablov-pomoćni sudija i Siniša Tanasković -pomoćni sudija. U drugoj grupi sudija bili su : Konstantinos Giagmouris -glavni sudija iz Grčke, Predrag Milenović-pomoćni sudija i Siniša Tanasković-pomoćni sudija.



Nakon završenog takmičenja koje je trajalo dugo u noć. Najlepši deo uručivanje nagrada pripalo je Predsedniku Powerlifting saveza Srbije Predragu Miloševiću i Generalnom sekretaru Aleksandri Rapajić. Dodeljene su diplome, medalje, pehari, zahvalnice i priznanja za otvoreno prvenstvo Balkana u powerliftingu.

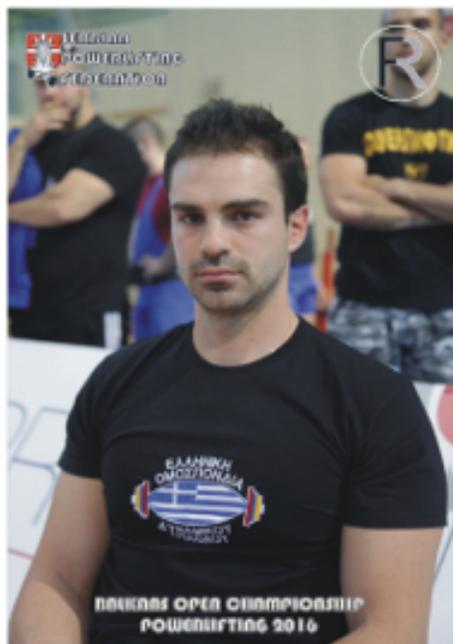


Ovo je za nas novo iskustvo i podržaćemo i odazvati se na svako vaše takmičenje koje budete organizovali. Zbog daljine i velikih putnih troškova kad je Evropsko i Svetsko prvenstvo upitanju Grčka nikad nije imala priliku da ode u ovako velikom broju na takvo takmičenje. Zahvaljući Vama danas je Grčka reprezentacija u Srbiji-Smederevu i bori se zajedno sa vama da okupimo što više takmičara i da promolišemo powerlifting sport na teritoriji Balkana. -rekao je Predsednik Grčke powerlifting federacije Christos Kamargiannakis.

Dugogodišnji sam takmičar i međunarodni sudija Internacionalne powerlifting federacije zbog toga sam došao da podržim naše nove nade i da im pokažem svoje dugogodišnje iskustvo. Nije mi cilj osvajanje medalje već mi je cilj promocija powerlifitng sporta koji mnogo volim. Svojim dolaskom iz Dubajja podržavam i nov sastav Powerlifting saveza Srbije koji je za kratko vreme uradio puno za powerlifting sport. Veoma sam zahvalan svim ljudima koji su ovde dopli i uložili svoj trud i napor da ovo takmičenje protekne u najboljem redu.-izjavio je Vladan Hasečić koji se takmiči za klub Result fitness.



Pratim svakodnevno što na sajtu što na fb stranici rad Powerlifting saveza Srbije. Zbog velikog napredka u radu odlučio sam da iz Australije dođem i da se takmičim za svoju rodnu državu Bosnu. Ovakav rad ću podržati svakako jer ovakav rad je rezultat kvalitetnih ljudi-izjavio je Mile Šestić.



Imao sam čast da budem deo ovako velikog takmičenja i da sudim, To je za mene veliki izazov. Mogu vam reći da su se takmičari baš dugo pripremali za ovo takmičenje i samim tim vide se njihovi postignuti rezultati. Zahvaljujem se Srpskoj powerlifting federaciji koja je omogućila da se ovako nešto organizuje. Odlazim kući presrećan i sa puno lepih utisaka.-izjavio je grčki sudija Konstantinos Giagmouris.

Pre svega bih se zahvalio gradu Smederevo i Sportskom savezu Smedereva, koji su podržali naš rad i omogućili nam da održimo ovako veliko takmičenje. Samo deo ljubitelja powerlifting sporta je danas prisutan na Balkanskom prvenstvu.

Sledeće godine očekuje se mnogo veći broj takmičara. Zahvaljujemo se svim državama koje su se odazvale našem pozivu. Posebno se zahvaljujemo Grčkoj reprezentaciji koja je došla u velikom sastavu. Cilj ovog takmičenja je ujedinjenje država na teritoriji Balkana kroz powerlifting sporta i uvođenje Balkanskog prvenstva u powerliftingu u regularne tokove svih takmičenja. Uspeli smo u ostvarenju našeg cilja. Zahvaljujem se svima koji su podržali i pomogli oko organizacije ovog takmičenja. izjavio je Predsednik Powerlifting saveza Srbije Predrag Milošević.



## **PRAVILNIK O SPORSKIM GRANAMA U REPUBLICI SRBIJI**

Posle usvajanja novog Zakona o sportu, koji je izašao 08.februara 2016. Došao je na red Pravilnik o sportskim granama u Republici Srbiji.

Zahvaljujući stručnom timu Powerlifting saveza Srbije i Ministarstvu omladine i sporta, koji su prihvatili naš zahtev i ispravili grešku koja je nastala u Pravilniku.

Zvanično je 30. Maja 2016. Godine usvojen Pravilnik o sportskim granama i oblasti sporta u Republici Srbiji i sportskim disciplinama u okviru sportskih grana i oblasti sporta.

U članu 2.tačka 2. Pravilnika o sportskim granama gde je Paraolimpijski sport, pod rednim brojem 14. Nalazi se powerlifting sport koji obuhvata paraolimpijske discipline za muškarce i žene. Kategorije koje su navedene u pravilniku su isključivo one koje je propisao Internacionalni Paraolimpiski Komitet za powerlifting (IPC-powerlifting).

U članu 2.tačka4. Pravilnika o sportskim granama gde se nalaze Neolimpijski sportovi po Sport Akordu, pod rednim brojem 36.nalazi se powerlifting sport, koji obuhvata tri discipline čučanj, bench press i mrtvo dizanje za muškarce i žene. Kategorije za muškarce i žene, koje su navedene u pravilniku, su isključivo one koje je propisala Internacionalna Powerlifting Federacija (IPF), čiji smo mi članovi već 20 godina.

Do kraja godine se očekuje usvajanje još Pravilnika, koji će biti veoma značajni za powerlifting sport. O svim promenama naši članovi će biti na vreme obavešteni.



## **VII SRBIJA KUP BENCH PRESS**

Tradicionalni Srbija Kup u bench press-u, VII po redu, održan je 25.06.2016. godine u Leskovcu.

Organizator ovog tradicionalnog takmičenja bio je powerlifting klub XL iz Leskovca, koji se pobrinuo da takmičenje protekne u najboljem redu.



Sponzori VII Srbija Kupa u bench press-u bili su:VIP-GSM Servis, Honey de la Bess, Restoran „Čudesna od mesa“-Leskovac, Nutrition shop „Ogistra“-Beograd, Sportski savez Leskovca.

Glavni sudija ovog takmičenja bio je Siniša Tanasković-nacionalni sudija i odgovorno lice za nadzor nad sprovođenjem mera za sprečavanje dopinga u Powerlifting savezu Srbije.

Ostale sudije bili su: Predrag Milošević-naciononalni sudija i Predsednik Powerlifting saveza Srbije i Predrag Milenović-nacionalni sudija i Doktor fizičke kulture.

Na plus 38 stepeni u Leskovcu nije ni malo bilo lako dizati tegove. Takmičari su se borili i sa težinom i vrućinom. Ipak neki od njih, oni najuporniji, došli su do medalje i značajnih rezultata, koji su neki od njih novi nacionalni rekordi.





U ženskoj konkurenciji najbolje su bile:

- u kategoriji do 52 kg bila je najbolja Aleksnadra Aranitović iz Steffany Zrenjanin, koja je podigla 72,5 kg;
- u kategoriji do 63 kg najbolja je bila Ana Stefanović iz Extreme Trgovište sa podignutih 42,5 kg;
- u kategoriji do 72 kg najbolja je bila Tanja Zlatanović iz Olimp Vranje sa podignutih 52,50 kg; i
- u kategoriji do 84 kg najbolja je bila Tatjana Magulova iz Slovačke sa podignutih 67,5 kg.

U konkurenciji muškaraca najbolji su bili:

- u kategoriji do 66 kg prvo mesto je pripalo Saša Todorović, iz XL Leskovac, sa podignutih 120 kg;
- u kategoriji do 74 kg najbolji je bio Bogdan Manojlović, iz XL Leskovca, sa podignutih 145 kg;
- u kategoriji do 83 kg najbolji je bio Dušan Savić, iz 300 Gym Blace, sa podignutih 165 kg;
- u kategoriji do 93 kg najbolji je bio Vanja Števanov, iz Steffany Zrenjanin, sa podignutih 165 kg;
- u kategoriji do 105 kg za prvo mesto izborio se Miroslav Stoilković, iz Monica Vranje, sa podignutih 185 kg;
- u kategoriji do 120 kg ubedljivo najbolji je bio Stefan Bočvanski, iz Orca Gym Beograd, sa podignutih 200 kg; i
- u kategoriji preko 120 kg najbolji je bio Aleksandar Janković, iz XL Leskovca, sa podignutih 170 kg.



Na Srbija Kupu takmičilo se 13 klubova iz Srbije, Crne Gore i Slovačke. Najbolji ekipni pobednici su:

- klub XL iz Leskovca,
- klub Steffany iz Zrenjanina i
- klub 300 Gym iz Blace.



Apsolutni pobednik Srbija Kupa u bench pressu je Stefan Bočvarski iz Orca Gym Beograd, sa podignutih 200 kg, u kategoriji do 120 kg. Relativno najjači tekmičar bio je Dušan Savić iz 300 Gym Blace sa podignutih 165 kg, u kategoriji do 83 kg. Najjači junior je Miloš Vukićević „300 gym“ Blace sa podignutih 170 kg.

Apsolutna pobednica Srbija Kupa je Aleksandra Aranitović iz Steffany Zrenjanina sa podignutih 72,50 kg, u kategoriji do 52 kg. Aleksandra je uspela da nadmaši nacionalni rekord i postavi novi rekord, te je zadala novi zadatak svim takmičarkama.



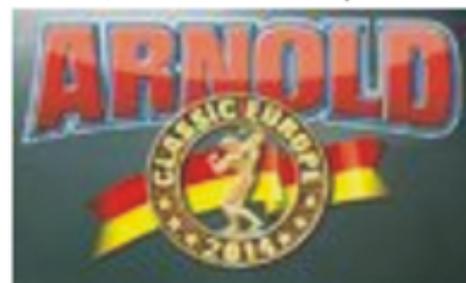
Dodeljivanje diploma, medalja i pehara pripalo je Generalnom sekretaru Powerlifting saveza Srbije Aleksandri Rapajić, tehničkom sekretaru Powerlifting saveza Srbije Jeleni Brkulj, organizatoru Srbija Kupa Predragu Milenoviću i sponzorima. Te je ovim činom uspešno završeno još jedno takmičenje. Očekuje nas mali predah preko leta i spremanje za državno prvenstvo u powerliftingu i državno prvenstvo u bench press-u.

## **ARNOLD CLASSIC ŠPANIJA**

Arnold Classic Evropa održaće se u Španiji, Bareseloni, od 23.-25. Septembra 2016.godine.

Na ovom takmičenju možete se prijaviti u kategorije:

- Arnold Classic Europe Open powerlifting sa opremom,
- Arnold Classic Europe Open powerlifting bez opreme,
- Arnold Classic Europe Open bench press sa opremom, i
- Arnold Classic Europe Open bench press bez opreme.



Tehnički sastanak je zakazan za 22. Septembar u 19:30.

Pre tehničkog sastanka mora da se uplati kotizacija za takmičenje na račun IPF-a u visini od 60 € za svakog takmičara pojedinačno. Takođe pre sastanka treba da se uplati na račun IPF-a registracija za Anti-doping u visini od 50 € za svakog takmičara pojedinačno.

Svi takmičari moraju da ponesu pasoše sa sobom radi indentifikacije kod prijavljivanja i merenja. Svi članovi moraju imati važeće zdravstveno osiguranje, jer organizator i EPF neće snositi nikakave troškove lekara ili boravka u bolnici. Takođe se preporučuje da svaki takmičar ima putno osiguranje.

Rok za prijavljivanje za Arnold Classic Europe za Srbiju je 20. Jul 2016.godine. Prijase mogu slati na email tehničkog sekterara [jelenabrkulj\\_bps@yahoo.com](mailto:jelenabrkulj_bps@yahoo.com) sa naznakom „Prijava za Arnold Classic Evropa“.



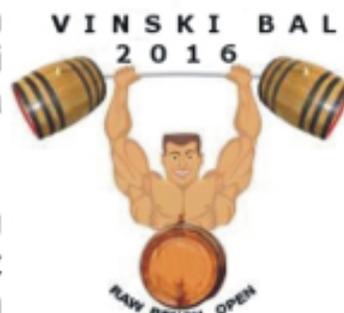
## DRUGI DEO TAKMIČARSKE SEZONE



Prvi deo takmičarske sezone je završen. Očekuje nas drugi deo takmičarske sezone u kome će se održavati dva veoma bitna takmičenja.

Pre ovih takmičenja u avgustu (tačan datum će se znati u skorije vreme jer zavisi od vremenskih prilika i od opštine Vlasotince) održaće se manifestacija promocije sportova snage Vinski bal, koja je pod organizacijom kluba Vlasina iz Vlasotinca i opštine Vlasotince. Na ovu manifestaciju su svi pozvani da dođu i da se zabave kroz sport.

U oktobru nas očekuje Državno prvenstvo u Bench press-u, čiji će organizator Hajduk Titan iz Kule, koji je jedan od najstarijih klubova u kome se trenira powerlifting sport.



Dok u novembru nas očekuje Državno prvenstvo u powerliftingu, čiji će organizator biti klub Steffany iz Zrenjanina, koji je ujedno i jedan od najtrofejnijih klubova u powerlifting sportu.



Elektronskim putem će se vršiti prijave za Državno prvenstvo u bench press-u i za Državno prvenstvo u powerliftingu.

Sve informacije u vezi takmičenja biće na vreme stavljene na naš web sajt i na našu facebook stranicu kako bi se svi takmičari informisali o predstojećim takmičenjima.

Svim takmičarima se preporučuje da vredno vežbaju i da na takmičenje izađu što spretniji i postave nove rezultate koji će biti zabeleženi kao novi nacionalni rekordi.





Powerlifting savez Srbije se zahvaljuje svima na doprinosu u razvoju powerlifting sporta za proteklih 20.godina postojanja.

