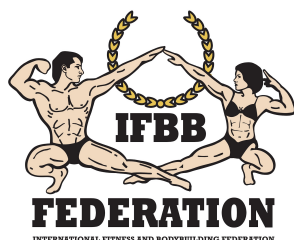


Fitlap Cup 2026



EESTI KULTURISMI JA FITNESSI LIIT

kutsub osalema

IFBB RAHVUSVAHELISEL VÕISTLUSEL “FITLAP CUP 2026”

Tallinn, Eesti
25.–27. september 2026

TERVITUS

Head sportlased, treenerid ja delegaadid!

Mul on suur rõõm tervitada teid Tallinnas Fitlap Cup 2026 võistlusel!

Meie eesmärk on tuua kokku Põhja- ja Baltimaade parimad sportlased ning korraldada kõrgetasemeline võistlus, mis pakub suurepäraseid etteasteid, positiivseid emotsioone ja tõelist spordivaimu. Oleme teinud palju tööd selle nimel, et iga sportlane, treener ja delegatsioon tunneks end oodatuna ning saaks osa professionaalselt korraldatud ja meeldejäävast sündmusest.

Soovin kõigile sportlastele edukat viimast ettevalmistusperioodi, enesekindlust laval ja võimalust näidata endast parimat. Treeneritele ja delegaatidele suur tänu pühendumuse ning hindamatu toetuse eest.

Kohtumiseni Tallinnas 25.–27. septembril!



Lugupidamise ja parimate soovidega

Ott Kiivikas

Fitlap Cupi promootor

EKFL-i president

Eesti Kulturismi ja Fitnessi Liit koos Sparta spordiklubiga tervitab südamlikult kõiki IFBB-ga liitunud rahvuslikke alaliite, kes soovivad osaleda IFBB RAHVUSVAHELISEL VÕISTLUSEL „FITLAP CUP 2026“.

Kulturismi- ja fitnessivõistlus on avatud Soome, Rootsi, Taani, Norra, Islandi, Läti, Leedu ja Eesti sportlastele. Fitness Challenge'i võistlus, mis kuulub ka maailma edetabeli arvestusse, on avatud kõigi IFBB Euroopa riikide sportlastele.

KUUPÄEV JA KELLAAEG

25. september 2026 (reede)

Kõigi sportlaste ja võistluste registreerimine toimub kell 16.00–19.00 ametliku hotelli Tallink Spa & Conference Hotel seminariruumis.

26. september 2026 (laupäev)

Fitness Challenge'i võistlus algab kell 10.00. Esmalt võistlevad lapsed, täiskasvanute võistlus algab orienteeruvalt kell 13.00.

Algajate kulturismi- ja fitnessivõistlus algab kell 11.00.

27. september 2026 (pühapäev)

Fitlap Cupi rahvusvaheline põhivõistlus algab kell 10.00.

OLULINE TEAVE

Kõik reisi- ja toitlustuskulud kannavad sportlased ise. Võistluse promootor tagab iga riigi ühele delegaadile või kohtunikule tasuta majutuse kahekohalises toas kuni kolmeks ööks.

VÕISTLUSPAIK

Sparta spordiklubi

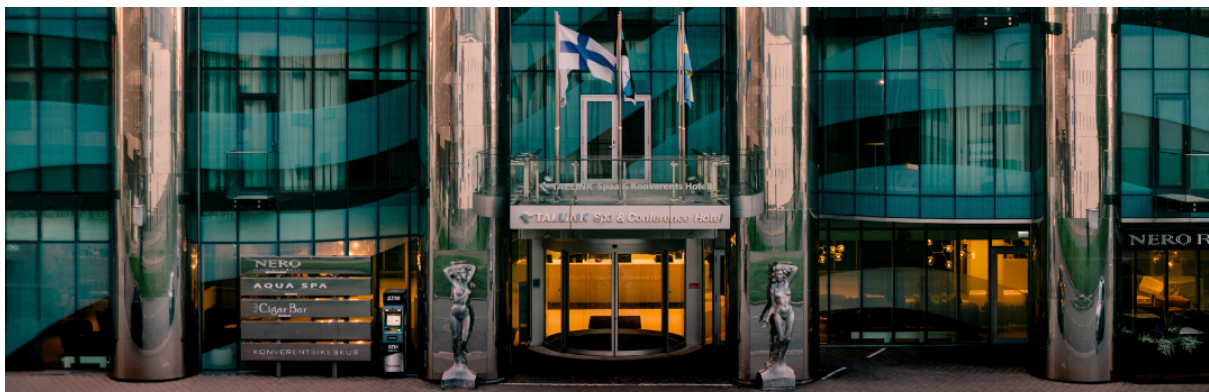
Pärnu mnt 139c, Tallinn, Eesti

www.spartaspordiklubi.ee



AMETLIKUD HOTELLID

Võistluse ametlik hotell on TALLINK SPA & CONFERENCE HOTEL.



Tallinna vanalinn vahetus läheduses asuv Tallink Spa & Conference Hotel pakub kõike vajalikku nii mõnusaks puhkuseks kui ka aktiivseks ärireisiks. Hotelli erinevate saunade ja basseinidega Aqua Spa on ideaalne koht lõõgastumiseks ning kaasaegne konverentsikeskus pakub suurepäraseid võimalusi seminaride ja kohtumiste korraldamiseks.

Address:

Sadama 11a,
10111 Tallinn, Eesti

Telefon:
[+372 630 1000](tel:+3726301000)

E-post:
spahotel@tallink.ee

Majutuse broneerimine:

Sooduskood: FITLAPCUP

**Hind: parimast saadaolevast hinnast
–25%**

Majutusperiood: 21.–28.09.2026

[BRONEERI SIIN](#)

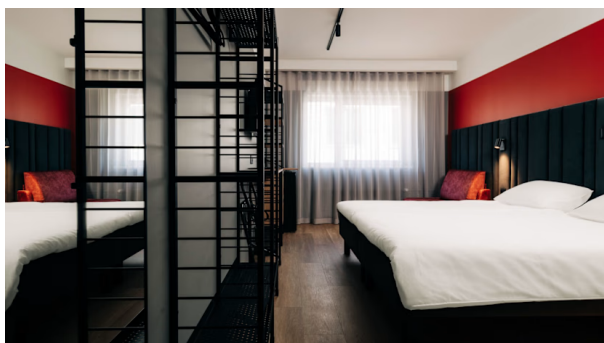
Hinnad sisaldavad hommikusööki Rootsi lauas, WiFi-ühendust ja käibemaksu. Tallink Spa & Conference Hotel 4* hinnas sisaldub Aqua SPA piiramatult kasutamine.

Broneerimine veebis või klienditeeninduse kaudu: +372 630 0808 ja tallinkhotels@tallink.ee.

Broneeringu saab tasuta tühistada kuni majutusele eelneva päeva kella 18.00-ni. Hilisema tühistamise korral tuleb tasuda esimese öö maksumus.

Broneeringu tühistamiseks võtke ühendust Tallinki klienditeenindusega telefonil +372 630 0808 või e-posti aadressil tallinkhotels@tallink.ee.

TALLINK EXPRESS HOTEL



Tallink Express Hotel asub mugavalt Tallinna reisisadama ja vanalinna vahel. Julge ning kaasaegne kolmetärnihotell on väga hea hinnatasemega ja varustatud kõigi mugavustega, mida tänapäeva reisija vajab. Külastajatel on lihtne kasutada ka naabruses asuva Tallink Spa & Conference Hoteli vee- ja headolukeskust ning konverentsiruumi.

Address: Sadama 9, 10111 Tallinn, Eesti Telefon: +372 667 8700 E-post: expresshotel@tallink.ee	Majutuse broneerimine: Sooduskood: FITLAPCUP Hind: parimast saadaolevast hinnast –25% Majutusperiood: 21.–28.09.2026 BRONEERI SIIN
--	---

Hinnad sisaldavad hommikusööki Rootsi lauas, WiFi-ühendust ja käibemaksu.

Broneerimine veebis või klienditeeninduse kaudu: +372 630 0808 ja tallinkhotels@tallink.ee.

Broneeringu saab tasuta tühistada kuni majutusele eelneva päeva kella 18.00-ni. Hilisema tühistamise korral tuleb tasuda esimese öö maksumus.

Broneeringu tühistamiseks võtke ühendust Tallinki klienditeenindusega telefonil +372 630 0808 või e-posti aadressil tallinkhotels@tallink.ee.

LAEVAPILETITE SOODUSPAKKUMINE

Kallid võistlejad, delegaadid, kohtunikud, treenerid ja fännid, kes reisivad Soomest või Rootsist!

Meil on teile suurepärane sooduspakkumine laevapiletitele! Kasutage allolevat sooduskoodi ja broneerige oma reis juba täna!

Sooduskood: FITLAPCUP

Hind: parimast saadaolevast hinnast –25%

Kood kehtib kõigil Tallinki laevadel Helsingi ja Stockholmi suundadel.

Reisiperiood: 21.–28.09.2026

BRONEERI SIIN

Soodustus kehtib üksnes laevapiletitele. Soodustus ei laiene CO2- ega heitetasudele.

Broneerimine klienditeeninduse kaudu: +372 630 0808 ja tallinkhotels@tallink.ee.

Tingimused >>

Broneeringu tühistamiseks võtke ühendust Tallinki klienditeenindusega telefonil +372 630 0808 või e-posti aadressil tallinkhotels@tallink.ee.

VÕISTLUSKATEGOORIAD (Mõlemal võistluspäeval on kavas samad kategooriad: nii algajate kui ka edasijõudnute võistlusel.) Tähelepanu! Algajaks loetakse võistlejat, kes võistleb oma esimest võistlushooaega või on varem osalenud kuni kahel võistlusel.

Võistlus toimub IFBB reeglite kohaselt ja kavas on järgmised kategooriad:

Junior Open Categories 15–23 years

- ☐ Junior Men's Fit-Bodybuilding open
- ☐ Junior Men's Classic Bodybuilding open
- ☐ Junior Men's Physique open
- ☐ Junior Women's Artistic Fitness open
- ☐ Junior Women's Bikini open (15-20 Years, 21-23 Years)
- ☐ Junior Women's Wellness open
- ☐ Junior Women's Bodyfitness open
- ☐ Junior Women's Fit-Model open

Senior categories

- * Women's Artistic Fitness: open
- * Women's Bodyfitness: up to 163 cm; up to 168 cm; over 168 cm
- * Women's Wellness: up to 163 cm; over 163 cm
- * Women's Bikini: up to 158 cm; 162 cm; 166 cm; 169 cm; 172 cm; over 172 cm
- * Women's Fit-Model: up to 163 cm; up to 169 cm; over 169 cm
- * Women's Fit & Beauty: up to 169 cm, over 169 cm
- Fit-Pairs: open category
- * Men's Fit-Classic Bodybuilding: open
- * Men's Fit-Classic Physique open

- * Men's Physique: up to 178 cm; over 178 cm
- * Men's Fit-Bodybuilding: open
- * Posing Art

Master Categories

- * Master Men's Classic Bodybuilding 40+ years: open
- * Master Women's Bodyfitness 35-44 years: open
- * Master Women's Bodyfitness 45+ years: open
- * Master Women's Wellness 35+ years: open
- * Master Women's Bikini 35+ years: open
- * Master Women's Fit-Model 35+ years: open

Fitness Challenge categories

- ☐ Women's Fitness Challenge: gold level
- ☐ Women's Fitness Challenge: silver level
- ☐ Women's Fitness Challenge: bronze level
- ☐ Women's Fitness Challenge: bronze level 1+1-minute format
- ☐ Men's Fitness Challenge: gold level
- ☐ Men's Fitness Challenge: silver level
- ☐ Men's Fitness Challenge: bronze level
- ☐ Men's Fitness Challenge: bronze level 1+1-minute format
- ☐ Fitness Challenge couples: gold level
- ☐ Fitness Challenge couples: silver level
- ☐ Fitness Challenge couples: bronze level
- ☐ Speedfit Silver level (20 repetitions in each station) individual contest (men and women compete together).

NB! Paarisvõistlus lisatakse võistlusprogrammi juhul, kui kategoorias osaleb vähemalt kolm paari. Paar võib koosneda kahest mehest, kahest naisest või naisest ja mehest. Seega võib iga osaleja paarisvõistluseks endale vabalt partneri valida.

OSALUSTASU KULTURISMI – JA FITNESS VÕISTLUSEL

Sportlase osalustasu on 150 eurot. Lisakategooria tasu on 80 eurot. Osalustasu tuleb tasuda sularahas kohapealsel registreerimisel.

Igast riigist pääseb võistluspaika sissepääsupiletita kaks delegatsiooni liiget: üks ametlik esindaja ja üks kohtunik.

Toetajate ja teiste tiimiliikmete sissepääsupilet maksab 35 eurot.

Treenerite ja toetajate backstage-pilet maksab 80 eurot ning sisaldab sissepääsupiletit.

Pileti saab osta kohapealsel registreerimisel ja see kehtib mõlemal võistluspäeval.

Lubatud lisakategooriad

Classic Bodybuilding – Classic Physique – Fit-Bodybuilding – Posing Art

Men's Physique – Fit-Pairs

Women's Artistic Fitness – Bikini – Fit-Model – Fit-Pairs

Women's Wellness – Fit-Model

Tähelepanu! Fit & Beauty kategooriast ei ole lubatud osaleda teistes IFBB kategooriates.

Oluline

Peakohtunik võib rohkem kui kuue võistleja korral kategooria jagada. Samuti võib peakohtunik liita pikkuskategooriad, milles osaleb vähem kui kolm võistlejat.

OSALUSTASU FITNESS CHALLENGE VÕISTLUSEL

Sportlase osalustasu on 75 eurot. Lisakategooria tasu on 35 eurot. Osalustasu tuleb tasuda sularahas kohapeal registreerimisel.

Lubatud lisakategooriad

Fitness Challenge – Gold level – Silver level – Bronze level – Speedfit –

Gold/Silver/Bronze couples (Fitness Challenge'is võib sportlane osaleda kuni kahel individuaalalal ja kahel paarisalal. Näiteks individuaalselt Gold ja Speedfit ning paaris Silver ja Gold.)

Oluline

Paarivõistlused fitness challenges võetakse kavva, vaid juhul kui seal on olemas vähemalt 3 võistluspaari.

GRIMMI NÕUDED

IFBB on keelanud kõik võistlusgrimmid, mida saab maha pühkida. Ametnik kontrollib backstage'is kõigi sportlaste grimmi. Kui grimm tuleb lihtsa pühkimisega maha, peab sportlane selle enne lavale minekut eemaldama.

StageArt Tanning Team

Professionaalne võistlusgrimm, mille keskmes on silmapaistev lavaline välimus, sportlase heaolu ja usaldusväärne tugi kogu võistluspäeva vältel.

StageArt Tanning Team on pakkunud kulturismi- ja fitnessisportlastele professionaalset võistlusgrimmi alates 2020. aastast. Oleme aastate jooksul töötanud sadade võistlejatega nii Eestis kui ka rahvusvaheliselt ning saanud usaldusväärseks partneriks sportlastele ja võistluste korraldajatele.

Võistlusgrimm on palju enam kui lihtsalt värvi pealekandmine. Meie grimmitoon on hoolikalt kohandatud lavavalgusega, et rõhutada lihaste reljeefust, tuua esile keha proportsioonid ja näidata kohtunikele teie parimat võimalikku välimust.

Väärtustame iga sportlase privaatsust, väärikust ja heaolu. Alates esimesest grimmikihist kuni viimase lavale astumise ja fotosessioonideni hoolitseb meie meeskond selle eest, et grimm püsiks kogu päeva veatu.

Kui vajate abi või teil on võistlusgrimmi kohta küsimusi, aitab meie meeskond teid alati hea meelega.

Teenuse sisaldab:

- professionaalne pihustusgrimm
- läike pealekandmine

- piiramatud grimmiparandused kogu võistluspäeva jooksul

Lisateenus:

- tätoveeringu katmine (lisatasu eest; hind sõltub tätoveeringu suurusest)
- Kasutame ainult JAN TANA professionaalseid tooteid.

TEENUSE TÄISHIND

1 võistluspäev – 90 eurot

2 võistluspäeva – 135 eurot

BRONEERIMINE

Broneerimistasu on 30 eurot.

Palun tasuge broneerimistasu pangaülekandega:

Konto omanik: STAGEART PRO OÜ

Pank: Swedbank

IBAN: EE172200221092345879

Selgitus: võistleja nimi + võistluse nimi

TÄHELEPANU! Broneerimisel tasuge ainult 30-eurone broneerimistasu. Ülejäänud summa (60 või 105 eurot) saab tasuda sularahas võistluspaigas enne grimmiaega.

Broneerimistasu ei tagastata. Kui te ei saa võistlusel osaleda, on võimalik broneerimistasu üle kanda mõnele tulevasele võistlusele, kus StageArt Tanning Team teenust pakub.

Küsimuste korral võtke meiega ühendust e-posti aadressil stageart.tanningteam@gmail.com või Instagramis [@stageart.tanningteam](https://www.instagram.com/stageart.tanningteam).

Palun täitke vorm: [SIIN](#)

DOPINGUKONTROLL

IFBB reeglite kohaselt viiakse võistlusel läbi dopingukontroll. Dopingukontrolli viib läbi Eesti Antidopingu ja Spordieetika Sihtasutus (EADSE). Kontrollitavad sportlased valitakse kas juhuslikult (loosi teel), sihtvalikuga või mõlemat meetodit kasutades.

Dopingukontrolli tasu: iga sportlane peab tasuma 20-eurose dopingutasu olememata sellest, mitmel võistlusel või mitmes kategoorias ta osaleb. Tasu läheb dopingukontrolli fondi ja võimaldab teha rohkem teste. Tasu tuleb maksta sularahas kohapealsel registreerimisel.

KVALITEETSED LAVAFOTOD

Kui soovite kvaliteetseid lavafotosid, tellige fototeenus. Võistluse ametlik fotopartner on pikaajalise professionaalse kogemusega FotoDone! Fototeenuse saab tellida registreerimisel või [SIIN](#).

AUHINNAD

Põhivõistluse auhinnafond on kokku 20 000 eurot. Rahalised auhinnad jagatakse 27. septembril 2026 toimuval põhivõistlusel nende kategooriate võitjate vahel, kus osaleb vähemalt kuus sportlast. Lisaks jagatakse 10 000 euro väärtuses sponsorite auhindu, sealhulgas Sportlandi, Euronicsi ja teiste toetajate kinkekaarte.

Karikad antakse kuuele parimale finalistile ja medalid esikolmikule. Absoluutkategooriate võitjad saavad lisakarikad.

Iga sportlane saab registreerimisel kingikoti.

PASS / ID-KAART / MUUSIKA

Tähelepanu! Meeste kategooriates enam individuaalseid vabakavasid ei esitata. Need, kes soovivad oma individuaalset kava esitada, saavad osaleda uues Posing Art kategoorias.

Võistlejad peavad registreerimisel esitama PASSI või ID-KAARDI. Vabakava muusika tuleb enne võistlust saata e-posti aadressile heikomerikan@gmail.com.

KOHTUNIKUD

Kõigil IFBB rahvusvahelistel amatöörkohtunikel peab olema kehtiv kohtunikukaart.

LÕPLIK REGISTREERIMISVORM

Palun saatke lõplik registreerimisvorm hiljemalt **11. septembriks 2026**

REGISTREERIMISANKEEDID

Fitness Challenge: [AVA REGISTREERIMISANKEET](#)

Algajate võistlus: [AVA REGISTREERIMISANKEET](#)

Fitlap Cupi põhivõistlus: [AVA REGISTREERIMISANKEET](#)

PILETID

Pileteid saab osta soodushinnaga eelmüügist või enne võistluse algust kohapealt. Eelmüügipileteid saab osta [Fienta](#) kaudu.

Ott Kiivikas

[Promootor](#)

Eesti Kulturismi ja Fitnessi Liit

Tel: +372 504 8898

E-post: ottkiivikas@gmail.com

Veeb: www.fitlapcup.com

www.kulturism.ee



