

TANZANIA BODYBUILDING FEDERATION

BLOCK C, PLOT NO.6, SINZA MAKABURINI DAR ES SALAAM, TANZANIA
WEBSITE: www.tzbbf.org | EMAIL: info@tzbbf.org | MOBILE: +255 753559833

FORM-IA

FOMU YA USAJILI

Mr. TANZANIA 2021

(Tafadhali jaza fomu ya maombi kwa herufi kubwa)

Jina kamili: _____

Tarehe ya kuzaliwa: ____ / ____ / ____ Jinsia: Mwanaume

Urefu (Futi): _____ Uzito: _____ KG

Anwani ya Mitaa: _____

Mji: _____ Simu: +255 _____

Barua pepe: _____

Maelezo ya Mitandao ya Kijamii: Instagram ID _____

Utambulisho wa Facebook _____

Jina la GYM / Klabu (ikiwa ipo): _____ Mahali: _____

Azimio: Ninakiri kwamba maelezo yaliyotolewa hapo juu ni ya kweli na sahihi kwa kadri ya ufahamu wangu na imani yangu na ninaahidi kukujulisha juu ya mabadiliko yoyote ndani yake, haraka itakikanavyo. Ninaelewa kwamba lazima nitii sheria zilizowekwa na waendelezaji na ninakubali kufanya vivyo hivyo.

Saini: _____

Tarehe: ____ / ____ / ____

KWA MATUMIZI RASMI TU

Saini ya Mpokeaji: _____ Namabri ya Usajili. _____

Tarehe _____ Maoni _____



TANZANIA BODYBUILDING FEDERATION

BLOCK C, PLOT NO.6, SINZA MAKABURINI DAR ES SALAAM, TANZANIA

WEBSITE: www.tzbbf.org | EMAIL: info@tzbbf.org | MOBILE: +255 753559833

SHERIA NA MASHARTI:

KANUNI:

1. Washiriki wote wa Mr. Tanzania wata-ripoti katika Ukumbi wa Kilimanjaro, Ubungo Plaza, Ubungo –Dar es Salaam, **Siku ya tarehe 22 Oktoba 2021 Kuanzia saa 7:00 asubuhi.**
2. Unaweza kujifunza pozi anuwai zilizotajwa kutoka kwenye picha na video zilizochapishwa kwenye akaunti yetu ya Instagram / Facebook / YouTube "**tanzaniabodybuilding**".
3. Washiriki wanaoshindwa kufuata sheria wanaweza kuondolewa na kuzuliwa kwa kuonekana kwenye mashindano ya sasa na yale yajayo.
4. Hakuna mshiriki atakayeruhusiwa kutoa mahojiano yoyote kwa maandishi wa habari au mahojiano yoyote ya Runinga au Redio bila idhini ya wasimamizi kabla ya mashindano.
5. Washindani watapewa pasi tiketi mbili tu za kawaida za bure kwa ajili ya wanafamilia wao kwa kushuhudia Mashindano ya mwisho.
6. Watu walio tayari kugombea watalipa Tsh. **100,000 (Shilingi Laki Moja Tu)** kwa ajili ya kuingia kwenye mashindano haya japo fomu zinapatikana bure. Kiasi hiki hakirejeshwi ikiwa mshindani hatastahiki kuhukumu kabla.
7. Malipo yanaweza kulipwa na Tigo pesa kwa **0653215757 (Bw. Rushabh Patel)** na Mpesa kwa **0753559833 (Chandrakanta Asawla)**. Mara tu malipo yatakapo kamilika, utapokea ujumbe wa "Malipo wenye Kupokelewa" ndani ya masaa 24 na ujumbe huo unahitajika **ku-hifadhiwa** hadi utakapopata tiketi yako mahali hapo.

1. Fomu zinapatikana:

- a. Mtandaoni kwenye wavuti yetu: www.tzbbf.org katika safu ya usajili. Unaweza kuipakua kwa **Bure**.
- b. Lakini pia tuna patikana kwa Whatsapp Kwa ajili ya maombi kupitia namba **0683353848**. Ofisi za
- c. **Pilipili Entertainment Co.Ltd**. Zilizopo Nyuma ya Ukumbi wa Mwika, Plot 6, Block C, Barabara ya Sinza, na Shekilango, jirani na Sinza Makaburini. Dar es Salaam.
- d. Pia zinapatikana Katika kumbi za michezo mbalimbali jijini **Dar es Salaam:** 1. **Gym Bodyline - Mikocheni,**
2. **Gym Home - Mwenge,** 3. **Body Fuel –Masaki.** 4. **Hero's Gym - Kagera**
- e. **Mbeya:** 1. **Fighonilemo - Manjerwa, Mbeya.** 2. **Gym Gym - Uwanja wa Sokoine, Kituo cha Jiji,**
- f. **Arusha:** 1. **Alex Fitness and strength – mkabala na. Uwanja, Arusha**
- g. **Mwanza:** 1. **Family Fitness. iliyopo Ghana, Mwanza,** 2. **Masters Fitness - Karibu na Uhamiaji, Karibu na Hoteli ya Tilapia, Mwanza**
- h. **Na vile vile katika ukumbi wa Kilimanjaro, Ubungo Plaza, Dar es Salaam tarehe 22 Oktoba 2021 saa 7 asubuhi kamili.**

UFAULU:

1. Shindano hili liko wazi kwa WANAMICHEZO WOTE NA WANARIADHA WENYE TAALUMA wa Taifa la Tanzania.
2. Umri unaohitajika ni kuanzia miaka 18 hadi miaka 65.
3. Mshiriki anapaswa kufahamu vyema pozi (**migandisho**) inayohitajika kwa ajili ya mashindano.
4. Mshiriki anahitaji kuondoa uamuzi wa kabla ya kuingia kwenye shindano la mwisho.
5. Mr. Tanzania mjenga misuli ya muili anapaswa kuwa na zaidi ya miaka 18.
6. Kuna aina tatu kulingana na uzito katika kitengo cha Mr. Tanzania.
7. Kila mshiriki ataingia tu katika kitengo **Kimoja**.



TANZANIA BODYBUILDING FEDERATION

BLOCK C, PLOT NO.6, SINZA MAKABURINI DAR ES SALAAM, TANZANIA

WEBSITE: www.tzbbf.org | EMAIL: info@tzbbf.org | MOBILE: +255 753559833

DARAJA LA UZITO:

Mjenzi wa Mwili wa Wanaume: Uzito wa wastani. 55Kg - 69Kg | Uzito wa kati. 70Kg - 80Kg | Uzito wa juu. Zaidi ya 80Kg.

TUZO:

- Mshindi wa 1 atachaguliwa kutokana na aina 3 zote za uzani Tsh. 5m
- Mshindi wa 2 atachaguliwa kutokana na aina 3 zote za uzani Tsh. 3m
- Mshindi wa 3 atachaguliwa kutokana na aina zote 3 za uzani Tsh. 1m
- Zawadi za fajara zitatolewa kwa wahiriki wote.
- Vikombe kwa washindi 3
- Medali na Cheti kwa kila mshindi
- Medali na Cheti cha Ushiriki kwa washiriki wote.

Kwa maelezo na habari zaidi. Tafadhali tembelea tovuti yetu www.tzbbf.org

KIWANGO CHA POZI: Utaratibu wa migandisho hautakuwa zaidi ya sekunde 60 kwenye onyesho la Fainali.

VI-VAZI VYA MASHINDANO: Vi-vazi vya mashindano vinaweza kuwa na rangi an'gavu au rangi mchanganyiko.

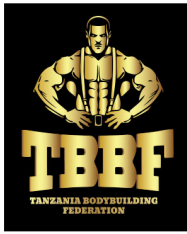
Mahitaji:

Orodha ya Mavazi inayohitajika kwa washindani kwa ajili ya kuleta kwenye mashindano:

- Suti moja iwe maridadi.
- Suaruali ya jeans iwe ya (Bluu au Nyeusi)
- Cha kuvalia kwa juu singilendi (kata mikono, ikiwezekana ya rangi nyeusi iliyotolewa na Mratibu)
- Vi-vazi vya migandisho (viwe na rangi za kukoza)

ALAMA ZA BODI/ALAMA ZA VIGEZO KWA WASHINDANI WA MR. TANZANIA

1.	Mbele na nyuma Biceps Double	10%
2.	Kifua Kushoto na Kulia	10%
3.	Zamu ya robo na biceps ya upande	10%
4.	Mbele Lat Kuenea	10%
5.	Kuenea kwa nyuma kwa	10%
6.	Flex ya tumbo na miguu	10%
7.	Misuli ya zaidi	10%
8.	Suti	10%
9.	Swali la Mwisho	20%



TANZANIA BODYBUILDING FEDERATION

BLOCK C, PLOT NO.6, SINZA MAKABURINI DAR ES SALAAM, TANZANIA

Jumla ya

100%

WEBSITE: www.tzbbf.org | EMAIL: info@tzbbf.org | MOBILE: +255 753559833

Ratiba ya Tukio

Mr. Tanzania 2021

Tarehe: Ijumaa, Oktoba 22, 2021

Mahali: Ukumbi wa Kilimanjaro, Ubungo Plaza, Ubungo - Dar es Salaam.

WAKATI	TUKIO
7:00 hr to 09:30 hr	Usajili - Ukumbi: Hoteli
10:00 hr to 11:00 hr	kabla ya Kuamua
12:00 hr to 14:00 hr	kabla ya Kuamua
14.00 hr to 14:30 hr	Mlo wa mchana - Ukumbini: Hoteli
18:00 hr to 23:00 hr	Fainali kuu

CAMERAS VIDEO USAGE RULES:

1. Hakuna upigaji picha wa kitaalam, video au miradi maalum inayoruhusiwa..
2. Hakuna kuomba kwa huduma ya picha au video inaruhusiwa kwenye eneo hilo.
3. Hakuna picha zitakazoruhusiwa kupigwa katika eneo la "maonesho"
Isipokuwa kwa yote hapo juu yanaweza tu kuondolewa na Pilipili Ent. Uzalishaji

Mr. Tanzania 2021 Kwa Udhamini mkubwa wa:

