



J-M.B's luxury **power-food's**®

Expert diplômé en alimentation sportive - Nutritionniste diplômé - Coach diplômé

Chères athlètes,

Power-Food's J-M.B® (Jean-Marie BERMER), organise le **Samedi le 20 Avril 2019** au Grand-Duché du Luxembourg à Differdange au Centre Sportif, avenue du Parc des Sports à L-4671 Obercorn le **5ième Championnat International de Luxembourg** et le

<< J-M.B® OPEN >>

de Fitness- Figure et Body-Building pour hommes et femmes en collaboration avec la NAC Luxembourg- NAC Belgique- NAC Allemagne- NAC France- NAC Nederland .

Le J-M.B® OPEN sera ouvert à toutes fédérations et tout athlètes (titrés) sans licence et sera doté de récompenses en espèces d'un total de 3600 € !!!

Le règlement pour la participation au Championnat International - Luxembourg et la qualification pour le Championnat du Monde :

Pour participer au championnat international du Luxembourg et la qualification pour le championnat du Monde, les athlètes doivent être affiliés à la fédération NAC de leur Pays résidentiel et payer les frais d'inscriptions de **35 €** par athlète.

Ils doivent également être en possession de la licence NAC le jour de l'inscription. Pour ceux qui ne sont pas encore en possession d'une licence NAC, les athlètes ont la possibilité d'en acquérir une sur place pour le prix de **60 €** par année. Ce qui permet aux athlètes de concourir à tous les événements NAC National et International pour la durée d'inscription !

Seul les 2 premiers athlètes au classement de chaque catégorie de la **NAC Luxembourg** et **NAC Belgique** seront automatiquement qualifiés pour le Championnat du Monde qui se déroulera du 24-26mai 2019 à Pologne (Warschau) , et peuvent également participer au **J-M.B® OPEN** le soir avec récompenses.

Catégories du Championnat International de Luxembourg :

Master over 60

Master over 50

Master over 40

Junior -23ans

Miss Shape over 30

Miss Shape

Men's Physique -1,75 m

Men's Physique +1,75 m

Miss Figure over 40

Miss Figure

Mr Athletic -1,75 m

Mr Athletic over 1,75 m

Miss Body

Body 3 -1,72 m

Body 2 over 1,72 m – 1,79 m

Body 1 over 1,79 m

Couple

Overall (femmes et hommes)

Best-Posing (prix)

Les critères pour Miss Figure jusqu'à et plus 40 :

Taille – 100 x 90 % = le poids maximal de compétition

Exemple : Taille 1,60 égal 160 – 100 x 0,90 = 54 kg

Les critères pour Men's Physique :

Le port d'un bermuda est obligatoire.

Le poids maximal autorisé de l'athlète se calcul comme suit : La taille (en cm) moins 100.

Exemple : 170 cm – 100 = 70 kg maximal

Les critères pour Mr Athletic :

Le poids maximal autorisé de l'athlète se calcul de la façon suivant.

jusqu'a 1,70 m : + 2 kg maximal

de 1,71 m jusqu'a 1,80 m : + 3 kg maximal

au dessus de 1,80 m : + 4 kg maximal

Les inscriptions et la pesée :

Les inscriptions et la pesée auront lieu au Centre Sportif, avenue du Parc des Sports L-4671 Obercorn (Differdange) au sous sol. Pour des raisons d'organisation le temps des inscriptions de toutes les catégories est limité entre **09:00h à 12:00h**.

Le Championnat International de Luxembourg débutera à **14.00h** en suivant l'ordre des catégories indiquer le jour même. Les athlètes de la catégorie : Figure- Athlétique- Master- Body- Miss Body et Couple ont le droit de présenter leur posing (mais ne sont pas obligé) pendant **une minute !**

Dans ce cas, chaque athlète doit se présenter avec son propre CD ou clé usb comportant **OBLIGATOIREMENT** qu'un seul enregistrement pour leur posing (pas de cassette, ni de mp3 ou autre format numérique sera accepté). Un seul coach par athlète sera autorisé à l'inscription et au backstage en payant une entrée de **25 € !**

ATTENTION : best-posing prix doté de 100€, plus Trophée !

Le règlement du J-M.B® OPEN :

Le **J-M.B® OPEN** sera ouvert à toute fédération et tous athlètes (à condition titrés) sans licence et sera doté de récompenses en espèces d'un total de **3600 €**. Pour la participation du **J-M.B® OPEN** les frais d'inscriptions s'élèvent à **35 €** par athlète.

ATTENTION : les participants du **championnat du Luxembourg** de l'après-midi, seul les **2 premiers athlètes** du classement de chaque catégorie on le droit de participer le soir au **J-M.B® OPEN !!!**

Les classes du J-M.B® OPEN

| | |
|----------------|-------------------------------|
| Miss Shape | jusqu'a 30 et plus 30 ans |
| Miss Figure | jusqu'a 40 et plus 40 ans |
| Men's Physique | jusqu'a 1,75 m et plus 1,75 m |
| Mr Athletic | jusqu'a 1,75 m et plus 1,75 m |
| Master | de 40 - 50 - 60 ans |
| Body | III et II et I |

Récompenses des différentes catégories du J-M.B® OPEN :

| | |
|----------------|--------|
| Miss Shape | 400 € |
| Miss Figure | 400 € |
| Men's Physique | 400 € |
| Mr Athletic | 600 € |
| Master | 800 € |
| Body | 1000 € |

Les inscriptions et la pesée :

Les inscriptions et la pesée auront lieu au Centre Sportif, avenue du Parc des Sports L-4671 Obercorn (Differdange) au sous sol. Pour des raisons d'organisation le temps des inscriptions de toutes les catégories est limité entre **09:00h à 12:00h**.

Le **J-M.B® OPEN** débutera après le Championnat International NAC du Luxembourg en suivant l'ordre des catégories indiquer le jour même. Les trois premiers athlètes du classement sont obligés de présenter leur posing pendant une minute ! Chaque athlète doit se présenter avec son propre CD ou clé usb comportant **OBLIGATOIREMENT** qu'un seul enregistrement pour leur posing (pas de cassette, ni de mp3 ou autre format numérique sera accepté).

Un seul coach par athlète sera autorisé à l'inscription, en payant une entrée de **25 €** !

Remarques générale :

L'ensemble des concurrents ne pourront pas concourir dans deux catégories différentes.

Exemple : Master et Men's Physique, Master et Mr Athlétique, Men's Physique et Mr Athlétique, Master et Body ou Shape et Miss-Figure, Miss-Figure et Miss-Body....

Attention : Il est strictement interdit aux athlètes de se promener en torse nu, en slip de posing ou en bikini dans le hall et en public !!!

Il est strictement interdit aux athlètes de ramener la famille, les enfants, des amis ou autres personnes non participant dans le backstage. Le backstage est exclusivement pour les athlètes et leur coach !

Temps de Posing musical :

Uniquement pour les catégories :

| | |
|--|--------------|
| Miss Figure- Miss Body- Mr Athlétique- Master- Body- Miss Body | 1 minute. |
| Couple | 1,30 minute. |

Possibilité de logement :

Hotel Gulliver, 58 rue Nicolas Meyers L-4918 Bascharage
site internet : www.gulliver.lu email : info@gulliver.lu

Les réservations des chambres d'hotel se feront par e-mail info@gulliver.lu par le lien (J-M.B® OPEN), ou par téléphone au numéro: 00352/ 50 44 551

Billets d'entrée :

Le prix du billet d'entrée est fixé à **25 €** sur place et **20 €** à la prévente.

Porte ouverte au public à partir de 13.00h !!

Informations, inscriptions, réservations et vente de billets au www.jmbopen.com

ou chez :

Power-Food's J-M.B® 25a, rue Principale L-8376 Kahler (Luxembourg) Tél: 00352/26 50 33 77

Bermer Jean-Marie: 00352/ 691 409 901 email: jmb@powerfoodsymb.com

Hoyler Harald: 0049/ 171 411 81 30 email: nord@nac-germany.de

Kau Dirk: 0049/ 171 881 14 45 email: info@nac-germany.de

Aussems Yves: 0049/ 173 186 39 31 email: nac.belgium.body@gmail.com

Gauthier Michel: 0033/ 6 89 55 01 47 email: a-c-f.president@laposte.net

Important :Tous les athlètes allemand sont obliqué de s'inscrire également a la NAC-Germany sur : www.nac-germany.de

CATERING :

Restauration sur place **de la maison Steffen** pendant toute la journée des grillades, menus, boissons etc vous seront servis. Sur notre stand de **Power-Food's J-M.B®** vous trouverez des compléments alimentaires, des boissons sportives, des habits de sport et loisirs et des accessoires de fitness posing etc...

Power-Food's J-M.B® 25a, rue Principale L-8376 Kahler (Luxembourg) remercie tous les athlètes pour leur soutien sportif et leur fair-play.

Salutations sportives

Jean-Marie Bermer