



INBA European Championships 2023 in Germany

13.- 15.10.2023

Athleteninformationen

Örtlichkeit

Stadthalle Germersheim

Tournuser Platz 3

76726 Germersheim

Deutschland

Anmeldung

- ❖ Für die INBA European Championships sind **keine** Athleten zugelassen, die innerhalb der vergangenen 24 Monate als PNBA Pro gestartet sind.
- ❖ Die Anmeldung zur Meisterschaft erfolgt über www.zbodyfit.com
- ❖ Sofern euer Land nicht mit zbodyfit arbeitet, so registriert euch bitte bei zbodyfit unter „Deutschland GNBf“. Dann werdet ihr freigeschaltet und könnt euch bei der Meisterschaft anmelden. Im Anschluss an die Prüfung Eurer internationalen Verbandsmitgliedschaft und entsprechend einer aktiven Mitgliedschaft in eurem Landesverband werdet ihr freigeschaltet und könnt euch bei der Meisterschaft anmelden. Solltet ihr für ein Land starten, welches nicht über einen INBA-Partnerverband verfügt, ist die Mitgliedschaft bei der GNBf (siehe www.gnbf.de „Jetzt Mitglied werden“) die Voraussetzung für die Freischaltung Eures ZBody-Fit-Accounts.

- ❖ Das Hochladen einer möglichen Kür erfolgt ebenfalls zwingend über oben genannte Website.
- ❖ Für die Teilnahme an der Meisterschaft müsst ihr sowohl Mitglied bei der GNBF e.V., beziehungsweise eures entsprechenden INBA-Landesverbandes, als auch bei INBA Elite-Tour sein (<https://naturalbodybuilding.eu/elite-tour-membership>)
- ❖ Startgebühren für die Teilnahme am Wettkampf:
 - Erste Kategorie: 125 €
 - Zweite Kategorie: 85 €
 - Jede weitere Kategorie: 65 €
 - Physically Challenged: 65 €
 - Fitness Kids: 65 €
 - Betreuerpass: 45 €
 - Anti-Doping Gebühr: 30 €
- ❖ Die Gebühren werden beim Einschreiben in bar und Euro (€) entrichtet.
- ❖ Folgende Männer-Kategorien werden Angeboten:
 - Men's Bodybuilding Novice (keine Top 3 Platzierung in einem Bodybuilding-Verband, egal welcher)
 - Men's Bodybuilding Teen (13-19 Jahre)
 - Men's Bodybuilding Junior (20-23 Jahre)
 - Men's Bodybuilding Junior Masters (35-39 Jahre)
 - Men's Bodybuilding Masters (40-49 Jahre)
 - Men's Bodybuilding Grand Masters (50-59 Jahre)
 - Men's Bodybuilding Ultra Masters (über 60 Jahre)
 - Men's Bodybuilding Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Men's Physique Teen (13-19 Jahre)
 - Men's Physique Junior (20-23 Jahre)
 - Men's Physique Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Men's Physique Junior Masters (35-39 Jahre)
 - Men's Physique Masters (über 40 Jahre)
 - Men's Classic Physique Teen (13-19 Jahre)
 - Men's Classic Physique Junior (20-23 Jahre)
 - Men's Classic Physique Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Men's Athletik Junior (20-23 Jahre)
 - Men's Athletik Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Men's Physically challenged
- ❖ Folgende Frauen-Kategorien werden angeboten:
 - Women's Bikini Divas Novice (keine Top 3 Platzierung in einem Bodybuilding-Verband, egal welcher)
 - Women's Bikini Divas Teen (13-19 Jahre)
 - Women's Bikini Divas Junior (20-23 Jahre)
 - Women's Bikini Divas Open (unterteilt in Klassen nach Größe)
 - Women's Bikini Divas Junior Masters (35-39 Jahre)
 - Women's Bikini Divas Masters (40 - 49 Jahre)
 - Women's Bikini Divas Grand Masters (ab 50 Jahre)
 - Women's Bikini Mamas
 - Women's Sport Model Open
 - Women's Figure Teen (13-19 Jahre)
 - Women's Figure Junior (20-23 Jahre)

- Women's Figure Open (unterteilt in Klassen nach Größe)
 - Women's Figure Junior Masters (35-39 Jahre)
 - Women's Figure Masters (ab 40 Jahre)
 - Women's Physique Junior (20-23 Jahre)
 - Women's Physique Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Women's Bodybuilding Junior (20-23 Jahre)
 - Women's Bodybuilding Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Women's Angels Open
 - Women's Wellness Open
 - Women's Physically challenged
- ❖ Weitere Kategorien:
- Mixed Pairs
 - Fitness Kids
- ❖ Die Teilnehmerzahl der einzelnen Klassen innerhalb einer Kategorie ist auf maximal 18 Athleten begrenzt.
Hypothetisches Beispiel: Es melden sich insgesamt 108 Teilnehmer für die Kategorie Men Bodybuilding Open an. Pro Klasse sind maximal 18 Athleten auf der Bühne, entspricht 6 Klassen für diese Kategorie. Es gibt keine Teilnahmebeschränkung bezüglich der Athletenanzahl innerhalb einer Kategorie!
- ❖ Die Wertungskriterien der Klassen bitte genau lesen und bei der Anmeldung beachten (<https://naturalbodybuilding.com/categories> und <https://naturalbodybuilding.eu/2019/09/16/mens-athletic>)
- ❖ In der Kategorie Bodybuilding dürfen die Finalisten und Finalistinnen freiwillig eine Kür von maximal 90 Sekunden Dauer vorführen.
- ❖ Nach dem Anmeldeschluss ist ein Klassenwechsel leider nicht mehr möglich.
- ❖ Der Anmeldeschluss für die Meisterschaft ist am Freitag, den 07.10.2023, also eine Woche vor dem Einschreiben.

Einschreiben

- ❖ Das Einschreiben erfolgt am **13.10.2023 von 13:00 – 19:00** Uhr in der Stadthalle Germersheim.
- ❖ Beim Einschreiben werden die Athleten und Athletinnen gewogen (bis auf Unterwäsche unbekleidet) und gemessen, die Startnummern werden vergeben, alle Gebühren werden entrichtet und die Einlassbänder werden verteilt.
- ❖ Die anfallenden Gebühren sind mit Bargeld und in Euro (€) zu entrichten.
- ❖ Je Athlet oder Athletin ist eine Begleitperson (Betreuer, Coach, Trainer oder Partner) zugelassen.
- ❖ **Bitte erscheint rechtzeitig! Wenn ihr nicht zum Einschreiben erscheint, dürft ihr leider nicht an der Meisterschaft teilnehmen.**
- ❖ Die finale Einteilung der Klassen erfolgt erst nach Beendigung des Einschreibens. Diese Einteilung wird gegen 21 Uhr in der WhatsApp-Gruppe „GNBF Meisterschaften 2023“ (<https://chat.whatsapp.com/Hlsg4nUBTkHFUIr2SYcUX>) und auf der GNBF-Homepage (www.gnbf.net) veröffentlicht.
- ❖ Der persönliche QR-Code aus dem eigenen Profil von www.zbodyfit.com ist bitte ausgedruckt oder mittels Handy vorzulegen. Dieser kann nach Anmeldung als Reiter beim Namen unter „my QR code“ abgerufen werden.

- ❖ Startnummern werden in doppelter Ausführung vergeben und gelten auch für Mehrfachstarts in verschiedenen Klassen.
- ❖ Ihr benötigt einen gültigen Bundespersonalausweis oder Reisepass
- ❖ Euer Posingoutfit wird auf Regelkonformität geprüft, daher bitte zum Einschreiben mitbringen
- ❖ Sofern eure Klasse eine Posingkür zulässt und ihr eine Kür vorführen möchtet, bringt die dazugehörige Musik bitte vorsichtshalber auf einem USB-Stick in mp3-Format mit. Sofern der Upload auf zbodyfit nicht erfolgreich war, kann die Musik im Ausnahmefall noch hochgeladen werden.
- ❖ Nach Beendigung des Einschreibens, um 19:30 Uhr, sind alle deutschen Athleten und Athletinnen herzlich eingeladen, um für ein gemeinsames Foto auf der Bühne zusammenzukommen.

Wettkampf

- ❖ Der Zugang zur Halle ist für Athleten und Athletinnen Samstag und Sonntag zwei Stunden vor Wettkampfbeginn möglich.
- ❖ Zuschauer dürfen die Halle eine Stunde vor Wettkampfbeginn betreten.
- ❖ Ein zeitlicher Ablaufplan wird auf der GNBF-Homepage und in der WhatsApp-Gruppe „GNBF Meisterschaften 2023“ veröffentlicht. Der Ablaufplan wird auch im Eingangsbereich der Halle ausgehängt sein.
- ❖ Mit dem Einlassband haben Athleten und Athletinnen an beiden Tagen freien Zugang zur Halle.
- ❖ Mit dem Einlassband haben Begleitpersonen an beiden Tagen ebenfalls freien Zugang zur Halle
- ❖ Das Einlassband der Athleten und Athletinnen gilt jedoch nur am entsprechenden Wettkampftag für den Backstage-Bereich.
- ❖ Begleitpersonen können mit ihrem Einlassband an beiden Tagen den Backstage-Bereich aufsuchen.
- ❖ Bitte behaltet das Einlassband am Handgelenk (auch beim Tanning und auf der Bühne). Entfernte Einlassbänder verlieren ihre Gültigkeit. Dies gilt gleichermaßen für eure Betreuungsperson.
- ❖ Bitte sucht den Backstage- und Athleten-Bereich erst in angemessener und ausreichender zeitlicher Nähe zu eurer Klasse auf.
- ❖ Das Backstage-Team wird euch in ausreichender zeitlicher Nähe zu eurem Klassenstart aufrufen.
- ❖ Der Aufruf erfolgt über eure Startnummer. Diese solltet ihr demnach kennen.
- ❖ Die Startnummern werden vorne links und hinten rechts an eurem Posingoutfit befestigt.
- ❖ Bitte sorgt dafür, dass ihr die Aufrufe auch wahrnehmt.
- ❖ Sofern ihr eure Klasse gewinnt, haltet euch für das Gesamtsiegerstechen (Overall-Winner) der Kategorie bitte im Backstage-Bereich auf.
- ❖ Ist euer Bühnenauftritt beendet, so bitten wir euch, den Backstage-Bereich zu räumen. Ihr könnt euch im Foyer und Saal bis zum Ende der Veranstaltung aufhalten.
- ❖ Bitte tragt im Saal Bekleidung, die einen Großteil eures Körpers bedeckt, damit ihr keine Tanning-Spuren an Inventar und Wänden hinterlasst.
- ❖ Freie Stühle dürfen selbstverständlich genutzt werden. Zuschauer haben jedoch Vorrang.
- ❖ Der Wettkampfverlauf und zeitliche Verzögerungen werden in der WhatsApp-Gruppe „GNBF Meisterschaften 2023“ geteilt.
- ❖ Abgetrennte Bereiche dürfen auch von Athleten und Athletinnen nicht betreten werden.

- ❖ Trainings- und Aufwärmeequipment wird nicht zur Verfügung gestellt.

Tanning-Service

- ❖ Bei der Meisterschaft ist der Tanning-Service von Pro Tan verpflichtend und sinnvollerweise im Vorfeld zu buchen (<https://protan-europe.com/book-your-tan/404?!=de>)
- ❖ Es ist **kein** eigenes Tanning erlaubt!
- ❖ Auf Terminvergabe hat die GNBf e.V. keinen Einfluss.
- ❖ Bei Fragen kontaktiert bitte direkt Pro Tan Europe (contact@protan-europe.com).
- ❖ Pro Tan bietet auch einen Make-Up und Hairstyling-Service an (<https://www.protan-europe.com>)
- ❖ Pro Tan ist auch beim Einschreiben vor Ort.
- ❖ Der Tanning-Service ist im Backstage-Bereich aufgebaut.

Anti-Doping

- ❖ Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der GQS GmbH (<https://gqs-antidoping.de/en/home/>) werden sowohl während des Wettkampfes als auch während des Einschreibens anwesend sein und das Einhalten der Anti-Doping-Regularien mittels Sichtungen und Dopingtests überprüfen.
- ❖ Sofern von euch ein Dopingtest verlangt wird, sind den Anweisungen der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von GQS unbedingt Folge zu leisten.
- ❖ Sofern ihr nach der Beendigung eurer Klasse für einen Dopingtest ausgewählt wurdet, begleitet euch ein sogenannter Chaperon bis zur Abgabe des Dopingtests unentwegt.
- ❖ Bitte plant vor allem im Nachgang des Wettkampfes ausreichend Zeit für die Abgabe des Dopingtests ein. Ein nicht wahrgenommener Dopingtest gilt als verweigerter Dopingtest und führt zur Disqualifizierung.
- ❖ Für die Teilnahme am Wettkampf gelten die Anti-Doping Regeln der INBA (<https://naturalbodybuilding.com/banned-substances>) sowie die Liste der verbotenen Substanzen der WADA (https://www.wada-ama.org/sites/default/files/resources/files/2022list_final_en.pdf).

Tickets

- ❖ Der Ticketverkauf für Zuschauer erfolgt integriert über die GNBf-Homepage.
- ❖ Tickets für den moderierten Livestream können unter folgendem Link erworben werden: <https://solidsport.com/gnbf-live>

Qualifikationen

- ❖ Ihr könnt bei der Meisterschaft eine PNBA (Professional Bodybuilding Association) Pro Card gewinnen. Die genauen Regularien dafür findet ihr auf folgender Website: <https://naturalbodybuilding.com/pnba-elite-qualification/>
- ❖ Der Gesamtsieger der Männer-Athletik gewinnt erstmalig ebenfalls eine Pro-Card der PNBA.
- ❖ Die besten drei Athleten oder Athletinnen einer Klasse können sich für den INBA Natural Olympia (09.11.23 – 12.11.23 in Las Vegas USA) qualifizieren. Die Platzierung gilt für das Jahr, in welchem die Platzierung erreicht wurde und für das Folgejahr (<https://naturalbodybuilding.com/natural-olympia-qualification/>).

Fotos

- ❖ Die offiziellen Bühnenfotos fertigt Thomas Schwarz von Body Captures an (<https://www.pictrs.com/bodycaptures?l=de>)
- ❖ Studio-Backstage-Fotos werden durch Mephisto Art Photography angefertigt und können im Nachgang in diversen Paketen erworben werden (info@mephisto-art.com). Mephisto Art wird auch beim Einschreiben anwesend sein.

Anreise

- ❖ In der Nähe der Germersheimer Stadthalle liegen die Flughäfen Frankfurt (116km), Mannheim (50km) und Stuttgart (111km).
- ❖ Germersheim verfügt über folgende Bahnstationen: Germersheim Bahnhof (2,2km zur Stadthalle; S1, S2, S3, S4, S33, 572, 595, 599), Germersheim Mitte/Rhein (900m zur Stadthalle; S1, S2, S3, S4, S33), Germersheim Süd/Nolte (1,7km zur Stadthalle; S51, S52)
- ❖ Verbindungen findet ihr hier: <https://www.google.de/maps/> und [DB Fahrplan, Auskunft, Tickets, informieren und buchen - Deutsche Bahn](#)

Unterkunft

- ❖ Unterkünfte findet ihr über die bekannten Websites, wie zum Beispiel: booking.com oder trivago.de.
- ❖ Bisher verfügt die GNBF über kein Partnerhotel oder Partnerunterkünfte. Sofern es hier Änderungen gibt, werdet ihr via Newsletter oder über die Homepage informiert.

Sonstiges

- ❖ Im Foyer ist ein GNBF-Merchandise-Stand aufgebaut.
- ❖ Weitere Aussteller befinden sich ebenfalls im Foyer.

Kontakte

- ❖ Lars Mehles (GNBF Wettkampf-Organisation): wk-orga@gnbf.de
- ❖ Franziska Rehagel (GNBF Wettkampf-Organisation): wk-orga@gnbf.de
- ❖ Christian Kellenberger (PNBA & Internationale Meisterschaften): international@gnbf.de
- ❖ Daniel Gildner (Headjudge): jury@gnbf.de
- ❖ Diana Kakos (PNBA Pro Cards): diana@naturalbodybuilding.com
- ❖ Thomas Keller (Presse & Medien): media@gnbf.de
- ❖ Berend Breitenstein (GNBF e.V. Präsident): berend@gnbf.de



Ablaufplan

Samstag, den 14.10.2023

Voraussichtlicher Beginn: 09:00 Uhr

PNBA

PNBA Women's Physique Open Pro

PNBA Women's Figure Open Pro

PNBA Women's Bikini Divas Open Pro

PNBA Men's Physique Open Pro

PNBA Men's Classic Physique Open Pro

PNBA Men's Bodybuilding Pro Masters

PNBA Men's Bodybuilding Open Pro

INBA

Fitness Kids

Men's Athletik Junior

Men's Athletik Open

Men's Classic Physique Teen

Men's Classic Physique Junior

Men's Classic Physique Open

Women's Physique Junior

Women's Physique Open

Women's Bodybuilding Junior

Women's Bodybuilding Open

Mixed Pairs

Women's Physically Challenged

Men's Physically Challenged

Men's Bodybuilding Novice

Men's Bodybuilding Teen

Men's Bodybuilding Junior

Men's Bodybuilding Junior Masters

Men's Bodybuilding Masters

Men's Bodybuilding Grand Masters

Men's Bodybuilding Ultra Masters

Men's Bodybuilding Open

Sonntag, den 15.10.2023

Voraussichtlicher Beginn: 09:00 Uhr

INBA

Women's Bikini Mamas

Women's Sport Model Open

Women's Angels Open

Women's Wellness Open

Women's Figure Teen

Women's Figure Junior

Women's Figure Junior Masters

Women's Figure Masters

Women's Figure Open

Men's Physique Teen

Men's Physique Junior

Men's Physique Junior Masters

Men's Physique Masters

Men's Physique Open

Women's Bikini Divas Novice

Women's Bikini Divas Teen

Women's Bikini Divas Junior

Women's Bikini Divas Junior Masters

Women's Bikini Divas Masters

Women's Bikini Divas Grand Masters

Women's Bikini Divas Open