



8th GNBF International German Championships 2024

Natural Bodybuilding

03.- 04.05.2024

Athleteninformationen

Örtlichkeit

Stadthalle Walsrode

Robert-Koch-Straße 1

29664 Walsrode

Deutschland

Anmeldung

- ❖ Die GNBF International German Championships sind ein Amateur-Wettkampf.
- ❖ In Übereinstimmung mit dem Regelwerk der INBA – dem internationalen Partnerverband der GNBF e. V. – sind für die GNBF e. V. internationale Deutsche Meisterschaft alle Athleten jeglicher Nationalität teilnahmeberechtigt.
- ❖ In den einzelnen Kategorien der GNBF International German Championships sind **keine** Athleten und Athletinnen zugelassen, die innerhalb der vergangenen 24 Monate als PNBA Pro in der entsprechenden Kategorie gestartet sind.
 - Beispiel: Ein Athlet, der innerhalb der vergangenen 24 Monate bei einer PNBA Pro Meisterschaft in der Kategorie Men's Classic Physique gestartet ist, darf bei den GNBF International Newcomer Championships nicht in der Kategorie Men's Classic Physique starten. Ein Start in der Kategorie Men's Bodybuilding ist jedoch möglich.
- ❖ Bei den GNBF International German Championships gibt es bezüglich der Nationalität der Athleten und Athletinnen **keine** Einschränkungen.
- ❖ Die Anmeldung zur Meisterschaft erfolgt über www.zbodyfit.com

- ❖ Sofern der Verband eures Landes 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.
- ❖ Sofern euer Land durch einen INBA-Landesverband repräsentiert wird, **müsst** ihr in diesem Verband Mitglied sein. Eine GNBf-Mitgliedschaft ist nur dann möglich und nötig, wenn euer Land **nicht** durch einen INBA-Landesverband repräsentiert wird.
- ❖ Das Hochladen einer möglichen Kür erfolgt ebenfalls zwingend über oben genannte Website.
- ❖ Startgebühren für die Teilnahme am Wettkampf:
 - Erste Kategorie: 125 €
 - Zweite Kategorie: 75 €
 - Jede weitere Kategorie: 55 €
 - Betreuerpass: 50 €
 - Anti-Doping Gebühr: 30 €
- ❖ Die **Gebühren** werden nach *Registrierung zu der Meisterschaft* **und** *erfolgter Rechnungsstellung* mit einer 10-tägigen Frist im **Voraus** fällig.
- ❖ Die Bezahlung hat via Überweisung auf das Vereinskonto der GNBf zu erfolgen: **Hamburger Sparkasse – IBAN: DE68 2005 0550 1043 2427 32 – BIC: HASPDEHHXXX**
- ❖ Sofern die Gebühren nicht innerhalb der vorgesehenen Frist beglichen werden, wird eure Anmeldung **storniert** und der für euch reservierte Platz wird für andere Athleten und Athletinnen **freigegeben**.
- ❖ Aufgrund der **limitierten Starterplätze** für die Meisterschaft bitte ich um Dein Verständnis, dass es keine Rückerstattung des Rechnungsbetrages gibt, falls Du nicht zum Einschreiben für den Wettkampf erscheinen kannst. Einzige Ausnahme: Bei Vorlage eines ärztlichen Attests, welches Dir bescheinigt, dass die Wettkampfteilnahme für Dich aus gesundheitlichen Gründen nicht möglich ist, bekommst Du den Rechnungsbetrag zurücküberwiesen.
- ❖ Sofern Du mehrfach startest, kannst Du beim Einschreiben Deinen Start in einzelnen Kategorien und Klassen zwar **absagen**, bekommst aber **keine Rückerstattung** Deiner Startgebühr.
- ❖ Der Betreuerpass kann **ausschließlich** vor Ort in **bar** erworben werden.
- ❖ Folgende Männer-Kategorien werden Angeboten:
 - Men’s Bodybuilding Teen (13-19 Jahre)
 - Men’s Bodybuilding Junior (20-23 Jahre)
 - Men’s Bodybuilding Masters (40-49 Jahre)
 - Men’s Bodybuilding Grand Masters (ab 50 Jahren)
 - Men’s Bodybuilding Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - Men’s Physique Junior (bis 23 Jahre)
 - Men’s Physique Open (unterteilt in Klassen nach Körpergröße)
 - 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 Open
- ❖ Folgende Frauen-Kategorien werden angeboten:
 - Women’s Bikini Divas Junior (bis 23 Jahre)

- Women's Bikini Divas Masters (ab 40 Jahren)
 - Women's Bikini Divas Open (unterteilt in Klassen nach Größe)
 - Women's Sport Model Open
 - Women's Figure Open
 - Women's Physique Open
 - Women's Bodybuilding Open
 - Women's Wellness Open
- ❖ **Die Teilnehmerzahl der GNB International German Championships ist begrenzt.**
- ❖ Sind die jeweiligen Kategorien voll besetzt, ist keine weitere Anmeldung möglich.
- ❖ 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 folgenden Kategorien dürfen die **Finalisten und Finalistinnen** freiwillig eine Kür – welche nicht Bestandteil der Wertung ist – von maximal **60 Sekunden** Dauer vorführen:
- Men's Bodybuilding
 - Women's Bodybuilding
 - Women's Physique
- ❖ In der Kategorie Men's Classic Physique ist für die **Finalisten** eine Kür von maximal **90 Sekunden** Pflichtbestandteil und Teil der Wertung.
- ❖ In folgenden Kategorien dürfen die Finalisten und Finalistinnen einen I-Walk (**kein** T-Walk) zeigen:
- Women's Figure
 - Women's Bikini Divas
 - Women's Wellness
 - Women's Sport Model
 - Men's Physique
- Die benötigte Musik wird von der GNB zur Verfügung gestellt.
- ❖ Nach dem Anmeldeschluss ist ein Klassenwechsel leider nicht mehr möglich.
- ❖ Der **Anmeldeschluss** für die Meisterschaft ist am **Freitag, den 19.04.2024, 24:00 Uhr**.

Einschreiben

- ❖ Das Einschreiben erfolgt am **Freitag, den 03.05.2024 von 11:00 – 20:00** Uhr in der Stadthalle Walsrode.
- ❖ Beim Einschreiben werden die Athleten und Athletinnen gewogen (bis auf Unterwäsche unbedeckt) und gemessen, die Startnummern werden vergeben, alle Gebühren werden entrichtet und die Einlassbänder werden verteilt.
- ❖ Je Athlet oder Athletin ist **eine** Begleitperson (Betreuer, Coach, Trainer oder Partner) zugelassen. Der Betreuerpass kann **ausschließlich** zum Einschreiben und in **bar** erworben werden.
- ❖ **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 2024“ (<https://chat.whatsapp.com/Hlsg4nUBTkHFUlr2SYcUX>) und auf der GNB-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.

Wettkampf

- ❖ Die GNBFI International German Championships bestehen aus zwei Teilen, sodass die Halle in der Pause zwischen den Wettkämpfen komplett geräumt werden muss. Sofern Athleten und Athletinnen vormittags und nachmittags starten, dürfen diese selbstverständlich im Backstage-Bereich verbleiben.
- ❖ Der Zugang zum Backstage-Bereich ist für Athleten und Athletinnen zwei Stunden vor Wettkampfbeginn möglich.
- ❖ Zuschauer dürfen die Halle eine halbe Stunde vor Wettkampfbeginn betreten.
- ❖ Ein detaillierter Ablaufplan wird auf der GNBFI-Homepage und in der WhatsApp-Gruppe „GNBFI-Meisterschaften 2024“ veröffentlicht. Der Ablaufplan wird auch im Eingangsbereich der Halle ausgehängt sein.
- ❖ Mit dem Einlassband haben Athleten und Athletinnen zu Teil I und Teil II freien Zugang zur Halle.
- ❖ Mit dem Einlassband haben Begleitpersonen zu Teil I und Teil II ebenfalls freien Zugang zur Halle
- ❖ Das Einlassband der Athleten und Athletinnen gilt jedoch nur zu dem entsprechenden Teil für den Backstage-Bereich.
- ❖ Begleitpersonen können mit ihrem Einlassband zu Teil I und Teil II 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 von Athleten selbstverständlich genutzt werden. Zuschauer haben jedoch Vorrang.
- ❖ Der Wettkampfverlauf und Verzögerungen werden in der WhatsApp-Gruppe „GNBF-Meisterschaften 2024“ geteilt.
- ❖ Abgetrennte Bereiche dürfen auch von Athleten und Athletinnen nicht betreten werden.
- ❖ Trainings- und Aufwärmequipment wird zur Verfügung gestellt.

Tanning-Service

- ❖ Bei der Meisterschaft ist der Tanning-Service von Pro Tan vor Ort und bei Bedarf im Vorfeld zu buchen (<https://www.protan-europe.com/book-your-tan/477?!=> oder <https://www.protan-europe.com/book-your-tan/610?!=de>)
- ❖ Auf Terminvergabe hat die GNBF e.V. keinen Einfluss.
- ❖ Der Zeitplan für euer Tanning wird in der Woche vor dem Wettkampf erstellt und an euch versendet.
- ❖ 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.
- ❖ Der Service von Pro Tan ist **nicht** verpflichtend. Eigenständiges Tanning ist **erlaubt**.
- ❖ Jegliches Tanning führt zu starken Verschmutzungen am Inventar. Bitte achtet darauf, ungeschützte Bereich **nicht** zu berühren!

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.
- ❖ **Die für die Dopingtests vorgesehenen Räumlichkeiten dürfen nicht ohne Chaperone betreten werden!**
- ❖ Für die Teilnahme am Wettkampf gelten die Anti-Doping Regeln des GNBF e.V. sowie die Liste der verbotenen Substanzen der WADA (<https://www.wada-ama.org/en/resources/world-anti-doping-code-and-international-standards/prohibited-list>).

Tickets

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

Qualifikationen

- ❖ Ihr könnt bei der Meisterschaft eine PNBA (Professional Natural Bodybuilding Association) Pro Card gewinnen. Die genauen Regularien dafür findet ihr auf folgender Website:
<https://naturalbodybuilding.com/pnba-elite-qualification/>
- ❖ Für die Vergabe einer PNBA Pro Card an einen Klassensieger müssen mindestens 5 Teilnehmer in einer Kategorie antreten, in der kein Gesamtsieger ermittelt wird.
- ❖ Des Weiteren können der GNBf Präsident Herr Breitenstein und der INBA/ PNBA Präsident Herr Rigo in eigenem Ermessen PNBA Pro Cards vergeben.
- ❖ Für die Qualifikation zur INBA-Weltmeisterschaft benötigt ihr eine Finalplatzierung (Top 5) (<https://gnbf.net/teilnehmer/faq/>) in der Kategorie, in der ihr auch bei der WM starten möchtet.
- ❖ Für die Qualifikation zur INBA-Europameisterschaft benötigt ihr ebenfalls eine Finalplatzierung (Top 5) (<https://gnbf.net/teilnehmer/faq/>) in der Kategorie, in der ihr auch bei der EM starten möchtet.
- ❖ Für die Qualifikation zum Natural Olympia (Amateur Division) benötigt ihr eine Platzierung unter den ersten drei Athleten eurer Klasse. (<https://naturalbodybuilding.com/natural-olympia-qualification>, <https://gnbf.net/teilnehmer/faq/>)

Fotos

- ❖ Die offiziellen Bühnenfotos fertigt Thomas Schwarz von Body Captures an (<https://www.pictrs.com/bodycaptures?l=de>). Bühnenfotos können im Nachgang selbstverständlich bei Thomas erworben werden.
- ❖ Studio-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.

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.
- ❖ GNBf-Partnerstudio für diese Meisterschaft: Aktiv Fitnesstreff, Inhaber Kiro Feldmann, Am Wiethop 9 in 29683 Bad Fallingbostal (<http://www.aktiv-fitnesstreff.de/> und @aktiv_fitnesstreff_kiro).

Kontakte

- ❖ 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, Ansprechpartner zbodyfit): berend@gnbf.de



Time Schedule

Saturday, 4th May 2024

International German Championships Part I, 08:00 – 15:00 Uhr

Men's Athletic Open

Men's Physique Junior

Men's Physique Open

Women's Bikini Divas Junior

Women's Bikini Divas Masters

Women's Bikini Divas Open

Men's Classic Physique Teen

Men's Classic Physique Junior

Men's Classic Physique Open

International German Championships Part II, 16:00 – 23:20 Uhr

Women's Sport Model

Women's Wellness

Women's Figure

Women's Physique

Women's Bodybuilding

Men's Bodybuilding Teen

Men's Bodybuilding Junior

Men's Bodybuilding Masters

Men's Bodybuilding Grand Masters

Men's Bodybuilding Open