

LE 28 SEPTEMBRE 2019

UNE PRODUCTION DE HUGOGYM & SAMER ZEBIB IFBB PRO



Montréal

SUMMUM

Classic

- CLASSIC PHYSIQUE • CULTURISME
- PHYSIQUE • FIGURE • BIKINI • FITNESS

INSCRIPTIONS DÈS JUILLET AU SUMMUMCLASSIC.COM

CENTRE LEONARDO DA VINCI

8370 BL. LACORDAIRE, MONTRÉAL, QC H1R 3Y6

PRÉLIMINAIRES: 9H00 • FINAL: 17H00



HUGOGYM



TROUSSE DE L'ATHLÈTE

Trousse de l'athlète **MONTREAL SUMMUM CLASSIC**

Championnat Open
28 septembre prochain 2019

ENGLISH VERSION BELOW

BIENVENUE



Hugo Girard et Samer Zebib IFBB Pro vous souhaitent la bienvenue à la seconde édition du MONTREAL SUMMUM CLASSIC. Ce championnat régional, sanctionné par la CPA et la IFBB Pro League, est ouvert à tous les résidents et citoyens canadiens. Les athlètes qui termineront dans les trois premières positions de leur classe (à l'exception des classes "débutant(e)s") seront autorisés à s'inscrire à l'un ou l'autre des championnats Pro Qualifier open de la CPA qui auront lieu en 2019 et 2020.

ENDROIT

La seconde édition du MONTREAL SUMMUM CLASSIC aura lieu au Théâtre Mirella & Lino Saputo du CENTRE LEONARDO DA VINCI, situé au 8370 Boulevard Lacordaire, Montréal.



BILLETS

Procurez-vous vos billets en ligne en [cliquant ici](#).

Préliminaire (sélection de sièges)

40\$ + taxes et frais de services

Final (sélection de sièges)

40\$ + taxes et frais de services

Enfants de 12 ans et moins (sélection de sièges)

25\$ + taxes et frais de services

Billetterie de la salle : 514 955-8370

ÉLIGIBILITÉS & QUALIFICATIONS

Le championnat est ouvert à tous les athlètes canadiens [membres](#) de la *Canadian Physique Alliance*.

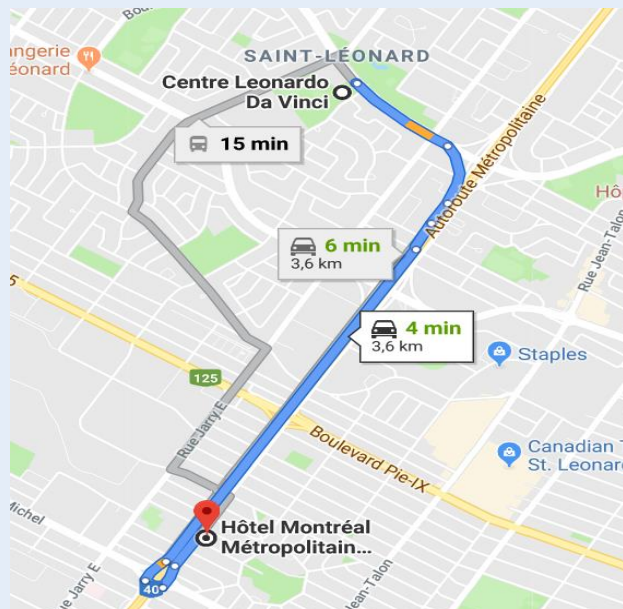
L'athlète qui obtiendra un Top 3 dans sa classe (à l'exception de la classe Débutant) sera de plus autorisé à s'inscrire aux Pro Qualifier open de 2019 et 2020.

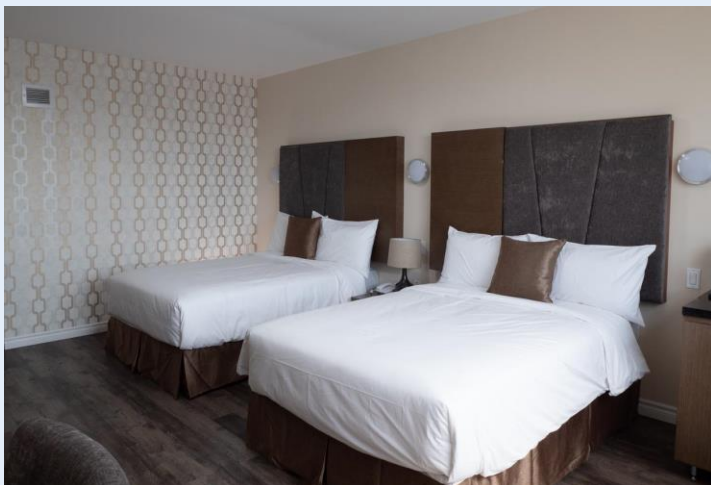
HOTEL OFFICIEL

Pour l'occasion, [l'HOTEL MONTREAL METROPOLITAIN](#) offre un tarif préférentiel à 139\$ (plus taxes). Ce prix inclus le petit déjeuner continental pour deux personnes.



L'Hôtel est situé au 3400 Boulevard Crémazie Est, Montréal, soit à 8 minutes en voiture du Centre Leonardo Da Vinci.





Réservez dès maintenant en composant l'un des numéros suivants : 514-750-2378 ou sans frais 1-833-331-2378 ou par courriel à rafik@hotelmetropolitain.com . Pour avoir accès au tarif préférentiel vous devez identifier le nom du groupe : MONTREAL SUMMUM CLASSIC. Vous pouvez également réserver en ligne en [cliquant ici](#).

PERSONNE CONTACT POUR L'ÉVÉNEMENT

Marie-Ève Delorme

Courriel : delormemarieeve@gmail.com

Jean-Jacques Dugas

Tél : 514-654-5170

Courriel : jjdugas2@videotron.ca

DEVENEZ MEMBRE DE LA CPA

L'athlète qui désire participer à la compétition, doit être membre en règle de la CPA. Si vous n'êtes pas membre vous pouvez faire votre demande d'adhésion en [cliquant ici](#). Le coût d'adhésion est de 125\$ (taxes incluses) par année. Le paiement se fait par carte de crédit au moment de soumettre votre demande et votre numéro vous sera transmis par retour de courriel. VOUS DEVEZ AVOIR VOTRE NUMÉRO EN MAIN pour ensuite faire votre préinscription en ligne.

PRÉINSCRIPTION EN LIGNE

L'ouverture de la préinscription en ligne se fera le **mercredi 3 juillet 2019**.

La date limite pour la préinscription en ligne sans frais de retard est le **mercredi 25 septembre 2019**.

- * *Il sera possible de remplir votre formulaire de préinscription après cette date, mais un frais d'inscription tardive de 50\$ s'ajoutera systématiquement à votre facture. Veuillez noter toutefois qu'aucune inscription ne sera acceptée après la fermeture de l'inscription finale, soit le vendredi 27 septembre 17h.*

Pour procéder à votre préinscription en ligne [cliquez ici](#).

FRAIS DE PARTICIPATION

Frais de participation 105\$ taxes incl. *(par catégorie ou classe)*
Frais de retard 50\$ taxes incl. *(pour les préinscriptions faites après le 25 sept. 2019)*

ATTENTION!... ATTENTION!... ATTENTION!...

Ayez en main votre carte de crédit! Les frais de participation doivent être payés en ligne IMMÉDIATEMENT lors de la soumission de votre demande. Si vous ne complétez pas votre paiement, votre formulaire sera considéré incomplet et sera supprimé.

ENREGISTREMENT

Date : Vendredi le 27 septembre 2019
Lieu : [HOTEL MONTREAL METROPOLITAIN](#) - 3400 Boul Crémazie E, Montréal, H2A 1A6

HORAIRE DE LA JOURNÉE D'ENREGISTREMENT

14h – 15h	Fitness, Figures et Femmes physiques
15h – 16h	Hommes physiques, Culturistes et Physiques classiques*
16h – 17h	Bikinis
18h	Réunion des athlètes

- * *Les athlètes Culturistes ou Physiques classiques dont le poids excède la limite permise auront un maximum de 30 minutes pour s'ajuster. Si l'athlète ne revient pas à l'intérieur de ce délai, il sera éliminé de la compétition. Il incombe à l'athlète de revenir dans ce délai; la CPA n'est pas tenue d'émettre des avertissements.*
- * *Tous les athlètes doivent porter sur eux leur maillot de compétition au moment de leur enregistrement.*
- * *Tous les athlètes inscrits à la compétition et leurs entraîneurs doivent être présent à la réunion des athlètes et entraîneurs.*

HORAIRE DU CHAMPIONNAT

Date : samedi le 28 septembre 2019

Lieu : [CENTRE LEONARDO DA VINCI](#) - 8370 Boul. Lacordaire, Saint-Léonard, QC H1R 3Y6

Salle : Théâtre Mirella & Lino Saputo

8h	Arrivée des athlètes	Preliminaire
9h	Début du championnat	
16h	Arrivée des athlètes	Finale
17h	Début du championnat	

L'ordre de passage des catégories est le suivant :

- Fitness
- Culturistes
- Physiques Classiques
- Hommes Physiques
- Femmes Physiques
- Figures
- Bikinis

CATÉGORIES, CLASSES et GROUPES D'ÂGES

GROUPES D'ÂGES

Dans tous les championnats de la CPA, les groupes d'âges sont les suivants :

Adolescent(e) : 14 à 19 ans inclusivement

Junior – 23 ans et moins (notez que le groupe d'âge des juniors est changé depuis janvier 2019)

Homme Maître – 40 ans et plus

Homme Grand maître – 50 ans et plus

Femme Maître – 35 ans et plus

Femme Grand maître – 45 ans et plus

FITNESS

Open (une seule classe)

CULTURISTES

Débutant

Junior (23 ans et moins)

Grand maître (50 ans et plus)

Maître A (40 ans et plus - 176 ¼ lbs et moins)

Maître B (40 ans et plus - plus de 176 ¼ lbs)

Bantam (143 ¼ lbs et moins)

Léger (Plus de 143 ¼ lbs à 154 ¼ lbs incl.)

Moyen (Plus de 154 ¼ lbs à 176 ¼ lbs incl.)

Mi-lourd (Plus de 176 ¼ lbs à 198 ¼ lbs incl.)

Lourd (Plus de 198 ¼ lbs à 225 ¼ lbs incl.)

Super Lourd (Plus de 225 ¼ lbs.)

PHYSIQUES CLASSIQUES

Débutant

Junior (23 ans et moins)

Maître (40 ans et plus)

Classe A (5'7" et moins)

Classe B (Plus de 5'7" jusqu'à 5'10")

Classe C (Plus de 5'10")

HOMMES PHYSIQUES

Débutant

Junior (23 ans et moins)

Grand maître (50 ans et plus)

Maître (40 ans et plus)

Classe A (5'7" et moins)

Classe B (Plus de 5'7" jusqu'à 5'10")

Classe C (Plus de 5'10")

FEMMES PHYSIQUES

Débutante

Maître (35 ans et plus)

Open (une seule classe)

FIGURES

Débutante

Maître A (35 ans et plus - 5'4" et moins)

Maître B (35 ans et plus – plus de 5'4")

Classe A (5'4" et moins)

Classe B (Plus de 5'4" jusqu'à 5'6")

Classe C (Plus de 5'6")

BIKINIS

Débutante

Adolescente (14 à 19 ans)

Grand maître (45 ans et plus)

Maître A (35 ans et plus - 5'4" et moins)

Maître B (35 ans et plus – plus de 5'4")

Classe A (5'2" et moins)

Classe B (Plus de 5'2" jusqu'à 5'4")

Classe C (Plus de 5'4" jusqu'à 5'6")

Classe D (Plus de 5'6")

Description de la classe DÉBUTANT(E) :

Cette classe est réservée spécifiquement aux athlètes qui n'ont jamais concourus auparavant dans un championnat sanctionné par une fédération de sports de Fitness (à titre d'exemple mais non limitative : ABBA (Alberta), APO (Québec), BCABBA (Colombie-Britannique), CBBF (Canada), FCPCN (France), IDFA, OPA (Ontario), MABBA (Manitoba), NABBA, NPC (États-Unis), Physique Canada (WBPF), WABBA, WBFF, WFF, etc...).

Cette classe ne fait aucune distinction d'âge et regroupe tous les athlètes débutants appartenant à une même catégorie. De plus, elle n'octroie aucune qualification pour les championnats Pro Qualifier. Toutefois l'athlète Débutant qui désire se qualifier pour les championnats Pro Qualifier peut aussi parallèlement s'inscrire dans la ou les classe(s) reliée(s) à son groupe d'âge (Grand Master, Master, Open, Junior).

Charte des poids et mesures pour les PHYSIQUES CLASSIQUES :

PHYSIQUE CLASSIQUE	
5' 4" et moins	160 lbs maximum
Plus de 5' 4" jusqu'à 5' 5"	165 lbs maximum
Plus de 5' 5" jusqu'à 5' 6"	170 lbs maximum
Plus de 5' 6" jusqu'à 5' 7"	175 lbs maximum
Plus de 5' 7" jusqu'à 5' 8"	182 lbs maximum
Plus de 5' 8" jusqu'à 5' 9"	190 lbs maximum
Plus de 5' 9" jusqu'à 5' 10"	197 lbs maximum
Plus de 5' 10", jusqu'à 5' 11"	205 lbs maximum
Plus de 5' 11", jusqu'à 6' 0"	212 lbs maximum
Plus de 6' 0" jusqu'à 6' 1"	220 lbs maximum
Plus de 6' 1" jusqu'à 6' 2"	230 lbs maximum
Plus de 6' 2" jusqu'à 6' 3"	237 lbs maximum
Plus de 6' 3" jusqu'à 6' 4"	245 lbs maximum
Plus de 6' 4" jusqu'à 6' 5"	252 lbs maximum
Plus de 6' 5" jusqu'à 6' 6"	260 lbs maximum
Plus de 6' 6" jusqu'à 6' 7"	267 lbs maximum
Plus de 6' 7"	275 lbs maximum

Nouveaux maillots pour les PHYSIQUES CLASSIQUES :

Depuis le 1er janvier 2019, TOUS les compétiteurs de la catégorie Physique Classique doivent porter le nouveau maillot. Les compétiteurs doivent porter le même type de coupe et tous les maillots de pose portés par les Physiques Classiques doivent être noirs et avoir au moins 4 1/2 pouces sur les côtés / hanches. Voir les exemples de photos.



MUSIQUE DE ROUTINE

Les athlètes des catégories Femme Physique, Physique Classique et Culturiste doivent transmettre leur musique de routine **avant le 22 septembre 2019**. La transmission se fait par téléversement électronique selon la procédure indiquée dans le courriel que vous recevrez suivant votre inscription en ligne.

Directives pour la musique :

- Format MP3 seulement
- Durée :
 - 60 secondes maximum pour les Classiques, les Culturistes et les Femmes physiques
 - 90 secondes maximum pour les Fitness
- Tolérance ZERO pour le blasphème ou le contenu inapproprié.

Note : Votre fichier sonore doit être déjà édité au moment de la transmission. La durée de votre extrait sonore doit respecter la durée maximum autorisée. Tous les fichiers (MP3) dont la durée sera supérieure au temps alloué seront rejetés.

Pour convertir un fichier vidéo YouTube en fichier MP3 [cliquez ici](#).

Pour ensuite, éditer votre fichier MP3 afin qu'il respecte la durée maximum permise [cliquez ici](#).

ATTENTION!... ATTENTION!... ATTENTION!...

La durée de la musique contenue dans votre fichier MP3 ne doit pas excéder de plus de 5 secondes la durée autorisée pour votre routine à défaut de quoi, elle sera refusée.

ACCÈS ARRIÈRE-SCÈNE

L'accès arrière-scène est réservé :

- Aux athlètes inscrits au championnat :
- Aux entraîneurs de ces athlètes qui se seront préalablement procuré l'accréditation arrière-scène;
- Aux représentants du promoteur et son équipe et aux représentants de la CPA.

L'accréditation arrière-scène est disponible uniquement pour les entraîneurs qui inscrivent un ou plusieurs athlètes au championnat. Elle sera disponible, au coût de 30\$, au moment de l'inscription finale. Aucune accréditation arrière-scène ne sera vendue après la fermeture de l'inscription finale, soit le vendredi 27 septembre à 17h00. L'entraîneur qui ne peut pas se présenter pendant la période d'inscription est prié de mandater son athlète pour qu'il en fasse l'achat à sa place.

L'accréditation arrière-scène sera offerte gracieusement par les promoteurs aux entraîneurs qui inscrivent 7 athlètes et plus au championnat.

Notez que l'accréditation arrière-scène donne un accès limité à l'arrière-scène seulement. L'entraîneur qui veut avoir accès à la salle doit se procurer un billet pour le ou les championnats de son choix.

MAQUILLAGE, COIFFURE ET SPRAY TAN



Seuls les représentants de l'équipe officielle ABSOLUTE TOUCH seront autorisés arrière-scène pour les retouches de coiffure, maquillage et spray tan. Pour prendre rendez-vous [cliquez ici](#). La préparation est la clé d'un résultat optimal. Veuillez consulter le guide de préparation en [cliquant ici](#).

Pour toutes questions, communiquez avec Pamela Bortmes:

<https://www.facebook.com/Princess.Pamela1>

PHOTOS et VIDÉO-CRITIQUES



Seuls Stone Photographie Studio et son équipe seront autorisés à prendre des photographies et à faire la captation vidéo du championnat. Les services offerts sont :

Photos de votre participation	125\$ (plus taxes)
Extrait vidéo de votre prestation avec critique du juge en chef	50\$(plus taxes)

Vous pouvez commander en ligne en [cliquant ici](#). Vous devrez payer en ligne par Carte de crédit. Des bons de commandes seront aussi disponibles à l'inscription finale. Dans ce cas, seuls les paiements en argent comptant seront acceptés.

Contact : info@stonephotographystudio.com

ACCÈS MÉDIAS

Pour toute information concernant l'accès au championnat pour les médias, il est important de communiquer et prendre entente avec le représentant de la CPA (Canadian Physique Alliance) au Québec, Jean-Jacques Dugas.

- Par facebook : www.facebook.com/CPA.qc.jjdugas/
- Courriel : jjdugas2@videotron.ca
- Téléphone : 514-654-5170



LE 28 SEPTEMBRE 2019

UNE PRODUCTION DE HUGO GYM & SAMER ZEBIB IFBB PRO



Montréal

SUMMUM

Classic

- CLASSIC PHYSIQUE • CULTURISME
- PHYSIQUE • FIGURE • BIKINI • FITNESS

INSCRIPTIONS DÈS JUILLET AU SUMMUMCLASSIC.COM

CENTRE LEONARDO DA VINCI

8370 BL. LACORDAIRE, MONTRÉAL, QC H1R 3Y6

PRÉLIMINAIRES: 9H00 • FINAL: 17H00



HUGO GYM



ATHLETE PACKAGE

Athlete Package

MONTREAL SUMMUM CLASSIC

Open Championship
September 28th, 2019

WELCOME



Hugo Girard and Samer Zebib IFBB Pro welcome you to the second edition of MONTREAL SUMMUM CLASSIC. Sanctioned by the CPA and the IFBB Pro League, this regional championship is open avid to begin or pursue a course in the world of Fitness sports. Any athlete achieving a Top 3 qualification in his or her class (with exception of the Tru Novice class) will be entitled to register for any Canadian Open Pro Qualifier in 2019 and 2020.

VENUE

The second edition of MONTREAL SUMMUM CLASSIC will be at Mirella & Lino Saputo Theatre in CENTRE LEONARDO DA VINCI, located at 8370 Boulevard Lacordaire, Montréal.



TICKETS

To buy tickets [click here](#).

Prejudging (seat selection):

40\$ + tax & fees

Final (seat selection):

40\$ + tax & fees

Children 12 years old and under (seat selection):

25\$ + tax & fees

Box-office : 514 955-8370

REQUIREMENTS / QUALIFICATIONS

Championship is available to all Canadian Physique Alliance [members](#).

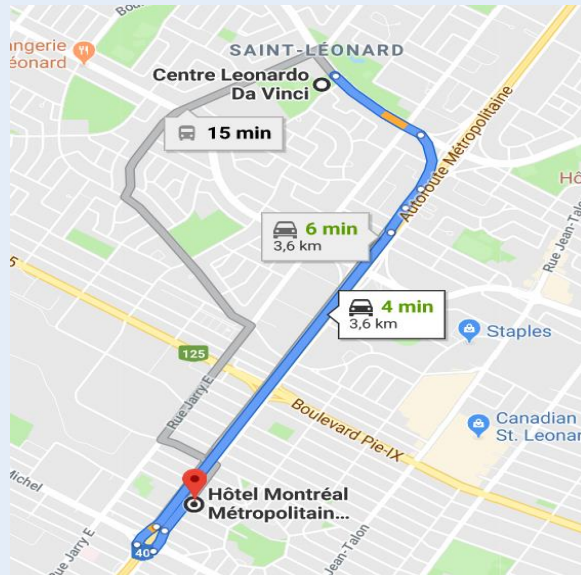
Any athlete achieving a Top 3 qualification in his or her class (with the exception of the True Novice class) will also be entitled to register for 2019 & 2020 Open Canadian Pro Qualifier.

HOST HOTEL

For this event, [HOTEL MONTREAL METROPOLITAIN](#) offers the rate of 139\$ per night (plus fees and tax). This price includes the continental breakfast for two people.



The Hotel is located at: 3400 Boulevard Crémazie Est, Montréal, about 8 minutes away from the Leonardo Da Vinci Center.



Reserve now by calling: 514-750-2378 or without fees 1-833-331-2378 or by email at rafik@hotelmétropolitain.com. To get the special rates mention the group name: MONTREAL SUMMUM CLASSIC. You can also book online by [clicking here](#).

CONTACTS

Marie-Ève Delorme

Courriel : delormemarieeve@gmail.com

Jean-Jacques Dugas

Tél : 514-654-5170

Courriel : jjdugas2@videotron.ca

CPA MEMBERSHIP NUMBER

Athletes' participating in the event needs their CPA membership numbers if you're not a member you can apply directly here. The cost is 125\$ (tax included) yearly. The payment is processed by credit card the minute it's approved you'll get your CPA number right away you can then proceed to registering for the Show.

ONLINE REGISTRATIONS

Online registration starts **July 3, 2019.**

Online registration closes **September 25, 2019.**

* *If you miss those deadlines you can still register until September 27, 2019 17:00 late fees will apply for the sum of 50\$..*

To start your online registration [click here](#).

FEES

Participation 105\$ tax incl. *(per class)*

Delay fees 50\$ taxes incl. *(only past September 25, 2019)*

ATTENTION!... ATTENTION!... ATTENTION!...

Have your credit card handy as the payment must be processed as you submit your application.

Failure to do so will result the application to be deleted.

REGISTRATIONS

Date : Friday september 27, 2019

Place: [HOTEL MONTREAL METROPOLITAIN](#) - 3400 Boul Crémazie E, Montréal, H2A 1A6

SCHEDULE

14h – 15h	Fitness, Figures & Women physiques
15h – 16h	Men physiques, Bodybuilder & Classic physiques*
16h – 17h	Bikinis
18h	Athletes and Coaches meeting

* *Bodybuilding and Classic physique Athletes that exceed the required max weight will have 30 minutes to adjust. If you don't make it within the 30 minutes deadline you will be eliminated, No warning required.*

* *All athletes must wear their suit for registration.*

* *All athletes and their respective coaches are required to attend the meeting.*

CHAMPIONSHIP SCHEDULE

Date : Saturday September 28, 2019

Place : [CENTRE LEONARDO DA VINCI](#) - 8370 Boul. Lacordaire, Saint-Léonard, QC H1R 3Y6

Venue : Théâtre Mirella & Lino Saputo

8h	Athletes arrival	Prejudging
9h	Championship start time	
16h	Athletes arrival	Finals
17h	Championship start time	

The sequence of the categories is as follows:

- Fitness
- Bodybuilder
- Classic physiques
- Men physiques
- Women physiques
- Figures
- Bikinis

CLASS, CATEGORIES AND AGE BRACKETS

In all of the CPA championship, the age bracket is the following:

Teenage: 14 to 19 years of age

Junior – 23 years of age and less

Men master – 40 years of age and more

Man Grandmaster – 50 years of age and more

Women master – 35 years of age and more

Women Grandmaster – 45 years of age and more

FITNESS

Open (only one class)

CULTURISTES

True Novice

Junior (23 years and under)

Grandmaster (50 years and over)

Master A (40 years and over – up to & incl 176 ¼ lbs)

Master B (40 years and over - over 176 ¼ lbs)

Bantam (up to & incl 143 ¼ lbs)

Lightweight (over 143 ¼ lbs up to & incl 154 ¼ lbs)

Middleweight (over 154 ¼ lbs up to & incl 176 ¼ lbs)

Light-Heavyweight (over 176 ¼ lbs up to & incl 198 ¼ lbs)

Heavyweight (over 198 ¼ lbs up to & incl 225 ¼ lbs.)

Super Heavyweight (over 225 ¼ lbs.)

PHYSIQUES CLASSIQUES

True Novice

Junior (23 years and under)

Master (40 years of age and over)

Classe A (up to & incl 5'7")

Classe B (Over 5'7" up to & incl 5'10")

Classe C (Over 5'10")

HOMMES PHYSIQUES

True Novice

Junior (23 years and under)

Grandmaster (50 years and over)

Master (40 years and over)

Classe A (up to & incl 5'7")

Classe B (Over 5'7" up to & incl 5'10")

Classe C (Over 5'10")

FEMMES PHYSIQUES

True Novice

Master (35 years of age and over)

Open (only one class)

FIGURES

True Novice

Master A (35 years and over – up to & incl 5'4")

Master B (35 years and over – over 5'4")

Classe A (up to & incl 5'4")

Classe B (Over 5'4" up to & incl 5'6")

Classe C (Over 5'6")

BIKINIS

True Novice

Adolescente (14 à 19 ans)

Grandmaster (45 years and over)

Master A (35 years and over – up to & incl 5'4")

Master B (35 years and over – over 5'4")

Classe A (up to & incl 5'2")

Classe B (Over 5'2" up to & incl 5'4")

Classe C (Over 5'4" up to & incl 5'6")

Classe D (Over 5'6")

TRUE NOVICE class description:

This class is reserved specifically for athletes who have never competed before in a championship sanctioned by a Fitness Sports Federation (as examples but not limited to: ABBA (Alberta), APQ (Québec), BCABBA (Colombie-Britannique), CBBF (Canada), FCPCN (France), IDFA, OPA (Ontario), MABBA (Manitoba), NABBA, NPC (États-Unis), Physique Canada (WBPF), WABBA, WBFF, WFF, etc...)

This class makes no distinction of age and includes all True Novice athletes belonging to the same category. In addition, she does not grant any qualification for the Pro Qualifier championships. However, the True Novice athlete who wishes to qualify for the Pro Qualifier Championships may also register in the class related to his age group (Grandmaster, Master, Open, Junior).

Weights and Measures table for CLASSIC PHYSIQUES:

PHYSIQUE CLASSIQUE	
Up to & incl 5' 4"	160 lbs max
over 5' 4", up to & incl 5' 5"	165 lbs max
over 5' 5", up to & incl 5' 6"	170 lbs max
over 5' 6", up to & incl 5' 7"	175 lbs max
over 5' 7", up to & incl 5' 8"	182 lbs max
over 5' 8", up to & incl 5' 9"	190 lbs max
over 5' 9", up to & incl 5' 10"	197 lbs max
over 5' 10", up to & incl 5' 11"	205 lbs max
over 5' 11", up to & incl 6' 0"	212 lbs max
over 6' 0", up to & incl 6' 1"	220 lbs max
over 6' 1" jusqu'à 6' 2"	230 lbs max
over 6' 2", up to & incl 6' 3"	237 lbs max
over 6' 3", up to & incl 6' 4"	245 lbs max
over 6' 4", up to & incl 6' 5"	252 lbs max
over 6' 5", up to & incl 6' 6"	260 lbs max
over 6' 6", up to & incl 6' 7"	267 lbs max
over 6' 7"	275 lbs max

New CLASSIC PHYSIQUES posing shorts:

Since January 1, 2019, ALL competitors in the Classic Physiques category must wear the new short. The competitors must wear the same type of cut and all the posing shorts must be black and have at least 4 1/2 inches on the sides/ hips. See sample photos.



ROUTINE MUSIC

Athletes competing in the following categories Women Physique, Classic Physique and Body building should submit their music for the finals **before July 21, 2019**. Transmission is done by electronic upload according to the procedure indicated in the email you will receive following your online registration.

Music requirements :

- MP3 only
- Length :
 - 60 seconds maximum for Classic physiques, Bodybuilders and Women physiques
 - 90 seconds maximum for Fitness
- ZERO tolerance for inappropriate content.

Note : Your sound file must already be edited at the time of transmission. The length of your sound extract must respect the maximum duration allowed. All files (MP3) whose duration will be greater than the allotted time will be rejected.

To convert YouTube video file to MP3 file [click here](#).

Then, edit your MP3 file respecting the maximum allowed time [click here](#).

ATTENTION!... ATTENTION!... ATTENTION!...

The length in your MP3 file can't exceed the authorized length by more than 5 seconds otherwise the file will be refused.

BACKSTAGE ACCESS

Backstage access is only for:

- Competing Athletes :
- Authorized Athletes coaches;
- Promotors and or CPA representative.

Backstage access is only available to a coach that has competing athletes for 30\$. No Backstage pass will be sold after the final registration, which is Friday September 27, 2019 17:00. Coaches that can't make it for registration will have to mandate his athletes to pick up his pass for him/her.

Backstage pass will be offered for free to any training bringing 7 or more athletes.

Please note that the backstage pass allows you access only to backstage. Coaches that would like to watch the show is required to purchase his/her own ticket.

HAIR, MAKE UP AND SPRAY TAN



Only ABSOLUTE TOUCH and its reps are allowed access to behind the scene and retouching of hair, make up and spray tan to schedule your appointment [click here](#).

For better results visit their website to get prepared for the tanning [cliquant ici](#).

For any other questions or concerns Pamela Bortmes: <https://www.facebook.com/Princess.Pamela1>

PHOTOS & VIDÉO-CRITIQUES



Only Stone Photography Studio and its reps are authorized to take photos and videos during the event, services offered are the following:

Pictures of your participation	125\$ (plus tax)
Video of your performance with criticism from the head judge	50\$(plus tax)

You can order online by clicking [here](#). Payment must be paid online by credit card. Purchase order will also be available at the final registration. In this case, cash payments only will be accepted.

Contact : info@stonephotographystudio.com

MEDIAS

For any information related of the media access to this championship, please get in contact with the representative of CPA (Canadian Physique Alliance) in Québec, Jean-Jacques Dugas.

- Facebook : www.facebook.com/CPA.qc.jjdugas/
- Email : jjdugas2@videotron.ca
- Phone : 514-654-5170

