



[Título del documento]



La Federación Internacional de Powerlifting (IPF),
La Federación Norteamericana de Powerlifting (NAPF)
y la Federación Mexicana de Powerlifting A.C. (FEMEPO A.C.)
invitan al:

XIII CAMPEONATO NACIONAL SELECTIVO Y VII CAMPEONATO NACIONAL RAW DE POWERLIFTING Y BENCH-PRESS.

Convencionales, olimpiadas especiales y silla de ruedas.
A celebrarse el 18, 19, 20 Y 21 de marzo del 2022.

Clasificatorio para:

- Campeonato Norteamericano de *powerlifting*, en Panamá.
- Campeonato Norteamericano de *bench press*, en Puerto Rico.
- Campeonato Mundial *Sub Junior* y *Junior*, *raw* y equipado, en Ecuador.
- Campeonato Mundial *Master*, *raw* y equipado, en Canadá.
 - Campeonato Mundial *Open*, *raw*, en Sudáfrica.

Consulta el calendario completo de IPF (2022) para conocer todos los campeonatos programados:

<https://www.powerlifting.sport/championships/calendar>

Hoteles sede**:

- **Hotel MX Forum:**

Dirección: Av. Insurgentes Norte #226 col. Santa María la Ribera, Alcaldía Cuauhtémoc, CDMX.

- **Hotel Fiesta Inn Ciudad de México, (dentro de Fórum Buenavista):**

Dirección: Eje 1 Norte Mosqueta #259, col. Buenavista, Alcaldía Cuauhtémoc, CDMX.

- **Hotel Santa María:**

Dirección: Manuel Carpio #82 col. Santa María la Ribera, Alcaldía Cuauhtémoc, CDMX.

Para su comodidad, puede seleccionar el hotel de su gusto, mismos que se encuentran junto al Centro Comercial “Fórum Buenavista”. Se recomienda realizar la reservación desde la publicación de esta convocatoria hasta el 1 de marzo del 2022.

**Habrà transporte de ida y vuelta en dichos hoteles al lugar de competencia, saliendo de la calle Salvador Díaz Mirón esquina con Insurgentes Norte.

Lugar de competencia:

- **Domo del Deportivo “Plan Sexenal”**

Dirección: F.C. de Cuernavaca s/n, col. Nextitla, Alcaldía Miguel Hidalgo, CDMX.



[Título del documento]
International Powerlifting Federation



Categorías de acuerdo al reglamento de IPF:
(Open, SubJunior, Junior y Master I, II, III y IV).

Varonil: (SubJr y Jr -53 kg), -59 kg, -66 kg, -74 kg, -83 kg, -93 kg, -105 kg, -120 kg y +120 kg

Femenil: (SubJr y Jr -43 kg), -47 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -69 kg, -76 kg, -84 kg y +84 kg

PESAJE	CATEGORÍA	INICIO	TARIMA
18 DE MARZO 2022			
7:00 a 8:00hrs	Femenil 43kg, 47kg, 52 kg y 57 kg	9:00hrs	1
7:00 a 8:00hrs	Femenil 63kg y 69 kg	9:00hrs	2
12:00 a 13:00hrs	Varonil 53kg y 59kg kg	14:00hrs	1
12:00 a 13:00hrs	Varonil 66 kg	14:00hrs	2
12:00 a 13:00hrs	Femenil 76 kg	14:00hrs	3
19 DE MARZO 2022			
7:00 a 8:00hrs	Varonil Open 74 kg	9:00hrs	1
7:00 a 8:00hrs	Varonil Open 74 kg	9:00hrs	2
7:00 a 8:00hrs	Varonil M1, 2, 3 Sub Jr y Jr 74 kg	9:00hrs	3
INAUGURACIÓN 13:30 HRS			
12:00 a 13:00hrs	Varonil Open 83kg	14:00hrs	1
12:00 a 13:00hrs	Varonil Open 83kg	14:00hrs	2
12:00 a 13:00hrs	Varonil M1, 2, 3 Sub Jr y Jr 83 kg	14:00hrs	3
20 DE MARZO 2022			
7:00 a 8:00hrs	Varonil Open 93kg	9:00hrs	1
7:00 a 8:00hrs	Varonil Open 93kg	9:00hrs	2
7:00 a 8:00hrs	Varonil M1, 2, 3 Sub Jr y Jr 93 kg	9:00hrs	3
12:00 a 13:00hrs	Varonil Open 105kg	14:00hrs	1
12:00 a 13:00hrs	Varonil Open 105kg	14:00hrs	2
12:00 a 13:00hrs	Varonil M1, 2, 3 Sub Jr y Jr 105 kg	14:00hrs	3
21 DE MARZO 2022			
7:00 a 8:00hrs	Femenil 84 kg y +84kg	9:00hrs	1
7:00 a 8:00hrs	Varonil 120kg y +120kg	9:00hrs	2
15:00 hrs	Comida de clausura y entrega de absolutos	15:00 hrs	

Premiación:

- Medalla a los 3 primeros lugares de cada categoría.
 - Campeones absolutos.
 - Campeonas absolutas.
 - Campeón por equipo, sólo por estados.
- Diploma de participación a todos los competidores.

NOTA: el movimiento de *bench press* se calificará cuando se realice durante el torneo de *powerlifting*.

Reglamento de IPF:

<https://www.powerlifting.sport/rulescodesinfo/technical-rules.html>

Reglamento de FEMEPO:

<http://www.powerlifting-femepo.com.mx/home.html>



[Título del documento]



Equipo permitido de acuerdo al reglamento de IPF (sólo marcas oficiales):

https://www.powerlifting.sport/fileadmin/ipf/data/federation/Approved_List_2019-2022_Final.pdf

Cuota de recuperación**:

- \$650 M/N *powerlifting*.
- \$650 M/N *bench press*.
- \$700 M/N ambos torneos.
- \$400 M/N olimpiadas especiales y silla de ruedas.

**Incluye playera del evento

Detalles del campeonato en página web, Facebook e Instagram:

- <https://www.facebook.com/PowerliftingMexico/>
- <http://www.powerlifting-femepo.com.mx/>
- https://instagram.com/femepo_ipf?utm_medium=copy_link

Requisitos para participar:

- Haber competido en campeonatos estatales o regionales.
- Ser inscritos por el presidente o representante de cada estado, a partir de su asistencia a campeonatos previos, mismo que recibirá el pago de las inscripciones.
- El presidente o representante deberá inscribir al competidor con los siguientes datos: nombre y apellido, categoría (por peso corporal y edad), modalidad (*powerlifting* y/o *bench press*), y mejores intentos de cada movimiento (*squat*, *bench press* y *deadlift*) del campeonato selectivo al que acudió.
- Contar con equipo completo de *powerlifting raw*: zapatos de *squat* o tenis, calcetas largas para *deadlift*, rodilleras de neopreno, muñequeras (longitud máxima de 1 metro), cinturón de *powerlifting*, *singlet* o *butarga*, playera cuello redondo con mangas al codo.
- Contar con equipo completo de *powerlifting* equipado: zapatos de *squat* o tenis, calcetas largas para *deadlift*, muñequeras (longitud máxima de 1 metro), vendas de rodilla (longitud máxima de 2 metros), *bench shirt*, *squat suit*, cinturón de *powerlifting*, *singlet* o *butarga*, playera de cuello redondo con mangas al codo.

Fecha límite de inscripción:

- 18 de febrero de 2022.

Lic. Gabriel García Corona.
Presidente de FEMEPO A.C.

MTO. Héctor Gallardo Muñoz.
Secretario de FEMEPO A.C.