

BOAS VINDAS

A Federação de Bodybuilding e Fitness do Rio Grande do Sul (IFBB-RS) dá as boas-vindas e convida a todos os atletas de sua federação, a participarem do **CAMPEONATO REIS DA PRAIA**, esse grandioso evento esportivo a ser realizado no dia **13 DE DEZEMBRO DE 2026 às 12h na casa de Cultura Èrico Verissímo, Av. Flávio Boianowski, 789** Capão da Canoa**, RS, Brazil**



LUCIANO GONÇALVES
Presidente
IFBB-RS

LOCALIZAÇÃO

História

No início, era formado por grandes dunas, banhados, mar cristalino, esteiras, matos e capões, ficando a leste o mar e a oeste as lagoas e rios. Na verdade, o nome Capão da Canoa já existia no interior de uma fazenda de propriedade da família Nunes, na extensão da praia de Xangri-Lá (hoje município de Xangri-Lá), com fundos para a Lagoa das Malvas, pois essa família era quem dava apoio aos visitantes que passavam ou vinham veranear. Com o tempo, esse lugar passou a ser conhecido como Capão da Canoa, fazendo com que o velho nome Arroio da Pescaria desaparecesse. No início, junto a um pequeno povoado surgiu um armazém de secos e molhados; depois, um hotelzinho de madeira com dois quartos.

Capão da Canoa floresceu por volta de 1900 com o nome de Arroio da Pescaria, época em que os primeiros ranchos começaram a agrupar-se à beira-mar. O nome originou-se de um pequeno córrego localizado próximo ao mar. O local abrigava, além de pescadores, também alguns aventureiros. Por vezes, o local era visitado por tropeiros, fazendeiros e viajantes.

Mais tarde, por volta de 1920, começaram a chegar os primeiros veranistas oriundos da Serra Gaúcha e também de Porto Alegre. Os maiores frequentadores eram os descendentes das colônias alemãs e italianas. Por volta de 1940, a colônia israelita também começou a fazer-se presente em bom número. O nome de Arroio da Pescaria só começou a desaparecer na década de 1940, período em que teria surgido a denominação Capão da Canoa, segundo alguns pesquisadores da história do município.

Pelo Ato 73, de 1° de fevereiro de 1933, Cornélios surgiu como Sexto Distrito de Osório, no qual se incluía também a Vila de Capão da Canoa. Em 1952, o Sexto Distrito de Osório, Cornélios, foi transferido para Capão da Canoa. A emancipação do município caponense veio 30 anos depois, pela Lei 7 638, de 12 de abril de 1982. A posse do primeiro prefeito foi em 31 de janeiro de 1983. Inicialmente, o município contava com 23 balneários, possuindo 30 quilômetros de orla marítima.



LOCAL DO EVENTO

A Casa de Cultura Erico Verissimo inaugurada oficialmente em dezembro de 2004 é um espaço de desenvolvimento das mais variadas atividades culturais ligadas direta ou indiretamente ao processo de construção da identidade cultural do cidadão de Capão da Canoa



COMPETIÇÃO

Evento: **CAMPEONATO DE FISICULTURISMO REIS DA PRAIA**

- **Pesagem: 12 de DEZEMBRO, das 13h às 16h, Academia Sensefit Capão**

- **Endereço**: **Av. Paraguassu, 253 - Capão da Canoa, RS**

- **Competição: 13 de Dezembro, a partir das 12h**

- **Local: Casa de cultura Èrico Verissmo**
- **Av. Flávio Boianowski, 789** Capão da Canoa**, RS, Brazil**

ATENÇÃO!!

CATEGORIA IFBB NATURAL DIVISION SERÁ INCORPORADA NESSA COMPETIÇÃO EMCARÁTER EXPERIMENTAL COM DIREITO A PREMIAÇÃO. SEGUE REGRAS DA CATEGORIA

REGULAMENTO OFICIAL ANTIDOPAGEM IFBB-RS- IFBB NATURAL DIVISION

CAPÍTULO I – DAS DISPOSIÇÕES GERAIS

Art. 1º – A IFBB Natural Division foi criada em caráter experimental com o objetivo de promover a competição entre atletas que adotam uma prática esportiva baseada na integridade, na ética esportiva e na ausência do uso de substâncias ou métodos proibidos para melhoria artificial de desempenho ou desenvolvimento físico.

Art. 3º -A IFBB-RS poderá criar, extinguir, subdividir ou adequar categorias em função de necessidades técnicas, número de atletas inscritos ou evolução da modalidade
Art. 2º – Todos os atletas inscritos na IFBB Natural Division estarão sujeitos às normas previstas neste regulamento, comprometendo-se a respeitar integralmente seus dispositivos.

Art. 4º – A IFBB Natural Division é composta pelas seguintes categorias:

I – Fit Model;
II – Fit & Beauty; III – Games Classic ;
III – Fisiculturismo Clássico;
IV – Men's Physique;
V – Body Muscle.

Art. 5º – Todos os atletas inscritos em quaisquer categorias da IFBB Natural Division estarão sujeitos às normas de controle antidopagem previstas neste regulamento.

CAPÍTULO II – DA DECLARAÇÃO DE ELEGIBILIDADE

Art. 6º – Como condição obrigatória para participação na IFBB Natural Division, o atleta deverá assinar uma Declaração de Elegibilidade, afirmando que:

I – Não utiliza substâncias ou métodos proibidos;
II – Concorda em ser submetido a exames antidopagem;
III – Aceita integralmente as penalidades previstas neste regulamento;
IV – Assume total responsabilidade pelas informações prestadas à organização.

CAPÍTULO III – DO CONTROLE ANTIDOPAGEM

Art. 7º – A IFBB-RS poderá realizar controles antidopagem por meio de exames laboratoriais,

coleta de material biológico ou outros métodos cientificamente reconhecidos.

Art. 8º – Os exames poderão ser realizados antes, durante ou após a competição, por sorteio, indicação da Comissão Antidopagem ou obrigatoriamente nos campeões overais.

CAPÍTULO IV – DAS SUBSTÂNCIAS E MÉTODOS PROIBIDOS

Art. 9º – Serão consideradas substâncias e métodos proibidos aqueles constantes na lista vigente da WADA (World Anti-Doping Agency), bem como quaisquer substâncias ou procedimentos destinados à melhoria artificial do desempenho físico ou da composição corporal.

CAPÍTULO V – DOS CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE NATURAL

Art. 10º – Para ser considerado elegível:

I – Esteroides Anabolizantes: mínimo de 7 anos sem utilização;
II – Hormônio do Crescimento (GH): mínimo de 5 anos;
III – SARMs: mínimo de 5 anos;
IV – Diuréticos e mascarantes: mínimo de 2 anos.

CAPÍTULO VI – DAS INFRAÇÕES E PENALIDADES

Art. 11º – Constituem infrações: resultado positivo, recusa ao exame, adulteração de amostras ou informações falsas.

Primeira Infração:
- Desclassificação imediata;
- Perda de títulos e premiações;
- Suspensão de 4 anos da IFBB Natural Division.

Segunda Infração:
- Banimento permanente da IFBB Natural Division.

CAPÍTULO VII – DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

Art. 12º – A inscrição implica aceitação integral deste regulamento.

Art. 13º – Os casos omissos serão decididos pela Comissão Antidopagem e Diretoria da

FBB-RS.

HOSPEDAGEM RECOMENDADA

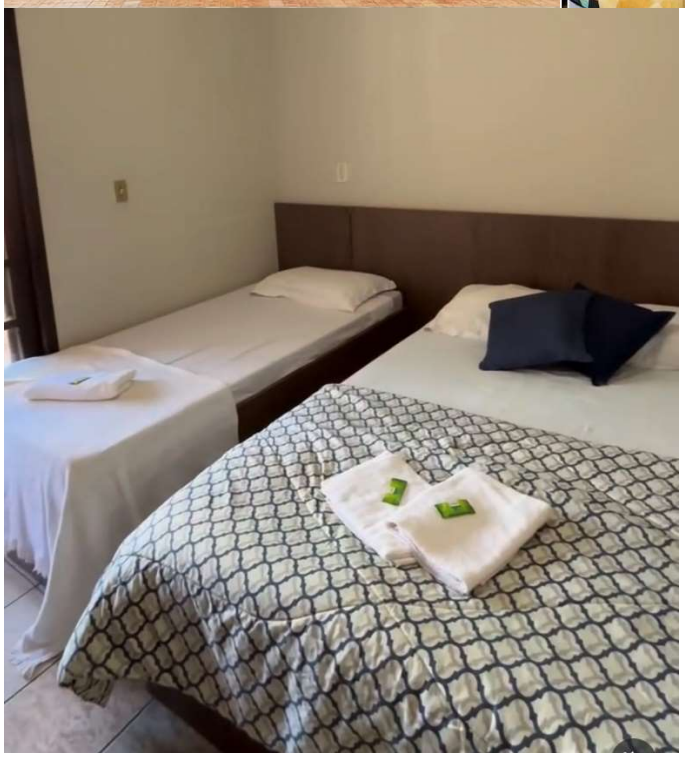












CAPÃO PARK HOTEL
Av Central 242 centro capão
Telefone: (51 99265-1548





HOTEL ARAÇÁ

ENDEREÇO: Rua Dois, 333 Praia do Araçá Capão da Canoa/RS

CEP 94691-604

E-mail: reservas@hotelaraca.com.br

Recepção: +55 (51) 3625-2828

WhatsApp Recepção: +55 (51) 99601-2687

Whatsapp de Reservas: +55 (51) 98128-0251.

Buffet de café da manhã e estacionamento.

OBSERVAÇÃO: Importante levar roupa de cama e banho, pois eventuais manchas de tinta nestas serão cobradas pelo hotel do atleta. A IFBB-RS esclarece que cada atleta será responsável pela reserva e custo de sua hospedagem.

☞ **Os custos de viagem, hotel, transporte (aeroporto/rodoviária) e refeições são de responsabilidade individual do atleta.**

PESAGEM E MEDIÇÃO

- **A pesagem acontecerá no dia 12 de dezembro** (SÁBADO) **Academia Sensefit Capão**
- **das 13h às 16h**, de acordo com o cronograma abaixo:

13H – 14H	14H – 15H	15H – 16H
GAMES CLASSIC	BODY FITNESS	BODY SHAPE
CULTURISMO CLÁSSICO	WOMEN'S BIKINI	MEN'S PHYSIQUE MEN´S FIT PHYSIQUE
CLASSIC PHYSIQUE	WOMEN'S WELLNESS	MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE
FISICULTURISMO	WOMEN'S PHYSIQUE	BODDY MUSCLE I e II FIT MUSCLE
MEN´S FIT	MUSA FITNESS	FIT PAIRS
	FIT MODEL I e II	

IMPORTANTE: O atleta que necessitar baixar o peso para enquadramento na categoria, terá o tempo máximo de 30 minutos.

Cada atleta receberá, no dia da pesagem, uma pulseira de acesso ao backstage. Essa pulseira é obrigatória para entrada tanto no backstage quanto na área de competição.

Em caso de perda, será necessário pagar o valor equivalente a uma nova inscrição para emissão de outra pulseira.

Somente atletas e dirigentes da federação poderão entrar na pesagem. **NÃO SERÁ PERMITIDO O ACESSO DE TREINADOR NA PESAGEM.**

Os atletas devem se apresentar para a pesagem com a vestimenta de competição para aprovação, depilados, sem piercings e acessórios juntamente com comprovante de pagamento da filiação e inscrição (se já tiver feito)

ACESSO AO BACKSATAGE

O acesso ao backstage será estritamente limitado ao pessoal de apoio: staffs e dirigentes. Estarão disponíveis para venda na pesagem, pulseira de backstage para acesso apenas de **TREINADORES**, uma por atleta.

☞ **SERÁ VENDIDA PULSEIRA DE TREINADOR NA PESAGEM E NO DIA DO CAMPEONATO.**

☞ ***O ATLETA DEVERÁ LEVAR SEU MATERIAL PARA AQUECIMENTO.***

☞ ***NÃO SERÁ PERMITIDA PINTURA CORPORAL, APENAS RETOQUES OU COM A EMPRESA.***

☞ ***NÃO SERÁ PERMITIDA ALIMENTAÇÃO NO BACKSTAGE.***

Segue abaixo os horários de acordo com a categoria para acesso:

09H	11H	14H
GAMES CLASSIC	FISICULTURISMO	BODY SHAPE
CULTURISMO CLÁSSICO	WOMEN'S WELLNESS	BODDY MUSCLE I e II
BODYFITNESS	WOMEN'S BIKINI	MEN'S PHYSIQUE
CLASSIC PHYSIQUE	MUSA FITNESS I e II	MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE
WOMEN'S PHYSIQUE	FIT MODEL I e II	FIT PAIRS

CATEGORIAS FEMININAS

BODY FITNESS
- ÚNICA

WOMEN'S PHYSIQUE
- ÚNICA

WOMEN'S BIKINI
- JÚNIOR (ÚNICA)
- MASTER (ÚNICA)
- ATÉ E INCLUINDO 164CM
- ACIMA DE 164CM

WOMEN'S WELLNESS
- JÚNIOR (ÚNICA)
- MASTER (ÚNICA)
- ATÉ E INCLUINDO 163CM
- ACIMA DE 163CM

FIT-MODELS I
- ÚNICA

FIT-MODELS II
- ÚNICA

MUSA FITNESS
- ÚNICA

CATEGORIAS MASCULINAS

GAMES CLASSIC
- ATÉ E INCLUINDO 175CM
- ACIMA DE 175CM

BODDY MUSCLE I
- ÚNICA

BODDY MUSCLE II
- ÚNICA

CLASSIC PHYSIQUE
- ATÉ E INCLUINDO 175CM

CULTURISMO CLÁSSICO
- MASTER ÚNICA
- ATÉ E INCLUINDO 175CM
- ACIMA DE 175CM

FISICULTURISMO
- JUNIOR ÚNICA
- MASTER ÚNICA
- ATÉ E INCLUINDO 75KG
- ATÉ E INCLUINDO 80KG
- ATÉ E INCLUINDO 85KG
- ATÉ E INCLUINDO 90KG

❖ ACIMA DE 175CM **MEN'S PHYSIQUE** ❖ JUNIOR (ÚNICA) ❖ ATÉ E INCLUINDO 175CM ❖ ACIMA DE 175CM **MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE** ❖ ÚNICA	❖ ACIMA DE 90KG

CATEGORIAS DUPLAS

FIT PAIRS I ❖ (MEN´S PHYSIQUE E BIKINI)	**FIT PAIRS II** ❖ (MUSCULAR MEN´S E WELLNESS)

NATURAL DIVISION

FEMININAS ❖ GAMES ❖ CLÁSSICO ❖ MEN'S PHYSIQUE ❖ BODY MUSCLE	**MASCULINAS** ❖ BIKINI ❖ FIT MODEL ❖ FIT & BEAUTY

DISPUTA DE OVERALL

❖ FISICULTURISMO
❖ CLASSIC PHYSIQUE
❖ CULTURISMO CLÁSSICO
❖ MEN'S PHYSIQUE
❖ WOMEN'S BIKINI
❖ WOMEN'S WELLNESS

NOTA: A CATEGORIA SERÁ ABERTA SE TIVER O MÍNIMO DE 06 ATLETAS INSCRITOS, CASO CONTRÁRIO A MESMA SERÁ UNIFICADA COM A PRÓXIMA SUBDIVISÃO, EXCETO CATEGORIAS JÁ UNIFICADAS.

INSCRIÇÃO E PAGAMENTO

O Atleta fará sua pré inscrição no site www.ifbbrs.com.br/inscricao onde irá preencher um formulário, o atleta que for dobrar de categoria, deverá preencher de acordo com as dobras, duas, três... (de acordo com sua permissividade).

**** ATENÇÃO ****

NÃO SERÃO ACEITOS DEPÓSITOS EFETUADOS POR ENVELOPE.

Segue abaixo a transferência ou pagamento por PIX:

BANRISUL

AG: 0042 CC: 06.129080.0-5

ou

PIX: CNPJ – 30.777.836.0001-68

(FEDERAÇÃO DE BODDYBUILDING E FITNESS DO RIO GRANDE DO SUL)

Prazo de inscrição até 30/11 sendo realizado somente no SITE, não faremos cadastros de inscrições após esta data e nem na pesagem.

OBS: DEPÓSITOS APÓS O DIA 30/11 DEVERÁ SER NO VALOR DE R$ 450,00

☞ **O NÃO PREENCHIMENTO DOS CADASTROS (FILIAÇÃO E INSCRIÇÃO) NO SITE, IMPLICARÁ EM DESCLASSIFICAÇÃO DO ATLETA.**

☞ **INSCRIÇÃO E FILIAÇÃO SÃO CADASTROS DISTINTOS.**

☞ **INSCREVA-SE SOMENTE SE FOR COMPETIR.**

- **Inscrições: de 11/11 até 30/11/2026 com desconto:**
  - **Valor de inscrição para 1 categoria: R$ 390,00**
  - **Valor da dobra: R$ 290,00**

INSCRIÇÕES APÓS ESSA DATA O VALOR SERÁ DE R$ 450,00 CADA CATEGORIA

☞ **Categorias masculinas permitidas para "DOBRAS": Games Classic, Culturismo Clássico Classic Physique e Fisiculturismo.**

☞ Para ter acesso ao backstage, o treinador deverá pagar **R$ 200,00** (somente no dia da pesagem), **NO DIA DO CAMPEONATO A PULSEIRA DE TREINADOR CUSTARÁ R$ 300,00** aqueles que tiverem acima de **10** atletas estarão isentos da taxa.

O pagamento da INSCRIÇÃO que for efetuado no dia da pesagem deverá ser realizado em ***DINHEIRO CARTÃO OU PIX.***

⚠ **TENHA CERTEZA QUE IRÁ BATER A RELAÇÃO PESO X ALTURA NA PESAGEM PARA DOBRAS DE CATEGORIAS, *NÃO HAVERÁ DEVOLUÇÃO DE VALORES*, NA DÚVIDA PAGUE A DOBRA PESAGEM SEM O DESCONTO**

FILIAÇÃO

Para participar dos campeonatos, **é obrigatório estar filiado à IFBB-RS** — a Federação que representa oficialmente o fisiculturismo no Rio Grande do Sul.

Este processo será através do link:

https://www.ifbbrs.com.br/produto/filiacao-2025/
VALOR R$390,00

A filiação é indispensável para validar sua participação nas competições e garantir todos os benefícios como atleta federado.

INGRESSOS

INGRESSOS PODERÃO SER ADQUIRIDOS ATRAVÉS DO SITE

WWW.IFBBRS.COM.BR

NA BILHETERIA NO DIA DO EVENTO

VALOR DO INGRESSO:

R$ 70,00
R$ 60,00 + 1kg de alimento
Meia Entrada R$ 35,00 → (Conforme Termos Regidos em Lei)

» CRIANÇAS ATÉ CINCO ANOS NÃO PAGAM, PORÉM DEVEM PERMANECER NO COLO DOS RESPONSÁVEIS DURANTE O EVENTO «

DOCUMENTAÇÃO

Todos os atletas deverão apresentar documento com foto, ficha de **Declaração de Responsabilidade do Atleta** já preenchida e assinada (disponível no site para download) na PESAGEM, comprovante de pagamento e Passaporte de Atleta (se possuir). A não apresentação dos mesmos pode acarretar na não participação da competição.

☞ **AQUELE ATLETA QUE JÁ TEM O PASSAPORTE E NÃO O TROUXER NA PESAGEM, SERÁ COBRADO O VALOR DE R$ 50,00**

MÚSICA

A **MÚSICA** deverá ser entregue em formato **MP3** em pen drive (só deve ter a música de sua apresentação), devidamente renomeada com seu nome completo e categoria (s). Caso o atleta não entregue a música, na sua apresentação individual de palco, a escolha será do organizador.

O atleta poderá enviar a música no ato da inscrição, enviando arquivo MP3, devidamente renomeado.

Não *será aceita música por whatsApp, e-mail ou qualquer outra forma.*
Categorias que devem entregar música: ***Fitness Coreográfico, Women's Physique, Games Classic, Culturismo Clássico, Classic Physique e Fisiculturismo*****.**

☞ *É proibido o uso de linguagem profana, vulgar ou ofensiva na música de posar. Se um competidor usar tal linguagem em sua música de apresentação, o Árbitro Central da IFBB determinará que a música seja imediatamente interrompida e mandará o competidor deixar o palco. O competidor não terá outra oportunidade de fazer sua rotina de poses e não receberá pontuação nesta rodada.*

PINTURA CORPORAL

Para maior conforto dos atletas e treinadores, contratamos os serviços de pintura a jato da empresa **ELITE BRONZI** vai estar disponível na pesagem para agendamentos e pagamento custeado pelo atleta.

No backstage é liberada somente a realização de retoques na pintura corporal, o atleta que realizar a pintura efetiva nas dependências dos banheiros e corredores será retirado do backstage.

☞ ***Agendamento***:

Na **pesagem** ou **whatsapp:** (51) 98333-6920 (GIOVANE DUTRA)
(51) 99670-7594 (FABIO PARABONI)

Pagamento: PELO SITE IFBBRS.COM.BR

Valor da pintura: **R$ 350,00**

MAQUIAGEM

Da mesma maneira que a pintura a IFBB-RS estará disponibilizando serviço de maquiagem para os (as) atletas.

O serviço será prestado pela profissional **Bruna Schiling**, maiores informações podem ser vistas no Instagram da mesma.

☞ **FAVOR SE IDENTIFICAR COMO ATLETA DA IFBB-RS**

Agendamento: Via WhatsApp: (51) 9 9133-1523

Make R$ 130,00

Hair R$ 120,00

Make & Hair R$ 250,00

Make Masculina R$ 100,00

VESTIDOS – FIT- MODEL

Os vestidos no padrão da categoria Fit Model serão gentilmente cedidos pela loja Zschornack.

Contato: (53) 99981-6102 (Sergio)

FOTÓGRAFOS CREDENCIADOS

Os fotógrafos credenciados em registrar o evento são:

- **MARCELO ----- (51) 9 9529-3077**
- **DÊNIS ---------- (51) 9 9707-5790**

Para credenciamento de fotógrafo favor entrar em contato pelo e-mail secretaria@ifbbrs.com.br. O valor do credenciamento é **R$350,00** deverá ser pago no dia da pesagem.

☞ **Não será permitida entrada de equipamentos de foto e filmagem profissionais.**

QUEM PODE COMPETIR?

➢ Atletas devidamente filiados à Federação.

ATENÇÃO

☞ Fotos, filmagem, pintura, maquiagem, cabelo, horários e valores deverão ser negociados diretamente com os prestadores de serviço.

☞ A IFBB-RS não se responsabiliza pelos serviços prestados e quaisquer eventualidades na prestação de serviços dos nossos parceiros.