



LES MILLS  
wellness



# COPA POWERLIFTING SPORTZONE

## REGULAMENTO

**DATA DO FESTIVAL:** 23 de maio de 2026.

**CRENCIAMENTO:** 08h30

**LOCAL:** Academia Sportzone – unidades Boituva e Tatuí.

**PESAGEM:** 09h00

### I - DAS INSCRIÇÕES:

Art. 1º - O período de inscrição será de 01 à 21 de maio.

Art. 2º - As inscrições podem ser realizadas na recepção da academia ou pelo site.

§ 1º Será cobrada uma taxa de inscrição de?

§ 2º A ficha de inscrição deve ser entregue preenchida completamente e de letra legível.

Art. 3º - Serão disponibilizadas para este evento um total de 100 inscrições, ou seja, 50 participantes por unidade.

### II - DOS PARTICIPANTES:

Art. 4º - A participação na **COPA SPORTZONE POWERLIFTING** é aberta a todos, sendo ou não alunos da academia.

Art. 5º - A competição ocorre entre levantadores em categorias definidas por sexo, peso corporal e idade.

Art. 6º - É permitido para cada competidor três tentativas em cada levantamento. A melhor tentativa válida do levantador em cada levantamento, conta em seu total na competição.

§ 1º Se 2 (dois) ou mais levantadores obtiverem o mesmo total, o levantador mais leve se classifica à frente do mais pesado.

§ 2º. Se 2 (dois) levantadores registrarem o mesmo peso corporal na pesagem e alcançarem o mesmo total no fim da competição, o que primeiro realizou o total terá precedência sobre o segundo.

### IV - DAS PREMIAÇÕES:

Art. 8º - Todos os participantes inscritos irão ganhar uma (1) medalha de participação da **COPA SPORTZONE POWERLIFTING** independente de quantas provas participarem.

§ 1º Se 2 (dois) ou mais levantadores

### VI - DAS CATEGORIAS IDADES:

JUNIOR: de 18 a 23 anos.

OPEN: de 24 a 39 anos.

SUB MASTER: de 40 e 60 anos.

MASTER: de 61 e 80 anos.

### VI - DAS CATEGORIAS PESO:

Masculino

Categoria até 59,0 kg: até 59,0 kg



LES MILLS  
wellness



Categoria até 66,0 kg: de 59,01 até 66,0 kg

Categoria até 74,0 kg: de 66,01 até 74,0 kg

Categoria até 83,0 kg: de 74,01 até 83,0 kg

Categoria até 93,0 kg: de 83,01 até 93,0 kg

Categoria + 93,0 kg: de 93,01 em diante

Feminino

Categoria até 47,0 kg: até 47,0 kg

Categoria até 52,0 kg: de 47,01 até 52,0 kg

Categoria até 57,0 kg: de 52,01 até 57,0 kg

Categoria até 63,0 kg: de 57,01 até 63,0 kg

Categoria até 72,0 kg: de 63,01 até 72,0 kg

Categoria + 72,0 kg: de 72,01 em diante

#### VII - DAS PROVAS:

A **COPA SPORTZONE POWERLIFTING** reconhece os seguintes levantamentos que devem ser feitos na mesma sequência em todas as competições conduzidas pelas regras da Federação Internacional de Powerlifting (IPF).

§ 1º Levantamento Terra.

§ 2º Supino.

#### V - DAS DISPOSIÇÕES FINAIS:

Art. 10º - Os participantes serão considerados inscritos após o pagamento da taxa de inscrição.

Art. 11º - Será liberado o acesso aos familiares e amigos dos participantes as dependências da Academia Sportzone para acompanhar o evento.

Art. 12º - Os casos omissos serão resolvidos pela Comissão Organizadora do evento.

*Boituva, 24 de Abril de 2026.*

VLADIMIR JULIANO DE GODOI  
GERENTE TÉCNICO



LES MILLS  
wellness



## FICHA DE INSCRIÇÃO

### 1 – DADOS PESSOAIS

NOME:	
E-MAIL:	IDADE:

### 2 – CATEGORIA PESO MASCULINO

- 59 kg                       66 kg                       74 kg  
 83 kg                       93 kg                       +93 kg

### 3 – CATEGORIA PESO FEMININO

- 47 kg                       52 kg                       57 kg  
 63 kg                       72 kg                       +72 kg

## FICHA DE INSCRIÇÃO

### 1 – DADOS PESSOAIS

NOME:	
E-MAIL:	IDADE:

### 2 – CATEGORIA PESO MASCULINO

- 59 kg                       66 kg                       74 kg  
 83 kg                       93 kg                       +93 kg

### 3 – CATEGORIA PESO FEMININO

- 47 kg                       52 kg                       57 kg  
 63 kg                       72 kg                       +72 kg



