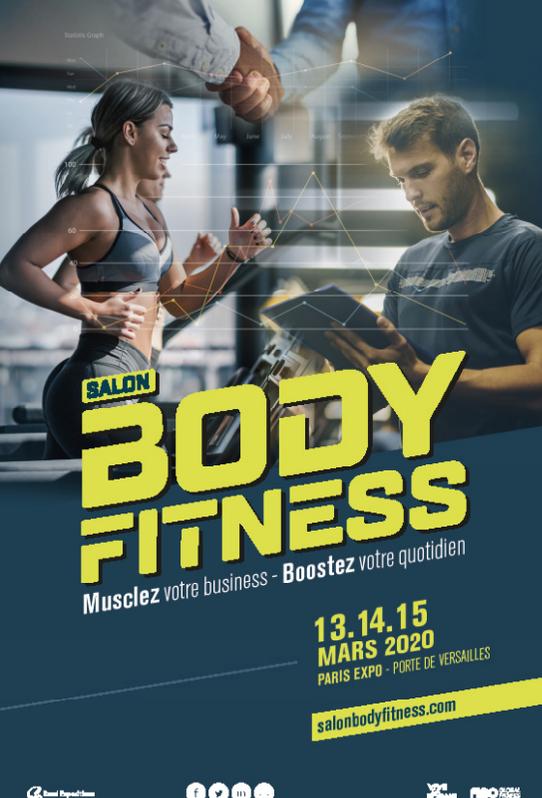


# SALON BODY FITNESS 2020

## Championnat de France de Musculation

**13.14.15 Mars 2020**  
Paris Expo - Porte de Versailles



La 33<sup>ème</sup> édition du salon « Body Fitness » organisée par Reed Expositions France accueillera pour la 1<sup>ère</sup> fois le Championnat de France de Musculation, le **samedi 14 mars 2020**.

### Un évènement à fort impact

Organisée par la Fédération Française d'Haltérophilie Musculation, la compétition s'articulera autour d'épreuves à l'intensité progressive. Le **Championnat sera ouvert** aux athlètes mais également **aux pratiquants passionnés de musculation**. Pas besoin d'être membre de la fédération ce jour-là mais il faudra vouloir se surpasser et se confronter aux autres participants !

**Individuellement ou en équipe de 3 personnes** (2 hommes et 1 femme), il sera possible de s'inscrire à 3 catégories de poids pour les hommes et 2 pour les femmes. Les participants et participantes (**1/3 des candidats**) pourront représenter et défendre les couleurs de leur club.

Dans un **espace spécialement aménagé sur 900 m<sup>2</sup>**, le championnat sera un véritable show pour les visiteurs du salon. Le déroulé des épreuves a été spécialement étudié pour créer un véritable spectacle et valoriser les performances de chacun qui sera retransmis sur écran géant.

A propos de REED EXPOSITIONS FRANCE - [www.reedexpo.fr](http://www.reedexpo.fr)

Présent sur 18 secteurs d'activité, avec 40 salons leaders dont Batimat, EquipHotel, IFTM-Top Resa, Expoprotection, Pollutec, SITL, Maison & Objet\*, Fiac, Paris Photo... et 45 sites internet et blogs, Reed Expositions apporte à ses clients les contacts, les contenus et les réseaux pour accélérer leur développement. Plus de 18 600 entreprises et 1,08 million d'acheteurs français et étrangers sont clients de ses événements.

Reed Expositions fait partie du groupe Reed Exhibitions, l'un des premiers organisateurs mondiaux de salons et leader sur le marché français avec plus de 60 manifestations et 2 filiales, Reed Expositions France et Reed Midem.

\*organisé par la SAFI, filiale de Reed Expositions et d'Ateliers d'Art de France

### Comment participer ?

Ouvert à tous, les participants devront concourir à **des qualifications** avant de pouvoir prétendre à la finale au salon Body Fitness. Les concurrents devront au préalable participer aux championnats régionaux FFHM qui se dérouleront dans chaque grande région tout au long du mois de janvier 2020.

Autre possibilité, se filmer lors des qualifications en ligne qui auront lieu entre le 27 janvier et le 7 février. Une vidéo de leur performance à envoyer selon des critères définis.

*Retrouvez toutes les infos sur le site de la FFHM en cliquant [ici](#)*

### Se challenger en toute sécurité

Lors de chaque épreuve, les participants seront **évalués en fonction de la charge soulevée, du nombre de répétitions effectuées ou de la rapidité à accomplir le volume de travail demandé**. Tractions, dips, soulevés de terre... ces exercices bien connus permettront de tester les différentes qualités physiques des concurrents et de déterminer un classement.

Les épreuves sont conçues pour faire travailler l'ensemble des muscles de manière équilibrée.

Plus d'informations sur le site [www.ffhaltero.fr](http://www.ffhaltero.fr)

**14 Mars 2020 - Paris Expo - Porte de Versailles - Halls 5.2 / 5.3**



Retrouvez l'actualité Body Fitness sur :

[www.salonbodyfitness.com](http://www.salonbodyfitness.com)

Frais d'inscription pour les qualifications 30 €  
et pour les équipes 45 €

(ce tarif comprend l'entrée au salon ainsi qu'une entrée Coach)

Entrée : 10 € au lieu de 14 € sur place  
jusqu'au 12 mars

Du 13 au 15 mars : 14 € en ligne et sur place

