

Le **monster-gym.ch** de Münsingen accueillera la **Showdown Series VII** en développé couché.
Cet événement est organisé par monster-gym.ch en collaboration avec Swiss Powerlifting.

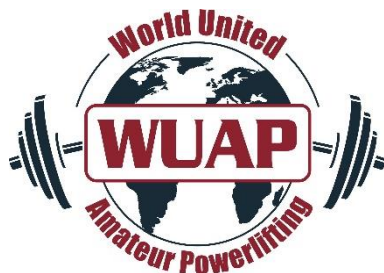
Nous vous souhaitons la bienvenue !



monster-gym.ch
Erlenauweg 11
3110 Münsingen

MONSTER
GYM.CH *powered by*
self-fitness.ch

La compétition est considérée comme une qualification pour les championnats d'Europe et du monde des fédérations WPC, GPC, WUAP et WRPF pour l'année 2026-2027.



Nous nous réjouissons de vous retrouver, avec vos coaches, amis et familles lors de la Showdown Series.

Salutations sportives

Président
Swiss Powerlifting
Cina Serge

Responsable de l'organisation
monster-gym.ch

Répartition des catégories et règles

Lors de la Showdown Series, c'est la répartition des catégories de Swiss Powerlifting qui est utilisée. Veuillez également prendre connaissance des autres règles de Swiss Powerlifting. Nous nous engageons en faveur d'un sport de compétition neutre et réglementé, sans exigences spéciales ni obligation d'affiliation à un club. Il n'y a pas non plus de limites de qualification pour la Showdown Series de cette année.

Règles : <https://www.powerlifting.ch/reglemente>

Catégorie Pro

Swiss Powerlifting a le plaisir de vous annoncer qu'il y aura une catégorie pro. Vous trouverez les conditions d'inscription dans la répartition des catégories.

Catégorie débutante

Les débutants sont des athlètes qui n'ont jamais participé à une compétition officielle. Si cette règle n'est pas respectée après la compétition, l'athlète sera immédiatement disqualifié. Les frais administratifs liés à la correction du classement seront facturés. Un débutant peut choisir de concourir dans la catégorie débutants ou dans une catégorie régulière. Il n'est pas possible de concourir dans les deux catégories.

Équipement de compétition & de warm-up

ÉQUIPEMENT DE COMPÉTITION

Rack : EliteFTS Competition Flat Bench – Fat Pad
Disques : American barbell & Leoko

Barres

Squats : n/a
Développé couché : Rogue Ohio Powerbat
Soulevé de terre : n/a

ÉQUIPEMENT DE COMPÉTITION & DE WARM-UP

Rack : EliteFTS Power Rack
Disques : American barbell

Barres

Squats : n/a
Développé couché : Rogue Ohio Powerbar
Soulevé de terre : n/a



Inscription



L'inscription sera publiée le 21 décembre 2025 sur la page d'accueil de Swiss Powerlifting.

Attention : la compétition est limitée à environ 35 athlètes par jour de compétition.

Si le nombre d'athlètes inscrits dépasse le nombre de places disponibles, l'ordre d'inscription déterminera l'attribution des places.

Teilnehmerlimite erreicht

La Showdown Series dans le monster-gym.ch est déjà complète avant la date limite officielle d'inscription. Malheureusement, nous ne pouvons plus accepter d'autres inscriptions.

Entrée



Spotter / Loading-Crew

Pour organiser une compétition, nous avons besoin de votre aide. Nous recherchons des bénévoles qui peuvent aider en tant que Spotter avec le Loading-Crew le jour de la compétition. Plus il y a de volontaires, moins il faut de temps pour donner un coup de main. Tous les bénévoles recevront un T-shirt et un cadeau. Des boissons seront disponibles gratuitement. Si vous êtes intéressé, veuillez contacter Swiss Powerlifting: info@powerlifting.ch



Pesée

La pesée a lieu le samedi et le dimanche. Il suffit de venir à la pesée l'un des deux jours.

Si tu n'atteins pas le poids souhaité le samedi, tu peux te revenir à la fin de la pesée ou le dimanche pour une nouvelle pesée. Le dimanche, il est également possible de se faire peser une nouvelle fois à la fin de la pesée si tu n'as pas atteint le poids souhaité.

Horaire

Pesée	samedi, 21 mars 2026	horaires à suivre
Pesée	dimanche, 22 mars 2026	horaires à suivre
Compétition	dimanche, 22 mars 2026	horaires à suivre

L'horaire définitif sera publié sur le site Internet de Swiss Powerlifting immédiatement après la clôture des inscriptions.

Trophées



Swiss Powerlifting fait fabriquer ses trophées par les Ateliers du Rhône, à Chippis, soutenant ainsi la fondation et son personnel.

Spécialisés dans la fabrication en aluminium, les Ateliers du Rhône à Chippis ont pour objectif principal l'intégration de personnes en situation de handicap. Deux tiers des employés sont des personnes en situation de handicap physique ou mental, souvent à la suite d'un accident du travail. Les ateliers accueillent également des jeunes en difficulté provenant du centre de formation et d'intégration de Suisse romande.

Parking

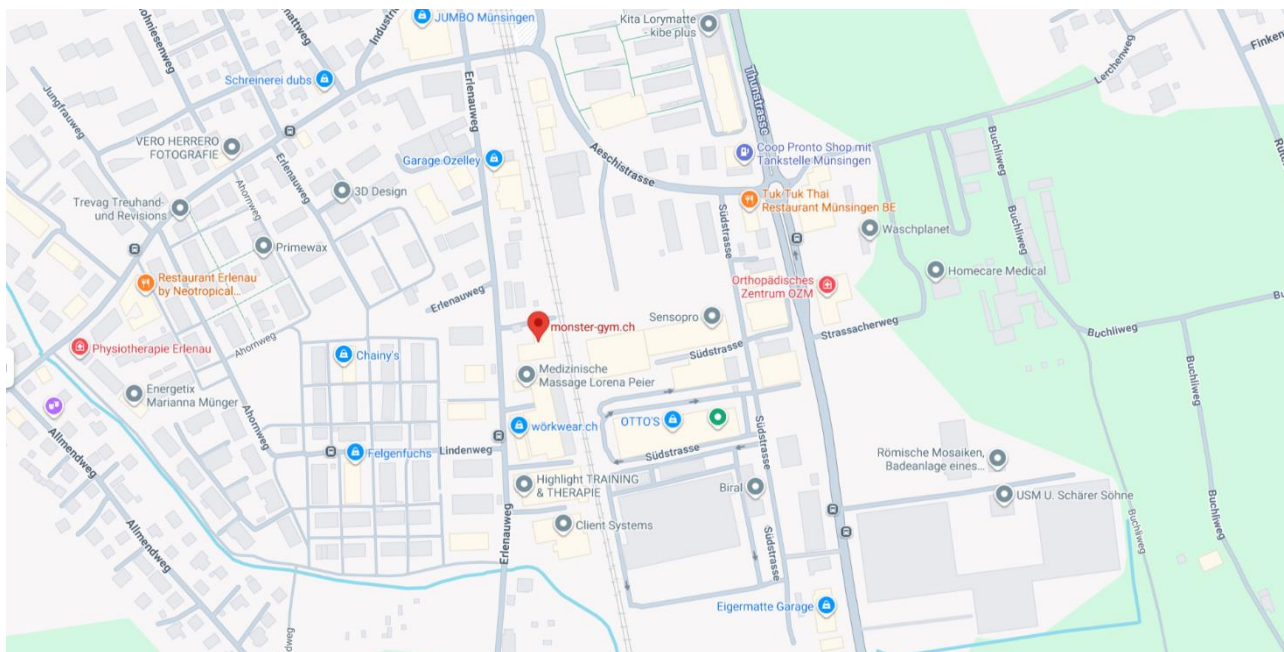
Parking directement à côté du hall et dans les [environs](#).



Plan d'accès

Adresse:

monster-gym.ch
Erlenauweg 11
3110 Münsingen



Restauration sur place

Les athlètes s'occupent de leur propre nourriture sur place.