

**TREMBLEMENT DE TERRE MONTRÉAL 2012  
DYNAMOPHILIE & BENCH PRESS**

**LIEU:** Entraînement Epicentre, 665 Desnoyers, Montréal, QC H4C 3E1

**DATE:** Samedi 18 Février 2012

**PESÉE:** Samedi le 18 Février 10:00hres

**COMPÉTITION:** 12 hres (**midi**)

**Ouvert aux hommes et aux femmes.**

**Maximum 15 inscriptions – dynamophilie et 5 inscriptions - bench press.**

**SANCTION:** Sanctionné par la fédération FQD/CPU. Non sanctionné pour novices, 1ère compétition seulement.

**UNIFORME:** Costume de leveur une pièce seulement (**Pas de spandex**) Le gilet de bench press est permis. (Approuvé IPF seulement) **Costumes et gilets double épaisseur interdits!**

**T-shirts et sous-vêtements approuvés seulement**

**CATÉGORIE DE POIDS:** (Nouvelles catégories) (KG) 53-59-66-74-83-93-105-120-120+ (HOMMES)  
43-47-52-57-63-72-84-84+ (FEMMES)

**DIVISIONS:** Novice, Pré-junior, junior, open et maîtres

**TESTS DE DOPAGE:** Le CCES pourrait être sur place pour procéder à des test de dopage.

**RÉCOMPENSES:** **1er leveur (formule Wilks) M/F \$250 & 1er Bench de la journée \$100**

**RECORDS NATIONAL:** NON

**RESPONSABLE:** Kacey Baines 514-937-0937 e-mail: kaceyrose@mac.com

**INSCRIPTION:** \$60.00

**ADMISSION GÉNÉRALE:** \$5.00

**DATE LIMITE D'INSCRIPTION:** 27 Janvier 2012. S.V.P. respecter la date limite

**POSTEZ VOS INSCRIPTIONS ET VOS CHÈQUES PAYABLES À** Kacey Baines  
665 Desnoyers  
Montréal, QC H4C 3E1

**HOTEL SUGGÉRÉ:** **Quality Inn Downtown** 1214 Crescent St., Montréal, QC. H3G 2A9 (514) 878-2711

---

**TREMBLEMENT DE TERRE MONTRÉAL 2012  
DYNAMOPHILIE & BENCH PRESS**

NOM: \_\_\_\_\_ ÂGE \_\_\_\_\_ DATE DE NAISSANCE(j/m/an) \_\_\_\_\_

ADRESSE \_\_\_\_\_ VILLE \_\_\_\_\_ CODE POSTAL \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE: \_\_\_\_\_ E-MAIL: \_\_\_\_\_

SEXE \_\_\_\_\_ POIDS \_\_\_\_\_ DIVISION \_\_\_\_\_

BENCH PRESS: \_\_\_\_\_ DYNAMOPHILIE: \_\_\_\_\_

AVEC EQUIPEMENT \_\_\_\_\_ SANS EQUIPEMENT \_\_\_\_\_

La FQD se réserve le droit de procéder à des tests de dépistage de drogue, selon la procédure et les normes utilisées par la C.P.U. et la I.P.F, c'est-à-dire en prélevant des échantillons d'urine.

En considération de mon inscription à cette compétition, je m'engage à renoncer à tout recours légal contre les organisateurs, le site de l'événement, les fédérations concernées ainsi que toute personne liée de près ou de loin à cette compétition.

SIGNATURE DU LEVEUR OU LEVEUSE: \_\_\_\_\_ DATE: \_\_\_\_\_

SIGNATURE DU PARENT (si moins de 18 ans.): \_\_\_\_\_ DATE: \_\_\_\_\_

**2012 "MONTREAL EARTHQUAKE"  
POWERLIFTING & BENCH PRESS**

**SITE:** Epicentre Training, 665 Desnoyers, Montréal, QC H4C 3E1

**DATE:** Saturday February 18th, 2012

**WEIGH IN:** Saturday February 18th 10am

**COMPETITION:** Starts at 12:00 (Noon)

**Open to men and women.**

**Maximum of 15 entries in powerlifting + 5 entries in Bench Press**

**SANCTION:**Sanctioned by the QPF/CPU. Non-sanctioned novice lifters, 1st competition only.

**UNIFORM:** One piece lifting suit or singlet (**No spandex pants**). **IPF approved** bench shirts and suits may only be used.  
**Double thickness suits and shirts not allowed! Approved t-shirts & underwear only.**

**WEIGHT CLASSES:** New categories (KG) 53-59-66-74-83-93-105-120-120+ (MEN)  
43-47-52-57-63-72-84-84+(WOMEN)

**DIVISIONS:** Novice, Sub-junior, junior, open & masters.

**AWARDS Best lifter Male/female by Wilks point \$250, Biggest Bench of the Day (PL & Bench combined) \$100**

**NATIONAL RECORDS:** NO

**DRUG TESTS:** The CCES could attend and proceed to drug test any CPU member attending the meet.

**MEET DIRECTOR:** Kacey Baines 514-937-0937 e-mail: kaceyrose@mac.com

**ENTRY FEE:** \$60

**GENERAL ADMISSION:** \$5

**ENTRY DEADLINE:** January 27, 2012. **Please respect the deadline**

**PLEASE MAIL ENTRIES AND CHECKS PAYABLE TO** Kacey Baines  
665 Desnoyers  
Montreal, QC. H4C 3E1

**SUGGESTED LODGING:** **Quality Inn Downtown** 1214 Crescent St. Montréal, QC H3G 2A9 (514) 878-2711

---

**"MONTREAL EARTHQUAKE" 2012  
POWERLIFTING & BENCH PRESS**

NAME: \_\_\_\_\_ AGE \_\_\_\_\_ DATE OF BIRTH (m/d/y) \_\_\_\_\_

ADDRESS: \_\_\_\_\_ CITY \_\_\_\_\_ POSTAL CODE: \_\_\_\_\_

PHONE: \_\_\_\_\_ EMAIL: \_\_\_\_\_

SEX: \_\_\_\_\_ WEIGHT CLASS: \_\_\_\_\_ DIVISION \_\_\_\_\_

BENCH PRESS: \_\_\_\_\_ POWERLIFTING: \_\_\_\_\_

EQUIPPED \_\_\_\_\_ RAW \_\_\_\_\_

**The QPF reserves the right to drug test any lifter at this competition by urine analysis, in accordance with CPU/IPF and USAPL guidelines.**

In consideration of your acceptance of the entry, I hereby intend to be legally bound for myself, my heirs, executors or administrators, waive and release any and all rights and claims against the QPF, the CPU, the directors or their representatives and successors and/or assigns, the sponsors of this contest, the meet site and their personnel for any and all injuries suffered by me at the said competition

COMPETITOR'S SIGNATURE: \_\_\_\_\_ DATE: (m/d/y): \_\_\_\_\_

SIGNATURE OF PARENT/GUARDIAN (if under 18): \_\_\_\_\_ DATE: (m/d/y): \_\_\_\_\_