



CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



**ASAMBLEA GENERAL CSFF  
CURSO PARA JUECES  
SUDAMERICANOS E INTERNACIONALES  
CURSO PARA ENTRENADORES DE COMPETENCIA**



**LIMA – PERU  
9 - 13 / NOVIEMBRE / 2023**



**Inscripción preliminar: 29 de septiembre - numérica**  
**Inscripción final: 23 de octubre - datos completos**



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



Quito, 08 de mayo del 2023  
Oficio No. CSFF-034-05-23

**SEÑORES  
PRESIDENTES DE LAS FEDERACIONES Y ASOCIACIONES NACIONALES DE  
FISICOCULTURISMO Y FITNESS DE SUDAMÉRICA**

En su despacho. -

De nuestras consideraciones:

Reciban un cordial saludo y el deseo sincero de éxito en todas sus actividades.

La Confederación Sudamericana y la Federación Deportiva Nacional de Fisicoculturismo y Fitness de Perú, tienen el honor de invitarles a participar en el **48vo. CAMPEONATO SUDAMERICANO DE FITNESS Y FISICOCULTURISMO, ASAMBLEA GENERAL CSFF, CURSO PARA JUECES SUDAMERICANOS E INTERNACIONALES Y CURSO PARA ENTRENADORES DE COMPETENCIA**, que tendrán lugar en la ciudad de Lima - Perú del 9 al 13 de noviembre del año en curso, conforme al programa adjunto.

Esperamos contar con su presencia, nos despedimos reiterando los lazos de amistad y trabajo en beneficio de nuestro deporte.

Atentamente,

  
Lcdo. Juan Fernando Paredes  
**PRESIDENTE CSFF**

  
Sr. Alcides Medina  
**SECRETARIO CSFF**



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



**PROGRAMA GENERAL**  
**48° CAMPEONATO SUDAMERICANO DE FITNESS Y FISICOCULTURISMO**

DÍA	HORA	ACTIVIDAD
Miércoles 8 noviembre	Todo el día	Llegada Comisión Directiva de la CSFF
	20:00 - 22:00	Cena Comisión Directiva de la CSFF
Jueves 9 noviembre	Todo el día	Llegada delegaciones y traslados
		Pago de inscripciones y cuotas
	08:30 - 09:00	Registro Seminario de Jueces
	09:00 - 13:00	SEMINARIO PARA JUECES
	16:00 - 20:00	ASAMBLEA GENERAL CSFF
	20:30 - 22:00	Cena presidentes Federaciones Nacionales
Viernes 10 noviembre	08:00 - 09:00	REUNION TECNICA
	09:00 - 13:00	PESAJE Y MEDICIÓN DE TALLA
	09:00 - 14:00	CURSO PARA ENTRENADORES DE COMPETENCIA
	12:00 - 13:00	Examen Escrito – Curso Jueces
	16:00 - 21:00	SEMIFINALES – FINALES 1er. DÍA
Sábado 11 noviembre	09:00 - 21:00	SEMIFINALES – FINALES 2do. DÍA
	09:00 - 21:00	Evaluación práctica – Curso Jueces
	14:00 - 15:00	Parada de naciones - Inauguración
Domingo 12 noviembre	09:00 - 15:00	SEMIFINALES – FINALES 3er. DÍA
	16:00 - 19:00	IFBB ELITE PRO SHOW
	20:30 - 02:00	Fiesta de Clausura
Lunes 13 noviembre	Todo el día	Salida de las delegaciones

**#sudaifbb2023**



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



### **COMITÉ ORGANIZADOR:**

El 48vo. Campeonato Sudamericano está organizado por la Confederación Sudamericana CSFF y la Federación Deportiva Nacional de Fisicoculturismo y Fitness de Perú, con el respaldo de la Federación Internacional de Fitness y Fisicoculturismo IFBB.

### **LUGAR DE REALIZACIÓN:**

El Campeonato Sudamericano se llevará a cabo en la ciudad de Lima, capital de la República del Perú, ubicada en la zona centro occidental de este hermoso país, entre el Océano Pacífico y la Cordillera de los Andes, a una altitud de 154 m.s.n.m., su clima es templado con temperatura promedio anual de 22°C.

En la actualidad Lima es una moderna metrópoli, con más de 10 millones de habitantes, siendo una de las principales ciudades de Sudamérica, y la más grande de Perú, está dotada de todos los adelantos de la vida moderna, cuenta con apropiada infraestructura turística, ideal para llevar a cabo eventos de carácter internacional.



La ciudad cuenta con zonas céntricas, distritos con infraestructura moderna, con importantes hoteles, restaurantes, centros comerciales y locales nocturnos. Merecen ser visitados los distritos Miraflores, San Isidro, Barranco y Lince, donde encontrarás desde hermosos y agradables parques y plazas, hasta modernos centros comerciales y residenciales, pubs y discotecas llenos de diversión. En las playas de estos distritos se practican la tabla hawaiana, ala delta y parapente, entre otros.

### **RECEPCIÓN DE LAS DELEGACIONES:**

Las delegaciones deben planificar su vuelo hacia el Aeropuerto Internacional Jorge Chávez, donde serán recibidos por el Comité Organizador.

La Federación Peruana brindará el transporte aeropuerto – hotel – aeropuerto en los días establecidos como oficiales: llegada jueves 9 de noviembre y salida lunes 13 de noviembre. Quienes viajen en otras fechas deberán resolver de forma particular su movilización.



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



### **CONFIRMACIÓN DE LLEGADA Y VUELO:**

Es indispensable que las delegaciones a través de su Federación o Asociación Nacional confirmen su itinerario de llegada con la información del vuelo hasta el 23 de octubre, al correo electrónico [csff.ifbb@gmail.com](mailto:csff.ifbb@gmail.com).

### **HOSPEDAJE:**

La Confederación Sudamericana brindará hospedaje por **4 noches** incluido el desayuno, para atletas y delegados debidamente inscritos, desde el día de llegada oficial **jueves 9 de noviembre** hasta el **lunes 13 de noviembre**, día de salida de las delegaciones. Con excepción de la Delegación de Perú.

Para la reserva y distribución de las habitaciones es necesario que envíen los formularios de inscripción preliminar y final en las fechas señaladas, de otro modo cada delegación deberá pagarse su alojamiento.

El **HOTEL DAZZLER MIRAFLORES** será la sede del Campeonato Sudamericano.



### **ALIMENTACIÓN:**

Cada delegación debe cubrir sus gastos de alimentación. Se pone a disposición la empresa F&N Comida & Nutrición que puede proveer los requerimientos de alimentación de dieta y normal.

Contactos:

- ✓ Jaime Gonzales +51946500784
- ✓ Sofia Sánchez +51942762633

### **FIESTA DE DESPEDIDA:**

El día domingo 13 de noviembre la CSFF ofrecerá una fiesta de despedida a todos los atletas y delegados registrados para el Campeonato Sudamericano, a partir de las 20H30. Los invitados deben asistir con traje semiformal.



CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



### **LUGAR DE LA COMPETENCIA:**

Las competencias tendrán lugar en el **COLISEO EDUARDO DIBOS**, importante escenario deportivo de grandes proporciones y con la capacidad de albergar competencias internacionales de diferentes disciplinas.

La Federación Peruana está a cargo de los traslados hotel – coliseo – hotel en los días de competencia y de acuerdo a los horarios que serán publicados.



### **AFILIACIÓN ANUAL:**

La Federación o Asociación Nacional debe cancelar la cuota de afiliación anual establecida en **400 dólares**.

### **INSCRIPCIÓN:**

La inscripción por atleta tiene un costo de **270 dólares**, esto incluye el valor determinado por la IFBB para los controles de dopaje. La inscripción por delegado oficial es **250 dólares**. El jefe de Delegación de cada País deberá realizar el pago de todo el equipo a su llegada al Hotel. Para los atletas de Perú la inscripción será **170 dólares**. Para la competencia de Fitness Challenge la inscripción será **50 dólares**.

### **DOBLE CATEGORIA:**

Los atletas podrán competir en otra categoría pagando un valor adicional de **50 dólares**. Esta participación será de acuerdo al reglamento de la IFBB y corresponde específicamente a los junior y master que pueden incluirse como senior y en las modalidades afines.

### **CARNET INTERNACIONAL IFBB:**

Los atletas deben presentar su Carnet Internacional IFBB para competir, el mismo tiene un costo de **45 dólares** para quienes no lo tengan o deban renovar su afiliación anual.



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



### **ACOMPAÑANTES:**

Los acompañantes deben pagar **300 dólares**, valor que cubre cuatro noches de alojamiento en habitación doble con desayuno incluido, pulsera para el ingreso a las competencias.

### **JUECES:**

Para ser considerados dentro de los paneles de este campeonato, los jueces sudamericanos e internacionales, así como los aspirantes a jueces deben ser incluidos en el formulario de inscripción final enviado por cada Federación o Asociación Nacional.

Los jueces deben presentar su carnet internacional y **asistir de forma obligatoria al curso** que se desarrollará el día jueves 9 de noviembre a partir de las 08H30 en el Hotel Dazzler Miraflores.

### **REGISTRO, PESAJE Y MEDICIÓN DE TALLA:**

El registro, pesaje y medición de talla se llevará a cabo el día viernes 10 de noviembre de 09H00 a 13H00 en el Hotel Dazzler Miraflores, de acuerdo a un cronograma que será informado oportunamente.

Los atletas deben presentar su pasaporte o documento de identidad y el carnet internacional IFBB para el registro.

### **MÚSICA DE COMPETENCIA:**

Durante el pesaje, cada atleta debe presentar un USB que contenga la música de competencia en formato MP3, con el tiempo establecido en el reglamento de cada modalidad. El uso de lenguaje profano, vulgar y ofensivo está estrictamente prohibido en la música de posar.

### **PINTURA DE COMPETENCIA:**

Los atletas pueden utilizar pintura de bronceado, no está permitida en crema, ya que no se fija a la piel y puede manchar con facilidad. Un oficial revisará el bronceado de todos los atletas detrás del escenario.

### **PASES PARA ENTRENADORES – BACKSTAGE:**

Los entrenadores acreditados podrán ingresar al backstage o área de calentamiento. Para esto la CSFF entregará 1 pase por cada 10 atletas al jefe de Delegación de cada país, durante la reunión técnica que tendrá lugar el viernes 10 de noviembre a partir de las 08H00 en el Hotel Dazzler Miraflores. Estarán disponibles pases adicionales a un costo de 25 dólares por día de competencia o 60 dólares los 3 días.

### **TARJETAS PROFESIONALES IFBB ELITE PRO:**

Se entregará tarjeta profesional a los **campeones de cada división en la categoría SENIOR** de las modalidades: Fisicoculturismo, Classic Physique, Muscular Men's Physique, Men's Physique, Body Fitness, Wellness y Bikini, con un total de **30 IFBB ELITE PRO CARDS**. Los atletas que obtengan su tarjeta profesional podrán competir directamente en el Campeonato Sudamericano Profesional que se realizara el domingo 12 de noviembre.



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



### **FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN PRELIMINAR:**

La fecha límite para enviar el formulario de inscripción preliminar es el **29 de septiembre**. La Federación o Asociación Nacional debe confirmar su intención de participar indicando el **número total de atletas y delegados** que conformaran la Delegación.

Enviar a: [csff.ifbb@gmail.com](mailto:csff.ifbb@gmail.com)

### **FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN FINAL:**

La fecha límite para enviar el formulario de inscripción final es el **23 de octubre**. La Federación o Asociación Nacional debe enviar los **nombres de todos los participantes**: atletas con número de pasaporte, modalidad, categoría y división; delegados oficiales, extras y jueces con número de pasaporte. También deben incluir los itinerarios de los vuelos de llegada y salida. Esta información es fundamental para garantizar el transporte de la delegación.

Enviar a: [csff.ifbb@gmail.com](mailto:csff.ifbb@gmail.com)

### **PRENSA, FOTOGRAFÍA Y FILMACIÓN:**

La CSFF tiene los derechos exclusivos del evento. El Campeonato Sudamericano será transmitido en vivo, a través de la página web [www.csff-ifbb.com](http://www.csff-ifbb.com) y las redes sociales institucionales.

Se acreditará al personal de prensa y fotografía para el evento. NO se permitirá el acceso a personas sin autorización.

Los fotógrafos deben solicitar su acreditación vía correo electrónico a [prensa.csff@gmail.com](mailto:prensa.csff@gmail.com), incluyendo el aval de la Federación o Asociación de su país y el pago de 100 dólares.

Cámaras y equipos de vídeo están estrictamente prohibidos en el backstage y camerinos, excepto para el personal que cuente con autorización especial de la CSFF y medios de comunicación.

### **SEGURO MÉDICO DE VIAJE:**

Es obligatorio que todos los integrantes de la Delegación tengan un seguro médico de viaje, que cubra fundamentalmente atención médica y hospitalaria que pudieran requerir durante el viaje y estadía. La CSFF y la Federación Peruana no se responsabilizan por gastos médicos.

### **BANDERAS E HIMNOS:**

Las banderas e himnos serán provistos por la CSFF.

### **CERTIFICADOS:**

La CSFF entregará certificados oficiales a todos los participantes en el 48° Campeonato Sudamericano, debidamente firmados por las autoridades de la Confederación Sudamericana y Comité Organizador.

### **PARADA DE NACIONES:**

El código de vestimenta obligatoria para los delegados que participan en el desfile de las naciones será el uniforme oficial de la IFBB.



# CONFEDERACIÓN SUDAMERICANA DE FITNESS Y FISICOCULTURISMO

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



## **CLIMA:**

Para el mes de noviembre, la temperatura promedio en Lima es de 16 a 22 grados centígrados.

## **MONEDA:**

La moneda oficial en Perú es el Sol.

## **PARTICIPACIÓN:**

El Campeonato Sudamericano está abierto a todas las Federaciones y Asociaciones Nacionales de la región afiliadas a la CSFF. La participación de atletas es ilimitada, su registro podrá realizarse únicamente a través de las mismas.

Es importante que tengan en cuenta que es obligación y responsabilidad de cada Federación o Asociación Nacional verificar que cada uno de los atletas que inscribe no se encuentre suspendido, ni cumpliendo un período de inelegibilidad debido a una infracción de las reglas antidopaje u otro caso disciplinario a nivel nacional o internacional.

## **CATEGORÍAS DE COMPETENCIA:**

FISICOCULTURISMO		
1	Juvenil 16–23 años	Categoría Única
2	Senior	Hasta 65 Kg
3		Hasta 70 Kg
4		Hasta 75 Kg
5		Hasta 80 Kg
6		Hasta 85 Kg
7		Hasta 90 Kg
8		Hasta 95 Kg
9		Hasta 100 Kg
10		Más de 100 Kg
11	Master 40-44 años	Categoría Única
12	Master 45-49 años	Categoría Única
13	Master 50-54 años	Categoría Única
14	Master 55-59 años	Categoría Única
15	Master +60 años	Categoría Única
CLASSIC PHYSIQUE		
16	Juvenil 16–23 años	Categoría Única
17	Open	Hasta 171 cm.
18		Hasta 175 cm.
19		Más 175 cm.
20	Master +40 años	Categoría Única
CULTURISMO CLÁSICO		
21	Juvenil 16–23 años	Categoría Única
22	Senior	Hasta 168 cm.
23		Hasta 171 cm.
24		Hasta 175 cm.
25		Más 175 cm.
26	Master +40 años	Categoría Única



<b>GAMES CLASSIC BODYBUILDING</b>		
27	Open	Hasta 175 cm.
28		Más 175 cm.
<b>WOMEN'S PHYSIQUE</b>		
29	Open	Categoría Única
<b>PAREJAS CULTURISTAS</b>		
30	Open	Categoría Única
<b>SILLA DE RUEDAS</b>		
31	Masculino	Categoría Única
<b>MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE</b>		
32	Open	Hasta 173 cm.
33		Más 173 cm.
<b>MEN'S PHYSIQUE</b>		
34	Juvenil 16–23 años	Categoría Única
35	Senior	Hasta 167 cm.
36		Hasta 170 cm.
37		Hasta 173 cm.
38		Hasta 176 cm.
39		Hasta 179 cm.
40		Más 179 cm.
41	Master +40 años	Categoría Única
<b>BODYFITNESS</b>		
42	Juvenil 16–23 años	Categoría Única
43	Senior	Hasta 163 cm.
44		Más 163 cm.
45	Master +35 años	Categoría Única
46	Master +45 años	Categoría Única
47	Master +55 años	Categoría Única
<b>WELLNESS</b>		
48	Juvenil 16 – 23 años	Categoría Única
49	Senior	Hasta 158 cm.
50		Hasta 163 cm.
51		Hasta 168 cm.
52		Más 168 cm.
53	Master +35 años	Categoría Única
54	Master +40 años	Categoría Única
<b>BIKINI</b>		
55	Juvenil 16 – 23 años	Categoría Única
56	Sénior	Hasta 160 cm.
57		Hasta 162 cm.
58		Hasta 164 cm.
59		Hasta 166 cm.
60		Hasta 169 cm.
61		Más 169 cm.
62	Master +35 años	Categoría Única
63	Master +40 años	Categoría Única



<b>PAREJAS FITNESS</b>		
64	Open	Categoría Única
<b>FIT MODEL FEMENINO</b>		
65	Open	Hasta 164 cm.
66		Más 164 cm.
<b>FITNESS MASCULINO</b>		
67	Open	Categoría Única
<b>FITNESS ARTISTICO FEMENINO</b>		
68	Artístico	Categoría Única
<b>FITNESS INFANTIL</b>		
69	Niñas	6 - 7 años
70		8 - 9 años
71		10 - 11 años
72		12 - 13 años
73		14 - 15 años
74	Niños	Hasta 9 años
75		Más 9 años
<b>FITNESS CHALLENGE - SPEED FIT</b>		
76	Femenino - Open	Bronze
77		Silver
78	Masculino - Open	Bronze
79		Silver
<b>ABSOLUTAS – OVERALLS</b>		
80	Overalls	Fisicoculturismo Sénior
81		Fisicoculturismo Master
82		Classic Physique
83		Culturismo Clásico
84		Games Classic Bodybuilding
85		Muscular Men´s Physique
86		Men´s Physique
87		BodyFitness Senior
88		BodyFitness Master
89		Wellness Senior
90		Wellness Master
91		Bikini Senior
92		Bikini Master
93		Fit Model Femenino

**OBSERVACIONES PARA LA COMPETENCIA:**

- La división se abre oficialmente con tres atletas. De no existir el número requerido pasarán a la división superior, de acuerdo a la normativa vigente.
- La premiación por equipos se realizará por puntos y por medallas alcanzadas.
- Los países pueden inscribir equipo A y B, pero sólo puntuarán los atletas del equipo A para la premiación por equipos.
- En la modalidad Parejas Culturistas, podrán participar las atletas de Women´s Physique, BodyFitness y Wellness, a conveniencia de cada país.



**CONFEDERACIÓN  
SUDAMERICANA  
DE FITNESS Y  
FISICOCULTURISMO**

CSFF

@csffifbb

+593 999614466

www.csff-ifbb.com

Caranqui OE6 - 110 y Av. Mariscal Sucre  
La Magdalena, Quito - Ecuador



### **CURSO PARA JUECES SUDAMERICANOS E INTERNACIONALES:**

El curso está dirigido a jueces nacionales que deseen ascender a juez sudamericano y para jueces sudamericanos que tienen el tiempo (2 años) para rendir la evaluación para juez internacional. Además, servirá como actualización obligatoria para los jueces que formen parte de los paneles en el Campeonato Sudamericano.

Se realizará en el Hotel Dazzler Miraflores con el siguiente programa:

<b>Fecha</b>	<b>Horario</b>	<b>Actividad</b>
Jueves 9 de noviembre	08:30 – 09:00 09:00 – 13:00	Registro Clases teóricas
Viernes 10 de noviembre	09:00 – 12:00 12:00 – 13:00	Pesaje y medición de talla Examen escrito
Sábado 11 de noviembre	09:00 – 20:00	Examen práctico - Test paper

El curso estará a cargo de:

Prof. Adolfo Martínez

Juez Internacional

Director de Jueces de la CSFF

Costo del Curso:

- ✓ Para Jueces Sudamericanos **120 dólares**
- ✓ Para Jueces Internacionales **200 dólares**
- ✓ Actualización Jueces Sudamericanos e Internacionales **20 dólares**

Incluye:

- ✓ Certificado de participación
- ✓ Material del Curso
- ✓ Carnet de Juez Sudamericano o Internacional **para quienes aprueben**

### **CURSO PARA ENTRENADORES DE COMPETENCIA:**

Este curso tiene la finalidad de contribuir con la formación profesional de los entrenadores, se tratarán temas que tienen que ver con la puesta en competencia de los atletas. Los participantes recibirán certificación internacional de la Confederación Sudamericana.

Las clases tendrán lugar el día viernes 10 de noviembre en el Hotel Dazzler Miraflores de 09:00 a 14:00 y están a cargo del Prof. Jorge Asp – Director de Competencias de la CSFF. El costo del curso es **50 dólares**.

**#sudaifbb2023**

**Nos vemos muy pronto**