



1st IFBB GULF BODYBUILDING AND FITNESS CHAMPIONSHIP



20 19



BAHRAIN 2023

Under the Patronage of His Highness shaikh Khalid Bin Hamad Al - Khalifa
supreme council for youth and sport first deputy chairman, general sports
authority, chairman and Bahrain Olympic Committee president





البحرين في سطور

Bahrain in Brief

وكانت البحرين الدولة الخليجية الأولى في اكتشاف النفط في عام 1932 مما أدى إلى تحول اقتصادها إلى اقتصاد حديث، ومنذ ذلك الحين أصبحت الصناعات المختلفة والخدمات اللوجستية والاتصالات والخدمات المهنية والعقارات أيضا من القطاعات المهمة، مما أدى إلى بناء مهارات كبيرة للشعب البحريني، وفي عام 2002 أصبحت البحرين ملكية دستورية وأنشئ برلمان منتخب ديمقراطيا.

إكتسبت البحرين اسمها نسبة إلى موقعها الجغرافي في الخليج العربي، فلطالما كونت مجموعة هامة من الجزر كحضارة دلمون القديمة حيث كانت مركزا تجاريا يربط بين الشرق والغرب.

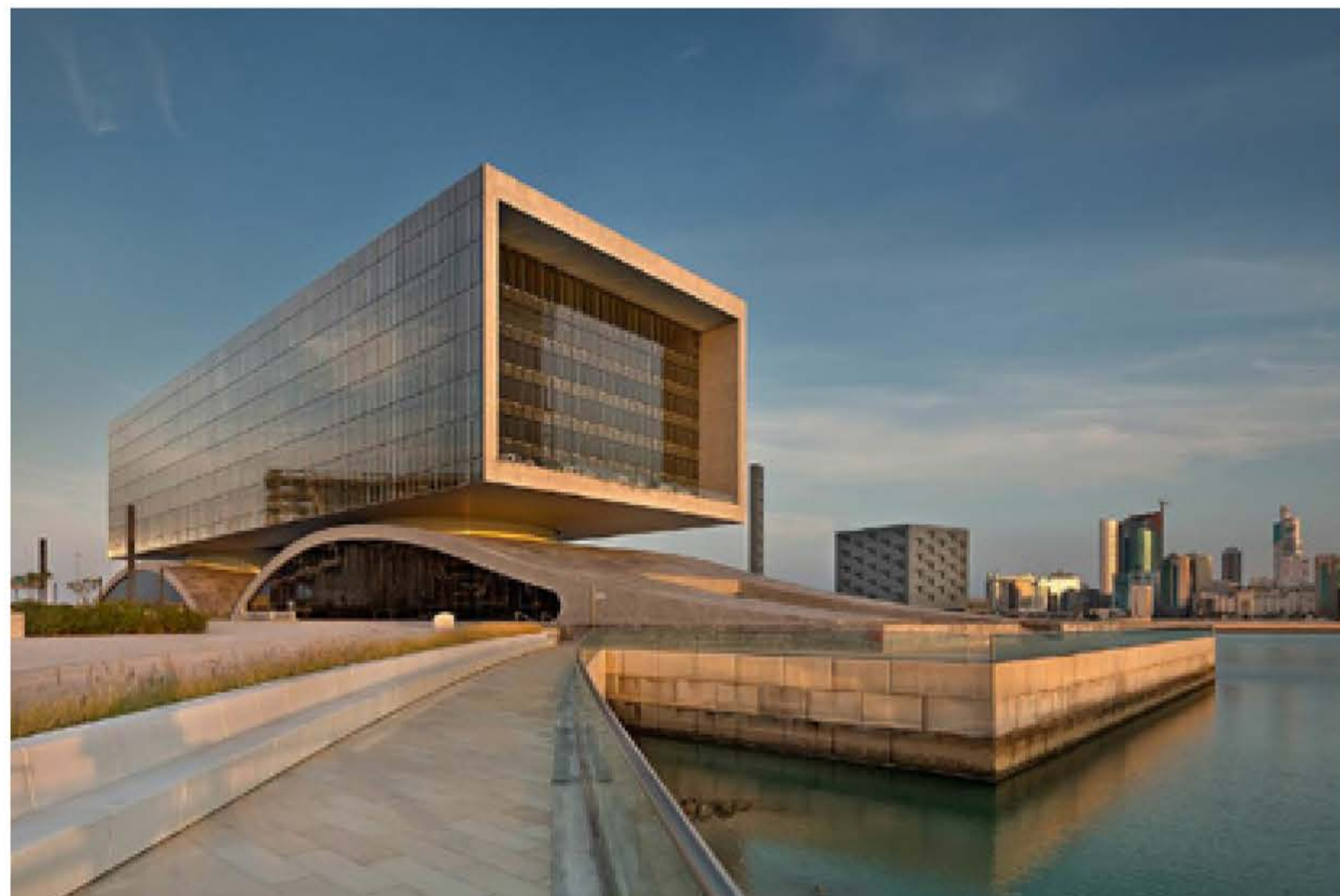
وقد استفادت البلاد من مركزها في وسط طرق التجارة والصناعة والغوص بحثا عن اللؤلؤ في الخليج، وبحلول منتصف القرن التاسع عشر كانت البلاد المركز التجاري الأبرز في منطقة الخليج الناشئة.

Bahrain has gained its name relative to its geographical location in the Arabian Gulf. An important group of islands has always been the ancient Delmon civilization, where it was a trade center linking the west and the west.

The country has benefited from its position in the middle of trade, industry and pearl diving in the Gulf. By the mid-19th century, Bahrain was the most prominent commercial center in the emerging Gulf region.



Bahrain was the first Gulf country to discover oil in 1932, transforming its economy into a modern economy. Since then, various industries, logistics, communications, professional services and real estate have also become important sectors, building great skills for the Bahraini people. Bahrain is a constitutional monarchy and a democratically elected parliament was created.



**1st IFBB GULF BODYBUILDING AND FITNESS
CHAMPIONSHIP**



BAHRAIN 2023



معلومات عامة

General Information

- **المساحة:** تبلغ مساحة البحرين 93475 كم مربع، وهي عبارة عن أرخبيل مكون من 33 جزيرة.
- **الموقع الجغرافي:** تقع البحرين وسط الخليج العربي ويحدها من الشرق المملكة العربية السعودية ولها حدود بحرية مع قطر.
- **المناخ:** تتميز البحرين بمناخ مداري ساحلي، يتأثر بتعاقب الفصول، ويعتبر الشتاء الأكثر بردا، فيما ترتفع درجة الحرارة إلى أشدها في شهر أغسطس حيث تتجاوز 40 درجة مئوية.
- **عدد السكان:** 1.355 مليون نسمة.
- **العاصمة:** المنامة.
- **أهم المدن:** المنامة، المحرق، سترة، الرفاع، السيف.
- **العملة:** الدينار البحريني = 0.376 دولار أمريكي.



- Area: The area of Bahrain is 93475 square kilometers, an archipelago of 33 islands.
- Geographical location: Bahrain is located in the middle of the Arabian Gulf, bordered to the east by Saudi Arabia and has a maritime border with Qatar.
- Climate: Bahrain is characterized by a coastal tropical climate, affected by the succession of seasons, and is the coldest winter, while the temperature rises to the most in August, where more than 40 degrees Celsius
- Population: 1.355 million.
- Capital: Manama.
- The most important cities: Manama, Muharraq, Sitra, Riffa, Seef.
- Currency: Bahraini Dinar = 0.376 USD





المعالم السياحية

Touristic Monuments

متحف البحرين، متحف اللؤلؤ، مسجد الخميس، قلعة عراد، قلعة البحرين، سوق المنامة، جسر الملك فهد، حلبة البحرين الدولية، محمية العرين، جنة دلمون المفقودة.

تمتاز مملكة البحرين بوجود العديد من معالم الجذب السياحي المختلفة التي تلبى مختلف الأذواق. وللمملكة تراث غني من الحضارات القديمة التي تعود إلى أكثر من 5000 سنة، حيث تزخر بالكثير من المعابد وتلال الدفن المميزة والفريدة، ومن أبرز المعالم السياحية في البحرين:

The Kingdom of Bahrain has many different attractions that cater to different tastes. The Kingdom has a rich heritage of ancient civilizations dating back more than 5000 years, with many unique and unique temples and burial

grounds. Bahrain Museum, Pearl Museum, Al Khamis Mosque, Arad Fort, Bahrain Castle, Manama Market, King Fahad Causeway, Bahrain International Circuit, Al Areen Park, Lost Paradise of Dilmun.





السكن والضيافة

Residence & Hospitality

The Bahrain bodybuilding and Fitness Federation has agreed with the Golden Tulip Hotel (5 stars) to be the official residence of the delegations of the first Gulf bodybuilding and Fitness Championship and distinguished guests, as the hotel is distinguished from the distinctive hotels in terms of location, services, hospitality and reasonable prices.

قام الاتحاد البحريني لكمال الأجسام واللياقة البدنية بالاتفاق مع فندق غولدن توليب (5 نجوم) ليكون مقراً رسمياً لسكن وفود بطولة الخليجي الأولى لكمال الأجسام واللياقة البدنية والضيوف الكرام، حيث يتعبر الفندق من الفنادق المميزة من ناحية الموقع والخدمات والضيافة والأسعار المناسبة.

Special prices for sibilings

أسعار خاصة للأشقاء:

Golden Tulip Hotel:

فندق غولدن توليب:

- Double room at a price of 30 Bahraini dinars per night \$ 80 per person
- Single room at a price of 40 Bahraini dinars per night 107 \$

- غرفة مزدوجة بسعر 30 دينار بحريني لليلة الواحدة \$ 80 للفرد الواحد
- غرفة مفردة بسعر 40 دينار بحريني لليلة الواحدة \$ 107

Observation:

ملاحظة:

The prices include accommodation, three meals, 3 pieces of laundry and transportation to and from the airport. Transportation will also be provided from the accommodation site to the championship site at the University of Bahrain.

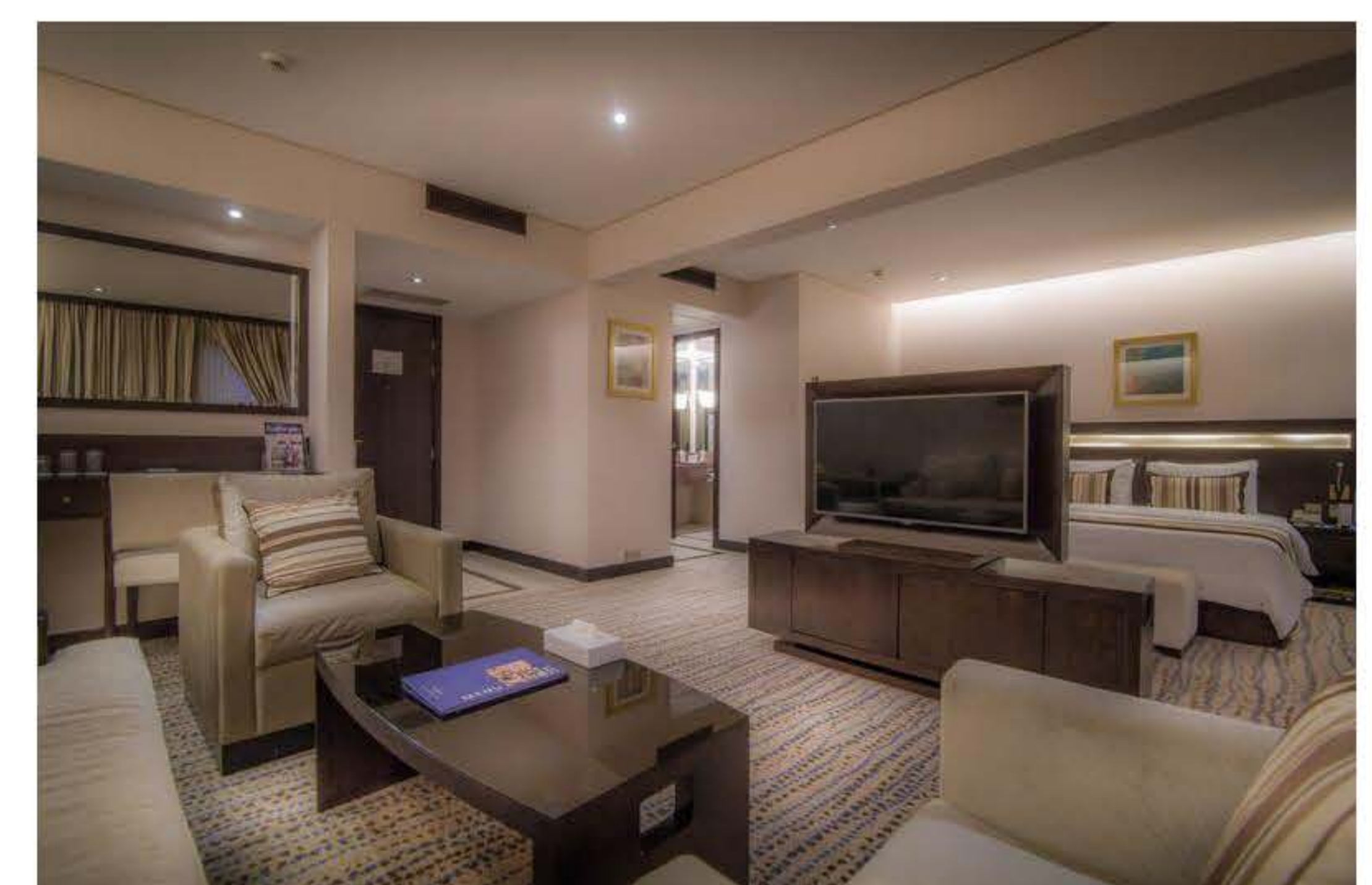
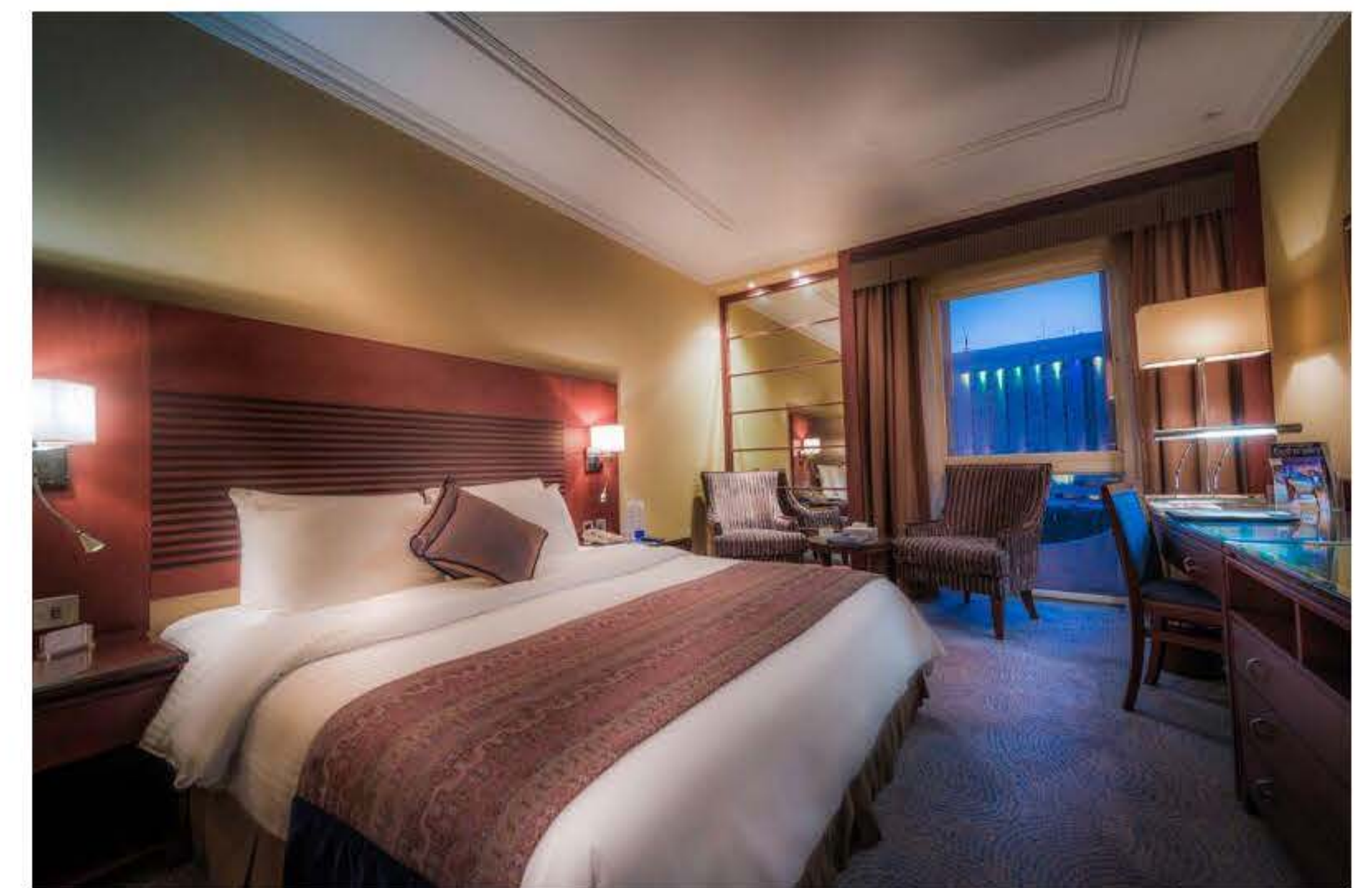
الأسعار تشمل السكن والوجبات الثلاث و3 قطع غسيل ومواصلات من وإلى المطار. كما سيتم توفير مواصلات من موقع السكن لموقع البطولة بجامعة البحرين.





فندق غولدن توليب

Golden Tulip Bahrain



1st IFBB GULF BODYBUILDING AND FITNESS
CHAMPIONSHIP



BAHRAIN 2023



مسابقات البطولة

Competition Classification

JUNIOR MEN'S BODYBUILDING

JUNIOR MEN'S
BODYBUILDING UP
TO 75 KG

JUNIOR MEN'S
BODYBUILDING
OVER 75 KG

MEN'S BODYBUILDING

Up to & including
65 kg

MEN'S
BODYBUILDING UP
TO 70 KG

MEN'S
BODYBUILDING UP
TO 75 KG

Up to & including
80 kg

MEN'S
BODYBUILDING UP
TO 85 KG

Up to & including
90 kg

MEN'S
BODYBUILDING UP
TO 95 KG

MEN'S
BODYBUILDING UP
TO 100 KG

MEN'S
BODYBUILDING
OVER 100 KG





مسابقات البطولة

Competition Classification

**JUNIOR MEN'S PHYSIQUE
16-23 YEARS-OPEN**

**MASTER BODYBUILDING >40
YEARS – OPEN**

**MASTER MEN'S PHYSIQUE >40
YEARS-OPEN**

MEN'S PHYSIQUE

**Up to & including
170 cm**

**Up to & including
182 cm**

**Up to & including
175 cm**

Over 182 cm





مسابقات البطولة

Competition Classification

MEN'S CLASSIC BODYBUILDING

Up to & including
168 cm

Up to & including
175 cm

Over 175 cm

MEN'S CLASSIC PHYSIQUE

Up to & included
170 cm

Up to & included
180 cm

Over 180 cm

MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE

Up to & included
174 cm

Over 174 cm





Tournament Information

Tournament location:

Sheikh Abdulaziz bin Mohammed Al Khalifa Hall at the University of Bahrain in Sakhir.

Registration fees:

The participation and registration fee for one player is USD 150, and for each additional category it is USD 50.

Tanning:

The Tan fee is BD 25.

Prizes:

the top three winners from each category will receive trophies, medals, certificates and cash, where the winner of the champion of Champions title will receive an amount of USD 5000 for each of the following categories (Physique, bodybuilding, classic Physique, classic bodybuilding) and the first place winner of each category will receive USD 1000, the second place winner USD 300 and the third place winner will receive Bahraini USD 200.

معلومات عن البطولة

موقع البطولة:

قاعة الشيخ عبدالعزيز بن محمد آل خليفة بجامعة البحرين بالصخير.

رسوم التسجيل:

تبلغ رسوم المشاركة والتسجيل للاعب الواحد 150 دولار امريكي، ولكل فئة إضافية 50 دولار.

الصبغ:

تبلغ رسوم الصبغ 25 دينار بحريني

الجوائز:

سيحصل الفائزون الثلاث الأوائل من كل فئة على كؤوس وميداليات وشهادات ومبالغ نقدية، حيث يحصل الفائز بلقب بطل الأبطال على مبلغ 5000 دولار أمريكي لكل من الفئات التالية (الفيزيك، كمال الأجسام، الكلاسيك فيزيك، الكلاسيك كمال الأجسام) ويحصل الفائز بالمركز الأول لكل فئة على 1000 دولار أمريكي، الفائز بالمركز الثاني 300 دولار أمريكي والفائز بالمركز الثالث على 200 دولار أمريكي بحريني.

