

INTERNATIONAL BODYBUILDING & FITNESS ASSOCIATION

Via Vallone Ischitello 10, 84073 SAPRI SA (Italy) www.ibfasport.com



**Mr Ms World 2012 Roma
PROGRAMMA – PROGRAM
SABATO – SATURDAY – SAMEDI
27 OCTOBER**



10.00 -12.30	ISCRIZIONI - REGISTRATIONS
14.00 -14.30	INIZIO RISCALDAMENTO – STARTING WARM UP
14 .30	OVER 65 (1947 e prec.) - OVER 70 (1942 e precedenti). PREMIAZIONE & AWARDS
14.40	OVER 55 (1957 e prec.) - OVER 60 (1952 e prec.). PREMIAZIONE & AWARDS
14.50	OVER 45 (1967 e prec.) - OVER 50 (1962 e precedenti). PREMIAZIONE & AWARDS
15.20	Mr. OVER 45 H/P + 3 kg. PREMIAZIONE & AWARDS
15.40	Ms Over 35 – Ms Over 45 – Ms Over 50 (1962 e prec.). PREMIAZIONE & AWARDS
16.00	OVER 40. (1972 e precedenti). PREMIAZIONE & AWARDS
16.20	MS FITNESS 1° Round Abito. Premio al miglior abito
16.30	ASSOLUTI - OVERALLS 2012 IBFA Mr. WORLD Masters. (Over 40, Over 45, Over 50, Over 55, Over 65, Over 70, HP Over 45)
INTERVALLO – BREAK	
18.00	Saluto del Pres. BIAGIO FILIZOLA. Premiazione GIUDICI IBFA e OSPITI.
18.30	MISS FITNESS. 2 Round, Routine. Max 90 secondi. Premio miglior Routine
18.50	H/P - 3kg. PREMIAZIONE & AWARDS
19.10	MISS FITNESS, 3° Round, Bikini. PREMIAZIONE & AWARDS
19.30	H/P - 173 cm 0KG. PREMIAZIONE & AWARDS
19.50	H/P + 173 cm 0KG. PREMIAZIONE & AWARDS
20.10	H/P - 173 cm + 4KG. PREMIAZIONE & AWARDS
20.30	H/P + 173 cm + 6KG. PREMIAZIONE & AWARDS
20.50	ASSOLUTI - OVERALLS 2012 IBFA Mr. WORLD - Categorie H/P (H/P -3kg, -173 cm 0KG, +173 cm 0KG, -173 cm + 4KG, 173 cm + 6KG, HP Over 45)

NOTA BENE: IL PROGRAMMA PUO' SUBIRE VARIAZIONI, STARE NEL RISCALDAMENTO 1 ORA D'ANTICIPO.
PLEASE NOTE: THIS PROGRAM CAN CHANGE, BE IN THE WARMING ROOMS 1 HOUR BEFORE YOUR CLASS.