

REGULAMENT OFICIAL AL EVENIMENTULUI ANIVERSAR

BODY TRANSFORMATION LAB – 2 ANI ÎMPREUNĂ

INFORMAȚII GENERALE

Data: 29 iulie 2026

Program: 10:00 – 22:00

Competițiile oficiale încep: ora 18:00

Locație: Body Transformation Lab

Str. Dristorului 91-95, Complex NewTown Residence, Bloc C, Sector 3, București

DESPRE EVENIMENT

Body Transformation Lab împlinește 2 ani de activitate, iar această aniversare este dedicată tuturor celor care au făcut parte din povestea noastră.

Am pregătit o zi plină de energie, competiții spectaculoase, provocări, demonstrații, Open Day, surprize și premii.

Indiferent dacă ești membru BTL sau ne vizitezi pentru prima dată, te așteptăm să sărbătorim împreună.

Sport. Comunitate. Distracție. Progres.

REGULAMENT GENERAL

- Participarea la eveniment este gratuită.
- Evenimentul este deschis atât membrilor Body Transformation Lab, cât și persoanelor din afara comunității.
- Participarea la competiții este gratuită.
- Înscrierea la probe se face la recepția Body Transformation Lab.
- Fiecare participant poate participa la una sau mai multe probe.
- Participanții trebuie să poarte echipament sportiv adecvat.

- Organizatorii își rezervă dreptul de a modifica ordinea probelor dacă situația o impune.
- Prin participare, concurenții sunt de acord cu regulamentul evenimentului.

REGULI DE ARBITRAJ

Pentru desfășurarea corectă și echitabilă a competițiilor:

- Fiecare probă va fi arbitrată de un reprezentant oficial Body Transformation Lab.
- Repetările vor fi validate doar dacă sunt executate corect din punct de vedere tehnic.
- Execuțiile incomplete sau incorecte nu vor fi luate în considerare.
- În cazul egalităților se poate organiza o rundă suplimentară de departajare.
- Decizia arbitrilor este definitivă.

SIGURANȚA ÎNAINTE DE TOATE

Siguranța participanților este prioritatea noastră.

- Participanții declară că sunt apți din punct de vedere fizic pentru efort.
- Organizatorii pot opri participarea oricărui concurent dacă apreciază că există risc de accidentare.
- Toate probele se desfășoară exclusiv sub supravegherea echipei Body Transformation Lab.
- Participanții trebuie să respecte toate indicațiile organizatorilor.

COMPETIȚII OFICIALE

1. KING OF THE BENCH

Bench Press Challenge (Băieți)

Scopul probei este împingerea în plan orizontal a celei mai mari greutate.

Câștigă concurentul care validează cea mai mare greutate.

Premiul

La alegere:

- 1 ședință de Masaj

sau

- 1 ședință Pilates Reformer

2. QUEEN OF THE HIP THRUST

Hip Thrust Challenge (Fete)

Competiția se desfășoară pe aparatul Booty Builder.

Câștigă concurenta care ridică cea mai mare greutate validată.

Premiul

La alegere:

- 1 ședință de Masaj

sau

- 1 ședință Pilates Reformer

3. WHEELBARROW CHALLENGE

Competiție pe echipe de câte două persoane.

Perechile:

- pot veni deja formate

sau

- vor fi alcătuite aleatoriu de organizatori.

Participanții vor parcurge un traseu stabilit înaintea startului.

🏁 Câștigă echipa care obține cel mai bun timp.

Premiu

Fiecare membru al echipei câștigătoare primește un tricou personalizat Body Transformation Lab – Limited Edition.

4. BACK TO BACK SQUAT CHALLENGE

Competiție pe echipe.

Participanții execută genuflexiuni spate în spate, menținând între ei un recipient cilindric.

În momentul în care recipientul cade, seria se încheie.

 Câștigă echipa care realizează cele mai multe genuflexiuni.

Premiu

Pentru fiecare membru al echipei:

- 1 Baton Proteic
- 1 Pre-Workout Shot

5. SKANDENBERG CHALLENGE

Fortzosul și Fortzoasa BTL

Competiția se desfășoară separat:

- Masculin
- Feminin

Câștigă ultimul concurent rămas la masă.

Premiul

Trofeul oficial:

FORTZOSUL BTL

respectiv

FORTZOASA BTL

6. FARMER'S WALK CHALLENGE

Parcurge traseul stabilit și realizează cât mai multe ture într-un minut.

Categorii

Sub 85 kg

30 kg în fiecare mână

85 – 100 kg

35 kg în fiecare mână

Peste 100 kg

40 kg în fiecare mână

🏆 Câștigă concurentul care realizează cele mai multe ture.

🎁 Premii

Două jucării gigant de pluș.

7. MAREA PROVOCARE BTL

Competiția supremă a aniversării.

Se organizează separat pentru:

- Femei
- Bărbați

Runda 1

Flotări

Durata:

40 secunde

Merg mai departe doar jumătate dintre participanți.

Runda 2

Squat cu Power Bag

Durata:

40 secunde

Rămân doar primii 3 concurenți.

MAREA FINALĂ

20 Flotări

20 Squat cu Power Bag

20 Sărituri pe cutie (Box Jumps)

🏁 Câștigă cel mai bun timp.



PREMII



Locul I

- 3 luni acces sală
- Tricou personalizat Body Transformation Lab



Locul II

- 1 lună acces sală



Locul III

- 1 ședință Masaj



OPEN DAY BODY TRANSFORMATION LAB

Pe tot parcursul evenimentului vei putea testa gratuit cele mai apreciate servicii din cadrul Body Transformation Lab.

OPEN DAY MASAJ

Sesiuni demonstrative de 15 minute.

Descoperă beneficiile masajului terapeutic, de relaxare și sportiv.

Participarea se face în limita locurilor disponibile, pe baza înscrierii la recepție.

PILATES MAT OPEN DAY

Clase demonstrative de 30 de minute.

Descoperă beneficiile antrenamentului Pilates pentru mobilitate, tonifiere și postură.

PILATES REFORMER OPEN DAY

Ședințe demonstrative de 30 de minute.

Experimentează unul dintre cele mai eficiente tipuri de antrenament din lume.

Participarea se face în limita locurilor disponibile.

CAMPANIA ANIVERSARĂ

29 iulie – 1 august 2026

Profită de reduceri și discount-uri de până la 30% la abonamente și servicii selectate.

Este cea mai bună perioadă pentru a începe transformarea ta.

FOOD CORNER

Pe tot parcursul evenimentului te așteaptă:

 Gustări sănătoase

 Healthy Drinks

 Tort aniversar

 Șampanie

 ATMOSFERĂ

Pe parcursul întregii zile te vei bucura de:

 Muzică

 Zonă foto

 Premii și surprize

 Comunitatea Body Transformation Lab

 Multă energie pozitivă

 ÎȚI MULȚUMIM!

De doi ani construim mai mult decât o sală de fitness.

Construim o comunitate bazată pe disciplină, respect, progres și oameni care aleg, zi de zi, să devină cea mai bună versiune a lor.

Îți mulțumim că faci parte din familia Body Transformation Lab.

Ne vedem pe 29 iulie pentru cea mai spectaculoasă aniversare BTL de până acum! 