



Welcome to the World Masters Weightlifting Championships 2018!

Welcome also to our country and L'Hospitalet!

The countdown has finally ended, and our city opens the doors for you. We know the effort and the illusion that you dedicate to the sport, and especially to Weightlifting. So, it's a pleasure for us to accompany you on this journey.

We wish you an unforgettable stay, and live a unique experience. Along this dossier, you will find general information of interest that aims to make your stay and competition more comfortable and enjoyable.

The Organization

World Masters Weightlifting Championships 2018

Bienvenido/a al World Masters Weightlifting Championships 2018!

Bienvenido también a nuestro país y a L'Hospitalet!

La cuenta atrás por fin ha terminado, y nuestra ciudad te abre las puertas. Sabemos el esfuerzo y la ilusión que le dedicas al deporte, y especialmente a la Halterofilia. Así que es todo un placer para nosotros acompañarte en este trayecto.

Te deseamos sinceramente que tengas una estancia inolvidable, y vivas una experiencia única. Junto a este escrito encontrarás información general de interés que pretende hacerte tu estancia y competición más cómoda y agradable.

La Organización

World Masters Weightlifting Championships 2018



THE CITY / LA CIUDAD

Cosy, friendly, welcoming and a mixture of traditions and cultures, this is L'Hospitalet, a surprising city that leaves no one indifferent to those who visit it. The municipality of L'Hospitalet occupies an area of 12.5 square kilometers and has 257,055 inhabitants.

The city is part of the metropolitan area of Barcelona, and is connected to the airport and the city of Barcelona through the metro line 9, 5 rail lines and 15 bus lines. This privileged geographical situation makes L'Hospitalet a centre of first-rate services, both in the Catalan and Spanish areas and at a strategic point.

The city, which in recent years has undergone a great transformation, hosts one of the most important trade fair institutions in Europe, being the second economic engine of the country, with a great variety of accommodation and sports facilities of high quality and with a very good communication. L'Hospitalet is committed to develop the sectors of business tourism and sports tourism, the biomedical industry and culture to face challenges as a society and to achieve sustainable development.

L'Hospitalet is also a city related to gastronomy and taste to the good food. There is a wide, authentic, singular and quality gastronomic offer in the restaurants and bars distributed throughout the entire municipality. Now a day it's more and more frequently to find feature spaces and recommendations in specialized publications.

Próxima, amable, acogedora y una mezcla de tradiciones y culturas, así es L'Hospitalet, una ciudad sorprendente que no deja indiferentes a los que la visitan. El término municipal de L'Hospitalet ocupa una superficie de 12,5 kilómetros cuadrados y tiene 257.055 habitantes.

La ciudad forma parte del área metropolitana de Barcelona, y se halla conectada con el aeropuerto y la ciudad de Barcelona a través de la línea 9 de metro, 5 líneas de Ferrocarriles y 15 líneas de autobús. Esta situación geográfica privilegiada convierte L'Hospitalet en un centro de servicios de primer orden tanto en el ámbito catalán como en el español y en un punto estratégico.

La ciudad, que en los últimos años ha experimentado una gran transformación, acoge una de las instituciones feriales más importantes de Europa, siendo el segundo motor económico del país, con una oferta de alojamiento e instalaciones deportivas de alta calidad y una muy buena comunicación. L'Hospitalet se ha comprometido a desarrollar los sectores de turismo de negocios y turismo deportivo, la industria biomédica y la cultura para hacer frente a los retos como sociedad y para conseguir un desarrollo sostenible.

L'Hospitalet es además una ciudad muy relacionada con la gastronomía y la afición por el buen comer. Existe una amplia oferta gastronómica auténtica, singular y de calidad en los restaurantes y bares repartidos por todo el municipio que, cada vez con mayor frecuencia, protagonizan espacios y recomendaciones en publicaciones especializadas.



L'Hospitalet as a Sports Tourism Destination

L'Hospitalet como Destino de Turismo Deportivo

The Catalan Tourism Agency certifies that the municipalities of Catalonia have high quality infrastructures and services for sports practice.

The objectives of the label are to promote and market the Catalan tourist offer related to sports among a segment of very specific but high quality demand: high performance athletes, tourists who focus their holidays in sports, practicing tourists, or for public in big sporting events.

L'Hospitalet is accredited with the Sports Tourism Destination label since 2015, due to its high quality of sports infrastructures and hotel offer. A tourist level stands out for its location and connectivity, hotel quality, the expansion of its economic district and its great cultural potential. Also for its deep-rooted sporting tradition, sports facilities and its ability to host international sports events and stages make it an ideal sports tourism destination.

More information about the city of L'Hospitalet: www.l-h.es

Information about Tourism in Barcelona: www.barcelonaturisme.com

La Agencia Catalana de Turismo certifica con el sello de Destino de Turismo Deportivo los municipios de Cataluña que disponen de infraestructuras y servicios de alta calidad para la práctica deportiva.

Los objetivos del sello son promocionar y comercializar la oferta turística catalana relacionada con los deportes entre un segmento de demanda muy concreto pero de alta calidad: deportistas de alto rendimiento, turistas que centran sus vacaciones en el deporte, turistas practicantes, o bien el público de los grandes eventos deportivos.

L'Hospitalet está acreditada con el sello de Destino de Turismo Deportivo des del año 2015 por su alta calidad de infraestructuras deportivas y oferta hotelera. A nivel turístico destaca por su ubicación y conectividad, la calidad hotelera, la expansión de su distrito económico y su gran



potencial cultural. Asimismo, su arraigada tradición deportiva, las instalaciones deportivas y su capacidad de acoger eventos y stages deportivos de carácter internacional la convierten en una destinación de turismo deportivo idónea.

Más información sobre la ciudad de L'Hospitalet: www.l-h.es

Información sobre Turismo en Barcelona: www.barcelonaturisme.com

THE COMPETITION HEADQUARTERS: THE GORNAL MUNICIPAL SPORTS CENTER

LA SEDE DE COMPETICIÓN: EL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL GORNAL

The 2018 Master Weightlifting World Championship is held in a municipal sports facility inaugurated in 2015, with all the newest services and necessary services to ensure that the event will be successfully hosted.

The Gornal Municipal Sports Center is a sports and health center, located in the Barrio del Gornal, near the most important commercial and business center of L'Hospitalet (Plaza Europa and surroundings).

With 14,000 square meters, to do all kinds of sports and activities in a cordial and friendly environment, it offers users a comprehensive set of services that allow you to enjoy a better quality of life and the commitment to consistently deliver the highest quality at very competitive prices. It also has a qualified team of professionals in the sector, the most advanced facilities and personalization of all the services and the commitment to improve and maintain the quality of the entire offer and the level of well-being for sports practice in our city .

The facility also houses a training center for sports technicians and has good quality spaces for the training and sports practice for future teachers and sports technicians.

No doubt the Gornal Municipal Sports Center of L'Hospitalet, is a pioneering public municipal equipment in terms of the variety and quality of its spaces and services:

- Indoor sports court 40 x 20 m with bleachers for the public
- Changing rooms for groups and partners
- 400 m2 fitness room
- 1 Directed activities room of 200 m2
- 1 Directed activities room of 100 m2
- 1 90 m2 leisure pool
- 45 m2 wellness area
- Room of 65 m2
- 28 m2 classroom
- Artistic gymnastics room 542 m2
- Restaurant with food service
- Free parking area.



All athletes that take part in the competition can use the leisure and training spaces of the facility for free, accessing with their personal accreditation. Anyway, we give to each athlete 2 invitations for their companions.

If you need more, you can buy tickets for day at the reception of the installation at a very good price. You can pay by cash or debit / credit card.

El Mundial de Halterofilia Máster 2018 se celebra en una instalación deportiva municipal inaugurada en el año 2015, con todos los servicios de última generación y las prestaciones necesarias para garantizar que el evento sea acogido con éxito.

El Polideportivo Municipal Gornal es un centro de deporte y salud, situado en el Barrio del Gornal, cerca del núcleo más importante comercial y de negocio de L'Hospitalet (Plaza Europa y entorno). Con 14.000 metros cuadrados, para hacer todo tipo de deportes y actividades en un ambiente cordial y de amistad, ofrece a los usuarios un conjunto integral de servicios que permiten disfrutar de una mejor calidad de vida y el compromiso de dar de forma constante la máxima calidad a precios muy competitivos, contando con un equipo cualificado de profesionales del sector, las instalaciones más avanzadas y personalización de todos los servicios y el compromiso de mejorar y mantener la calidad de toda la oferta y el nivel de bienestar para la práctica deportiva en nuestra ciudad.

La instalación, acoge además, un centro de formación para técnicos deportivos y dispone de espacios de calidad para la formación y práctica deportiva de los futuros docentes y técnicos del deporte.

Sin duda el Polideportivo Municipal Gornal de L'Hospitalet, es un equipamiento municipal público pionero en cuanto a la variedad y calidad de sus espacios y servicios:

- *Pista polideportiva cubierta de 40 x 20 m con gradas para público*
- *Vestuarios para grupos y para socios*
- *Sala de fitness de 400 m2*
- *1 Sala de actividades dirigidas de 200 m2*
- *1 Sala de actividades dirigidas de 100 m2*
- *1 Piscina lúdica de 90 m2*
- *Área de wellness de 45 m2*
- *Aula de 65 m2*
- *Aula de 28 m2*
- *Sala de Gimnasia artística 542 m2*
- *Restaurante con servicio de comidas*
- *Zona de aparcamiento gratuito*

Todos los deportistas inscritos en la competición podrán utilizar los espacios de ocio y entrenamiento de la instalación de forma gratuita, accediendo con su acreditación personal. Asimismo, entregamos a cada deportista 2 invitaciones para acompañantes.

En caso de necesitar más, podrán adquirir entradas en la recepción de la instalación a un precio muy asequible. Pago en efectivo o tarjeta de débito/crédito.



How to get to the Competition Headquarters / Como llegar a la Sede de Competición

- **By car: GPS coordinates: 41 ° 21'37.6 "N 2 ° 07'04.8" E**
 - **By subway: Line 1: Bellvitge stop / Line 9: Can Tries-Gornal stop**
 - **By bus: Lines LH1 and LH2**
 - **By train (RENFE): Line C1 and C2: Bellvitge stop**
 - **By rail (FGC): Gornal stop**
-
- *En coche: Coordenadas GPS: 41°21'37.6"N 2°07'04.8"E*
 - *En metro: Línea 1: parada Bellvitge / Línea 9: parada Can Tries-Gornal*
 - *En autobús: Líneas LH1 y LH2*
 - *En tren (RENFE): Línea C1 y C2: Parada Bellvitge*
 - *En ferrocarril (FGC): parada Gornal*

Opening hours (Sports Club) / Horarios de abertura de la instalación

- **From Monday to Friday: from 9:00 a.m. to 9:00 p.m.**
- **Saturdays and Sundays: Closed. Only the changing rooms and the weightlifting training room will be open.**

NOTE: These schedules only affect the subscriber area of the installation. The competition zone and the restaurant will be open throughout the competition hours.

- *De lunes a viernes: de 09:00h a 21:00h*
- *Sábados y domingos: Cerrado. Únicamente estarán abiertos los vestuarios y la sala de entrenamiento de halterofilia.*

NOTA: Estos horarios solamente afectan a la zona de abonados de la instalación. La zona de competición y el restaurante estarán abiertos durante todo el horario de la competición.

Restaurant / Restaurante

The competition venue has a restaurant that will offer lunch and dinner service. The payment can be realized by cash or debit / credit card.

The restaurant connects with the social area of the Competition. The access is just allowed for the ones that have an accreditation and companions.

Open every day from 7:00 a.m. to the end of the competition.

La sede de competición dispone de Restaurante que ofrecerá servicio de comidas y cenas. Pago en efectivo o tarjeta de débito/crédito.

El restaurante conectará con la zona social de la Competición. Acceso limitado para acreditados y acompañantes.

Abierto cada día desde las 7:00h hasta el final de la competición.



Training room / Sala de Entrenamiento

There will be a training room available for athletes every day from 08:00 a.m. to 9:00 p.m. There will be 6 platforms. Access with accreditation. To permit a quiet training, zone can be used with a single duly accredited trainer.

Opening Hours:

16 August: from 3 p.m. to 10 p.m.

17 August: from 9 a.m. to 9 p.m.

18 August: from 9 a.m. to 8 p.m.

19 August: from 9 a.m. to 6 p.m.

20, 21, 22, 23 i 24 August: from 9 a.m. to 9 p.m.

25 August: Closed

Habr  disponible una sala de entrenamiento para los deportistas todos los días. Dispondrá de 6 plataformas. Acceso con acreditación. Para garantizar la concentración durante el entrenamiento, cada atleta podrá acceder únicamente con un entrenador.

Horarios:

16 Agosto: de 15h a 22h

17 Agosto: de 09h a 21h

18 Agosto: de 09h a 20h

19 Agosto: de 09h a 18h

20, 21, 22, 23 i 24 Agosto: de 09h a 21h

25/08: Cerrada

Sauna / Sauna

Located in the wellness area next to the pool. It will be available free for athletes during opening hours of the installation.

To access the sauna outside the opening hours of the installation, an express request must be made in the accreditation area.

Situada en la zona de wellness al lado de la piscina, estará disponible para los deportistas de forma libre en horario de apertura de la instalación.

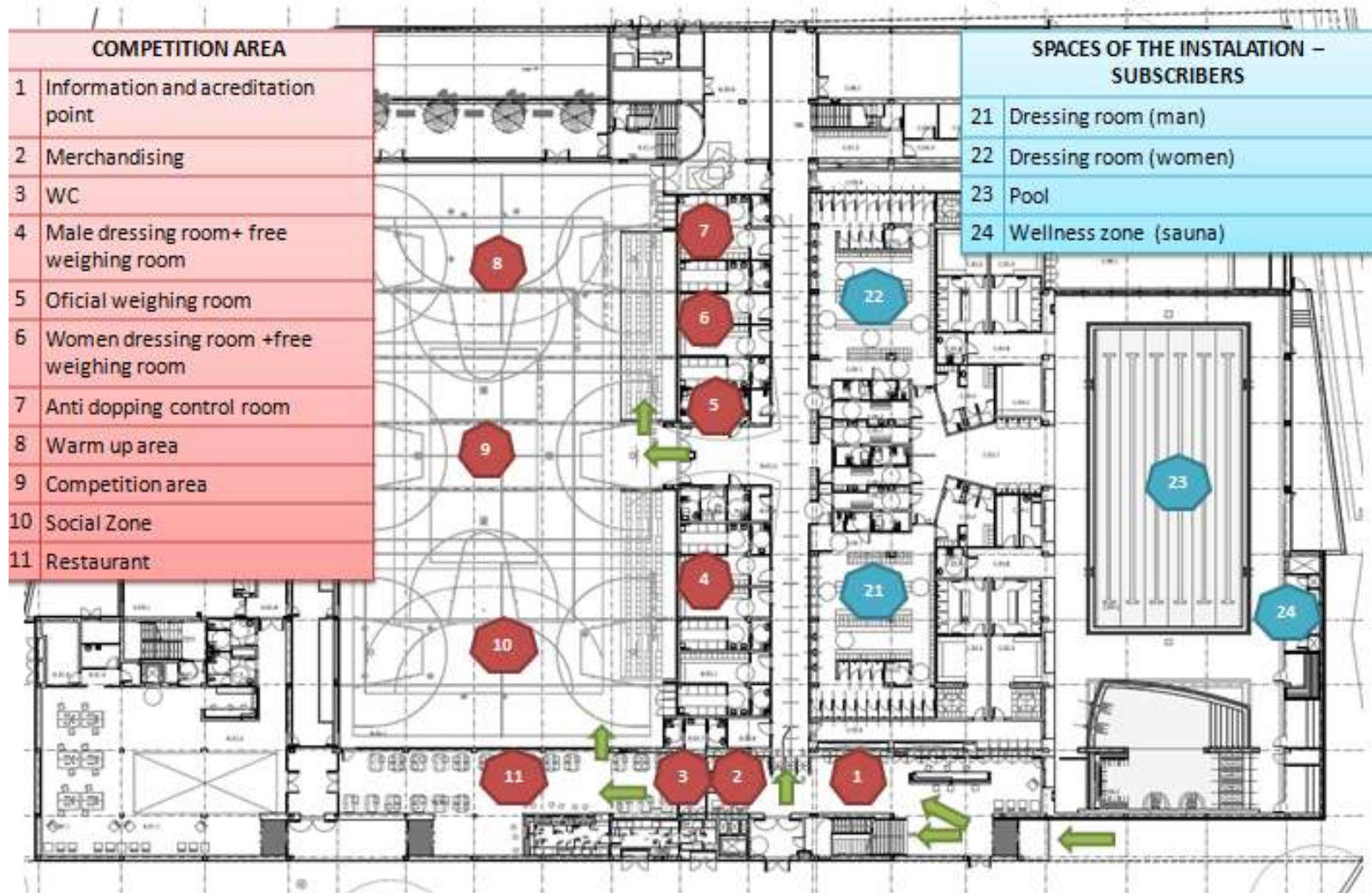
Para acceder a la sauna fuera del horario de apertura de la instalación, se deberá realizar una petición expresa en la zona de acreditación.

Merchandising / Merchandising

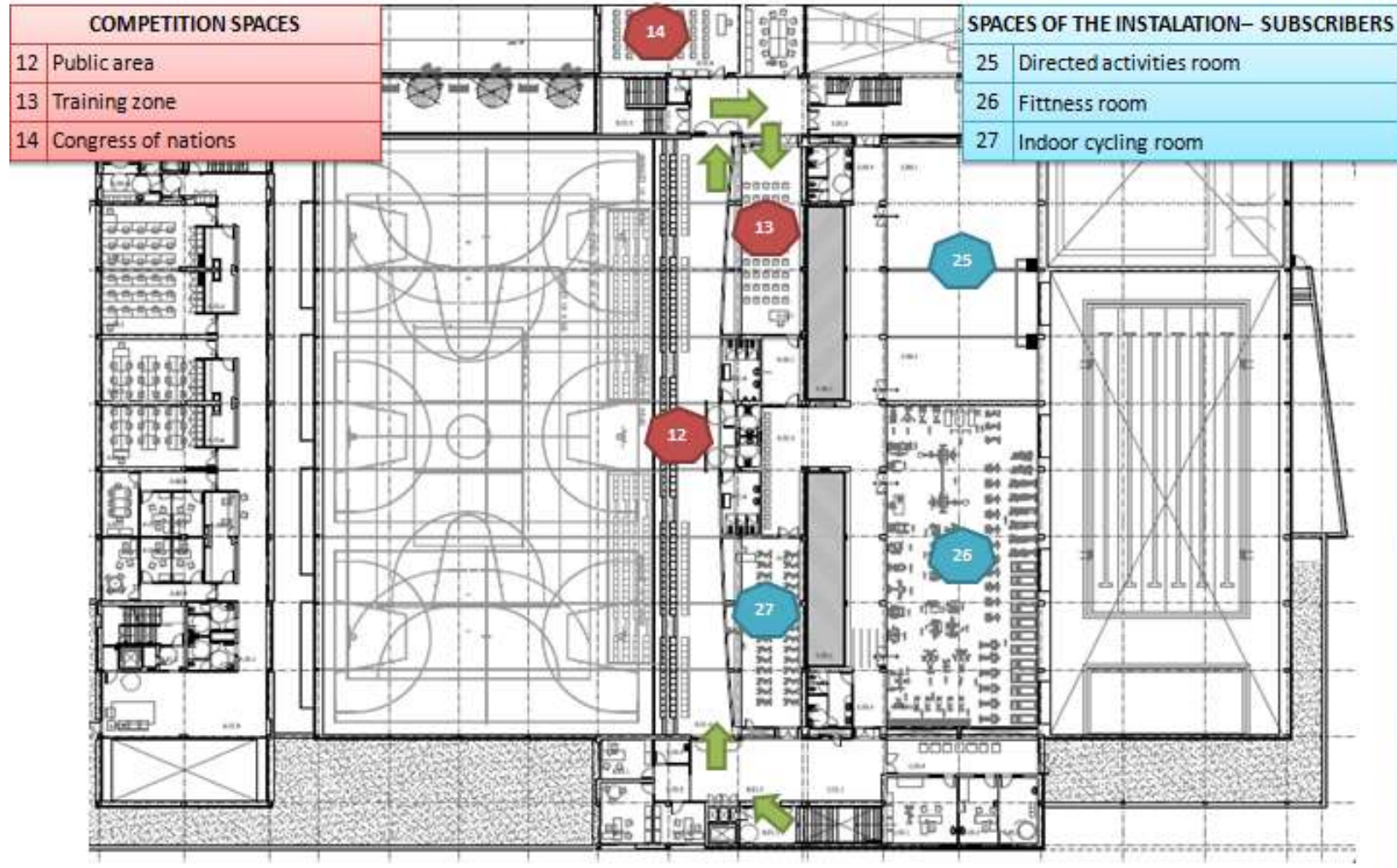
The official sale point of the championship shirts will be available in the facility lobby.

Habr  disponible un punto de venta de camisetas oficiales del campeonato en el vestíbulo de la instalación.

COMPETITION PLACE: SPACES AND SERVICES (FLOOR 0)



COMPETITION VENUE: SPACES AND SERVICES (FLOOR 1)





THE COMPETITION / LA COMPETICIÓN

The competition regulations are detailed on the event's official website (www.weightliftinglh2018.com)

El reglamento de competición está detallado en la web oficial del evento (www.weightliftinglh2018.com)

Access / Acceso

The access to the competition zone will be only with an accreditation and according to the competition schedule. Athletes can only access this area, 1 hour before their competition.

The access to the warm-up zone can be used with a single duly accredited trainer.

The heating zone will have 11 platforms and refreshment service courtesy of Nutrisport.

El acceso a la zona de competición se realizará únicamente con acreditación y de acuerdo con el horario de competición. Los deportistas solamente podrán acceder a esta zona, 1 hora antes de su competición.

El acceso a la zona de calentamiento se podrá realizar con un único entrenador debidamente acreditado.

La zona de calentamiento dispondrá de 11 plataformas y de servicio de avituallamiento cortesía de Nutrisport.

Dressing Rooms / Vestuarios

The athletes will have 2 men's and two women's dressing rooms to prepare for the competition. The locker rooms have lockers to store the personal items, that works with a 2 euro coin that the athletes must bring with them.

Los atletas contarán con 2 vestuarios masculinos y dos femeninos para prepararse para la competición.

Los vestuarios disponen de taquillas para guardar sus objetos personales que funcionan con moneda de 2 euros que deben traer los atletas consigo.

Weighing / Pesaje

You will have enabled a free weighing scale in one of the male and female changing rooms.

The official weighing will be done in the official room according to the competition regulations.

Habrá habilitada una báscula de pesaje libre en uno de los vestuarios masculino y femenino.

El pesaje oficial se realizará en la sala oficial de acuerdo con el reglamento de competición.



Videos and Photos / Vídeos y Fotografías

There will be a sale service with the photographs and videos of the competition in the social area, and pay per view service, by **Si! Esto es deporte**. More information: siestoedeporte@gmail.com

Habrà disponible servicio de venta de fotografías y vídeos de la competición, en la zona social, así como de pay per view en streaming a cargo de Si! Esto es deporte. Para más información: siestoedeporte@gmail.com

Opening ceremony / Ceremonia de inauguración

It will take place on 17/08 at 12:45 in the competition area.

Tendrá lugar el día 17/08 a las 12:45h en la área de competición.

Official closing dinner / Cena oficial de clausura

It will take place on 25/08 from 21:30 in the social area. Do the reservations at the restaurant of the competition venue. Limited capacity. Payment in cash or debit / credit card.

Tendrá lugar el día 25/08 a partir de las 21:30h en la zona social. Reservas en el Restaurante. Aforo limitado. Pago en efectivo o tarjeta de débito/crédito.

CONTACTOS DE INTERÉS / CONTACTOS DE INTERÉS

- **Championship Organization/ Organización del Campeonato:**
halterofiliamaster@gmail.com
- **Emergency telephone number/ Teléfono de emergencias: 112**
- **Urban guard / Guardia urbana: 900 500 112**
- **Transports / Transportes:**
 - **Metro and bus (TMB): 902 075 027**
 - **Instituto Metropolitano del Taxi: 932 235 151**
 - **Ferrocarriles de la Generalitat (FGC): 012**
 - **Airport: 902 404 704**
 - **Train (RENFE): 912 320 320**
 - **Tranvía: 900 701 181**