

Im Posedown (max.60 Sekunden) zeigen die Finalistinnen beliebige Posen, ihre Kür oder Variationen daraus.

Runde 3 -Posingkür -

Jede Finalistin zeigt anschließend ihre Posingkür. Nach 60 Sekunden wird die Musik ausgeblendet und die Athletin muss dann sofort die Bühne verlassen.

Bewertungsrichtlinien:

Akzeptabel ist jede Pose, die in irgendeiner Weise die Körperentwicklung zeigt.

Das Posing kann auch Tanz- und Gymnastikelemente enthalten.

Im Programm sollen die Posen fließend ineinander übergehen. Eine Aneinanderreihung von Pflichtposen sollte vermieden werden und wird negativ bewertet.

Besonders wichtig sind: Saubere Ausführung der individuellen Posen und deren Variationen, möglichst optimale Ausschöpfung der Kür gemäß den gegebenen Anlagen, Kreativität in der Gestaltung der Kür, Übergänge bei den einzelnen Posen, Umsetzung der Musik in Bewegung, Gesichtsausdruck (nicht zur Grimasse verzerrt).

Bewertet wird der Gesamteindruck der Darbietung unter Berücksichtigung von Proportion, Muskelentwicklung und weiblicher Ästhetik.

4. KAMPFGERICHT UND AUSWERTUNG

Das Kampfgericht kann aus 5, 7 oder 9 Kampfrichterinnen und Kampfrichter bestehen. Jeder Teilnehmer erhält gemäß den Bewertungskriterien pro Runde von den Kampfrichtern eine Platzziffer. Für einen 1. Platz die Platzziffer 1, für einen 2. Platz die Platzziffer 2 usw.

Die höchste und niedrigste Platzziffer wird gestrichen (bei 9 Kampfrichtern die zwei höchsten und zwei niedrigsten Platzziffern) und die verbleibenden addiert.

Der Athletin mit der niedrigsten Platzziffer ist Sieger.

5. VERLETZUNG DER VERHALTENSREGELN

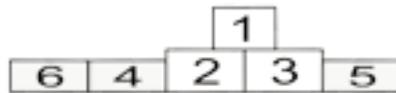
a) Bei wiederholter Missachtung der Anordnungen des Wettkampfpersonals, der Wettkampfleitung oder des Hauptkampfrichters sowie bei wiederholter, unkorrekter Ausführung von Pflichtposen oder jeder Art eines Verhaltens, das den ordnungsgemäßen Ablauf des Wettkampfs stört, kann mit Platzzifferzuschlag oder Ausschluss bestraft werden.

b) Beschwerden können an den Hauptkampfrichter oder an den Wettkampfleiter gerichtet werden.

6. SIEGEREHRUNG

Achten Sie bitte genau darauf, daß Sie sich bei der Siegerehrung zum einen sportlich fair verhalten und zum anderen die richtige Position einnehmen.

Begonnen wird mit dem 6. Platz, der vom Publikum aus gesehen links außen steht. 5. Platz rechts außen, 4. Platz innen neben dem Sechsten, 3. Platz innen neben dem Fünften, 2. Platz in der Mitte links, 1. Platz in der Mitte rechts.



7. DOPINGKONTROLLEN

Kontrollen werden gemäß den Dopingbestimmung des DBFV e.V. und der NADA (Nationale Anti Doping Agentur) -, bei Qualifikationen zu Wettkämpfen wie Europa- und Weltmeisterschaften werden Dopingtests nach Richtlinien der IFBB, des Internationalen Olympischen Komitees und der NADA / WADA durchgeführt.



WETTKAMPF-REGELN

für

Frauen - Physique

gültig ab 2016

DBFV e.V. / IFBB

Deutscher Bodybuilding- und Fitnessverband e.V.

Geschäftsstelle: Postfach 80 03 23, 81603 München

I. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN

Die nachstehenden Artikel sind für den Bereich des DBFV e.V./IFBB bindend.

1. VORAUSSETZUNG

Teilnahmeberechtigt ist nur die Inhaberin einer DBFV/IFBB-Starterlizenz. Voraussetzung ist die Mitgliedschaft in einem des DBFV e.V. angeschlossenen Studios. Zu Hause trainierende können beim nächstgelegenen Mitgliedsstudio des zuständigen Landesverbandes Passiv-Mitglied werden.

2. TEILNAHME-BERECHTIGUNG

An Nationalen Meisterschaften dürfen nur deutsche Staatsangehörige teilnehmen, bei Regional-Meisterschaften nur Aktive mit entsprechendem Wohnsitz. Bei überregionalen Meisterschaften auf deutschem Boden können auch Ausländerinnen mit Wohnsitz in Deutschland teilnehmen. Ausländerinnen ohne Wohnsitz in Deutschland müssen den Nachweis erbringen, daß sie Mitglied bei dem der IFBB angeschlossenen nationalen Verband ihres Heimatlandes sind.

3. ANMELDUNG

Anmeldeschluß ist mindestens 8 Tage vor Wettkampfbeginn.

Die Anmeldung erfolgt durch das Studio, bei nationalen Meisterschaften durch den zuständigen Landesverband.

Die Entsendung deutscher Teilnehmerinnen zu im Ausland ausgetragenen internationalen Meisterschaften erfolgt ausschließlich durch den Bundesverband (DBFV e.V./IFBB)

II. EINTEILUNG

1. NACH ALTER

a) Juniorinnen

Aktive gelten als Juniorinnen, wenn sie im Kalenderjahr das 23. Lebensjahr erreichen und alle jüngeren.

Juniorinnen können auch in den Frauenklassen starten. Doppelstarts sind nicht möglich.

b) Frauen

Teilnehmerinnen gelten ab dem 23. Lebensjahr als Frauen.

c) Master-Frauen

Teilnehmerinnen gelten als Masters, wenn sie das 35. Lebensjahr erreicht haben. Sie können in der Frauenklasse starten.

In keiner Kategorie gibt es eine Klassen- oder Gewichtseinteilung.

Doppelstarts (z.B in der Frauen-Figurklasse) sind nicht möglich.

III. VERANSTALTUNG

1. EINSCHREIBEN

Die Teilnehmerinnen müssen sich rechtzeitig an dem vom Veranstalter angegebenen Ort bei den vom Veranstalter bestimmten Personen melden. Das Einschreiben wird im Bikini vorgenommen. **Juniorinnen** und **Masters** müssen beim Einschreiben einen entsprechenden Altersnachweis (Pass) erbringen. Nach Zuteilung der Startnummer muss jede Teilnehmerin die für ihre Einzelkür obligatorische bespielte CD (Musikdauer max.30 Sek.) abgeben. Bei entsprechender Vorgabe des Veranstalters muss das Musikstück rechtzeitig als MP3-Datei online per Mail übersendet werden.

2. VERHALTENSREGELN

Jede Teilnehmerin muss einen sauberen, glatten einfarbigen Bikini tragen, wobei gemäß den Regeln des Anstands eine Mindestgröße einzuhalten ist. Der Bikini muss so geschnitten sein, dass die Bauch- und Rückenmuskulatur erkennbar- und mindestens die Hälfte des Gesäßes bedeckt ist.

Metallisches Material ist nicht zulässig. Dezenz Applikationen sind erlaubt.

Während des Wettkampfs darf das Haar nicht die Schulter- und obere Rückenmuskulatur verdecken. Schmuckstücke, die am Körper getragen werden (wie Uhren, Amuletts, Ketten, Ohringe, etc., ausgenommen Ehering), sind spätesten vor Betreten der Bühne abzulegen. Bitte vergessen sie auch nicht, die Schuhe auszuziehen und eventuell den Kaugummi aus dem Mund zu nehmen.

Die moderate Verwendung von Öl ist gestattet. Die Verwendung von abwischbarer Farbe wie Dream Tan®, glänzenden Cremes oder Öl mit Bronzeeffekt oder Flitter ist untersagt. Die Verwendung von Selbstbräuner ist gestattet.

Trinken auf der Bühne ist nicht erlaubt.

Das kurzzeitige Verlassen des Teilnehmerfeldes ist nur auf Anordnung der Wettkampfleitung erlaubt. Den Anordnungen des technischen Personals und des Wettkampfleiters ist unbedingt Folge zu leisten.

3. TECHNISCHER ABLAUF DER BEWERTUNG

a) Vorentscheidung *Eliminations-Runde*

Bei mehr als 15 Teilnehmerinnen wird eine Eliminationsrunde durchgeführt. Die Bewertung beginnt mit der numerischen Aufstellung des Starterfeldes (Line up). Bei einer großen Teilnehmerzahl kann die Klasse in 2 Gruppen aufgeteilt werden. Nach Beurteilung der Vorderansicht führen die Athletinnen in 5er Gruppen gemeinsam 4 Körperdrehungen (siehe unter Körperhaltung) und die 4 Pflichtposen durch.

Es können sich maximal 15 Teilnehmerinnen für das Semi-Finale qualifizieren.

SEMI-FINALE - *Runde 1* Line-up und Vergleichsposen

Falls keine Eliminations-Runde nötig ist, beginnt die Bewertung mit dem Aufstellen der Teilnehmerinnen in numerischer Reihenfolge (Line up). Nach dem Line up und der Beurteilung der Vorderansicht treten nun alle Teilnehmerinnen zum Bühnenhintergrund zurück.

Je nach Anzahl werden die Teilnehmerinnen auf der Bühne links und rechts in gleich große Gruppen aufgeteilt.

Der mittlere Teil der Bühne bleibt frei.

In Gruppen von je 5 Athletinnen werden dann gemeinsam die 4 Körperdrehungen und die 4 Pflichtposen (siehe rechts) durchgeführt.

Die Kampfrichter können anschließend individuell 5 Athletinnen zu Vergleichen herausrufen.

Jede Athletin muss mindestens einmal heraufgerufen werden.

Körperdrehungen

Beginnend mit der Vorderansicht drehen sich die Teilnehmerinnen nach Angabe des Sprechers im Uhrzeigersinn zunächst zur Seitenansicht links, dann zur Rückenansicht, weiter zu Seitenansicht rechts und schließlich wieder zur Ausgangsposition nach vorne.

Körperhaltung

Vorder- u. Rückenansicht:

geschlossene Füße, gerade stehen, Kopf aufrecht halten, Blick gerade aus, Arme parallel zum Körper halten, Ellenbogen leicht gebeugt, keine Posen (auch nicht andeutungsweise)!

Seitenansichten:

Beine parallel und durchgestreckt, geschlossenen Füße, Ellenbogen leicht gebeugt, eine leichte Drehung des Oberkörpers zur Jury ist erlaubt, Hände im Bereich der Oberschenkel, Blick gerade aus (nicht ins Publikum).

Pflichtposen

1. **Pose** - Doppelbizeps- Vorderseite (mit geöffneten Händen)
2. **Pose** - Seitliche Brustpose
3. **Pose** - Doppelbizeps- Rückenseite (mit geöffneten Händen)
4. **Pose** - Seitliche Trizepspose

Körperhaltung:

Sämtliche Muskelgruppen sollten in jeder Pose angespannt sein.

Bewertungsrichtlinien:

Bühnenpräsentation, Gesamteindruck, Symmetrie, Proportion, feminine Muskelentwicklung, Muskulosität, gleichmäßige Bräunung, allgemeine Körperpflege, feminine Ausstrahlung, weibliche Ästhetik, sportlich-athletische Erscheinung. Extreme Definiton ist nicht erwünscht.

b) Abendveranstaltung FINALE Runde 2 - Vergleiche u. Posedown

Im Finale wird endgültig die Siegerin ermittelt. Die besten sechs Teilnehmerinnen sind für das Finale qualifiziert.

Nach einem kurzen Line up führen alle Finalteilnehmerinnen gemeinsam die 4 Körperdrehungen und die 4 Pflichtposen - zweimal mit unterschiedlichen Positionen - durch.