

TESTÉPÍTŐ ÉS FITNESS MINŐSÍTŐ VERSENY

2022. április 23.
Budapest

Verseny célja: a testépítő és fitness sportág népszerűsítése, versenyzési lehetőség biztosítása.

Helyszín: Körösi Csoma Sándor Kőbányai Kulturális Központ
(1105 Budapest, Szent László tér 7-14)

Időpont: 2022. április 23.

Jelentkezni lehet: ifbbverseny@gmail.com Tel.06/30 960 81 86 Vargha Viola
(név, kategória, testmagasság, egyesület /amennyiben van/ elküldésével)

Jelentkezési határidő: 2022. április 08.

Nevezési díj:

Előnevezés esetén: 3.000 Ft/ kategória

Április 08. utáni nevezés esetén: 5.000 Ft/kategória

Minősítő kategóriák:

Azon sportolók indulhatnak, akik még nem indultak a Magyar Testépítő és Fitness Szövetség versenyén vagy korábbi minősítő versenyen ezüst, bronz minősítést szereztek.

Férfi Testépítés:	abszolút
Men's Physique:	abszolút
Fitness Modell (Bikini Fitness):	-166 cm, +166 cm
Bodyfitness:	abszolút
Wellness:	abszolút

Díjazás: arany, ezüst és bronz fokozat elérése (érem, oklevél)

Regisztráció: 8:00-9:00

Verseny kezdete: 10:00

TILOS a platform cipő viselete! Maximum 1 cm-es talprésszel rendelkező magassarkú cipőt fogadunk el!

TILOS az olyan ön barnító használata, ami nyomot hagy! Használata esetén a versenyző kizárásra kerül!

A versenyek partnerünk, a Pro Tan Magyarország biztosítja a professzionális és egyben a sztenderdeknek is megfelelő barnítást. Kérünk minden versenyzőt, hogy idejében jelezze a szolgáltatásra való igényt és a helyszín megóvása érdekében válasszák

a helyszíni barnítás adta előnyöket és kényelmet.

A versenyzők jelezhetik barnítási igényüket a következő linken keresztül, a Pro Tan Hungary hivatalos weboldalán, a <http://www.versenybarnitas.hu/elojegyzes> linken.

Testépítő minősítő versenyek

Verseny célja:

- Lehetőség biztosítása azoknak a versenyzőknek, akik még nem kívánják magukat egy versenyen megmérettetni, hogy ők is minősítést szerezzenek, és ezzel képet kapjanak arról, hogy milyen szinten állnak és hova tudnak eljutni a későbbiekben a sport keretein belül.

A minősítő versenyeken súlykategóriák nincsenek.

Az indulók ruházata:

- egyszínű póznadrágot kell viselniük. A nadrág tiszta, igényes és a jó ízlésnek megfelelő legyen
- a színpadra mezítláb kell felállniuk
- olaj, testápoló és önbarnító mértékletes használata engedélyezett

Az értékelés lebonyolítása:

- a versenyzőknek négy negyed fordulatot kell bemutatni, ahol a test szimmetriáját értékelik a bírók, majd a hét kötelező póz bemutatásával a versenyzők izomzata kerül értékelésre
- A hét kötelező póz:
 - páros bicepsz előlről
 - mell-csípő
 - oldalbicepsz
 - páros bicepsz hátulról
 - hát-csípő
 - tricepsz
 - has-láb
 - A versenyzőknek szabadon választott gyakorlatot bemutatni nem kell!
 - Az alapfordulatok és a kötelező pózok pontszámait összeadják és ezek alapján történik a versenyző minősítése
 - Minden versenyző minősítést kap:
- bronz jelvényes minősítés: az itt indulók továbbra is részt vehetnek a minősítő versenyek megmérettetésében
- ezüst jelvényes minősítés: az itt indulók továbbra is részt vehetnek a minősítő versenyek megmérettetésében
- arany jelvényes minősítés: ezek a versenyzők a továbbiakban a minősítő kategóriákban nem indulhatnak.

Megjegyzés: A minősítés a szakmai bizottság állásfoglalása. Támponatot nyújt a versenyzőnek felkészültsége reális, objektív megítéléséhez. Természetesen a minősítés a minősítő versenyen való indulás nem feltétele és nem is zárja ki a testépítő versenyeken való további indulást csak segíti a felzárkóztatást a versenyzőkhöz.

Modell minősítő versenyek

Verseny célja:

- Utánpótlás nevelés biztosítása a rendkívül dinamikusan fejlődő fitness modell sportág számára. A sportolóknak lehetőség nyújtása a mezőnyhöz való felzárkóztatásra, reális kép alkotása felkészültségükről.
- Az értékelés során nem a fizikumot, hanem a fizikum szépségét bírálják a bírók. Az atletikus képességek nem jelentenek előnyt az elbíráláskor. A csinos, nőies megjelenés, jó kisugárzás, magabiztos színpadi mozgás, szép egészséges bőr jelent előnyt a versenyző számára.

A verseny kategóriái:

- A kategóriák felosztása magasság szerint történik.

A verseny ruházata:

- Tiszta, az illemnek, ízlésnek megfelelő bikinit kell viselniük a versenyzőknek (tanga viselése TILOS)
- A versenyzőknek magas sarkú cipőben kell a színpadra lépni, azonban a platformos cipő használata TILOS! A lábbelinek a ruházat többi részéhez illeszkedni kell.
- A versenyzők ékszert, kiegészítőket (karkötő, fülbevaló) viselhetnek.
- Olaj, testápoló és önbrnító mértékletes használata engedélyezett, de eltúlzott használatuk esetén a versenyző lepontozásra kerül.

Verseny lebonyolítása:

- A verseny egyfordulós
- A versenyzőnek egyesével kell bevonulnia a színpadra és a színpad közepén, majd a jobb és bal oldalán tetszőleges fél-pihenő pózt kell bemutatni
- A felsorakozás után 4 alapfordulat következik, amit a bírók értékelnek figyelembe véve a bevonulás közbeni mozgást is
- Fontos megjegyzés: mivel modell kategóriáról beszélünk a túl izmos test, a nőiességgel szemben lepontozásra kerül.

Bodyfitness minősítő versenyek

Verseny célja:

- Utánpótlás nevelés biztosítása a rendkívül dinamikusan fejlődő Bodyfitness sportág számára. A sportolóknak lehetőség nyújtása a mezőnyhöz való felzárkóztatásra, reális kép alkotása felkészültségükről.

Fontos

- A bírók az értékelés során a bodyfitness kategória szabályai szerint minősítik a versenyzőt a felkészültségi szintnek megfelelően.

A verseny ruházata:

- Tiszta, az illemnek, ízlésnek megfelelő kétrészes fürdőruhát kell viselniük a versenyzőknek. Színe tetszőleges(cérnatanga viselése TILOS)

- A versenyzőknek magas sarkú cipőben kell a színpadra lépni, azonban a platformos cipő használata TILOS! A lábbelinek a ruházat többi részéhez illeszkedni kell.
- A versenyzők ékszert nem, csak karikagyűrűt és fülbevalót viselhetnek.
- Olaj, testápoló és önbarnító mértékletes használata engedélyezett, de túlzott használatuk esetén a versenyző lepontozásra kerül!

Verseny lebonyolítása:

- A verseny egyfordulós
- Felsorakozás után 4 alapfordulatot mutatnak be a sportolók, amit a bírók értékelnek figyelembe véve a bevonulás közbeni mozgást is.

Megjegyzés: A minősítés a szakmai bizottság állásfoglalása. Támponot nyújt a versenyzőnek felkészültsége reális, objektív megítéléséhez.

Programtervezet, információk a www.ifbb.hu honlapon olvashatók hamarosan.

A versenyt az aktuális járványügyi előírásoknak, szabályoknak megfelelően bonyolítjuk le.

Információ:
Vargha Viola
MTFSZ főtitkár
06 30 960 81 86