

BIKINI FITNESS ZA ŽENSKE

(Posodobljeno julija 2011)

125. člen - Uvod

Ženski Bikini Fitness je bil uradno priznan kot nova športna disciplina s strani izvršnega sveta in kongresa IFBB 7. novembra 2010 (Baku, Azerbajdžan).

125.1 Splošno:

IFBB pravila za Bikini Fitness so sestavljena iz predpisov, pravil, smernic in odločitev, ki so namenjeni vodenju zveze IFBB in njenih članov v administraciji športa Bikini Fitness.

125.2 Pravila:

Določena administrativna in tehnična pravila, ki se pojavljajo v Splošnih pravilih, so enaka za Bikini Fitness in jih zato v tem delu ne bomo ponavljali.

126. člen - Dolžnosti organizatorjev do tekmovalcev in delegatov

126.1 Dolžnosti

Organizator svetovnega prvenstva se bo obvezal, da krije stroške dvoposteljnih sob in obrokov (zajtrk, kosilo in večerja) za tekmovalce in delegate, kot sledi:

1. Svetovno prvenstvo v ženskem Bodybuildingu, Fitnessu, Body Fitnessu, Bikini Fitnessu in moškem Fitnessu:

Za štiri dni (tri nočitve) po sledeči lestvici:

- a. trije ali več tekmovalcev - dva delegata
- b. en ali dva tekmovalca - en delegat

Opomba 1: največje dovoljeno število tekmovalcev v ekipi A na narodno zvezo ne sme presegati števila kategorij na teh prvenstvih z največ dvema tekmovalcema na posamezno kategorijo.

Opomba 2: Največje dovoljeno število tekmovalcev v ekipi A na narodno zvezo v posamezni disciplini ne sme presegati števila kategorij v tej disciplini.

Opomba 3: V ekipi A je največje dovoljeno število 11 tekmovalcev (2 v ženskem Bodybuildingu, 2 v ženskem Fitnessu, 4 v ženskem Body Fitnessu, 2 v ženskem Bikiniju in 1 v moškem Fitnessu). V posamezni kategoriji lahko iz narodne zveze tekmujeta največ dva tekmovalca.

Opomba 4: Delegati brez tekmovalcev bodo sami krili celotne stroške udeležbe na dogodku.

Opomba 5: Po dogovoru med zvezo IFBB in organizatorjem se lahko na tekmovanju odpre ena dodatna kategorija.

127. člen - Kategorije

127.1 Kategorije:

Tekmovanje v Bikini Fitnessu na svetovnem prvenstvu je razdeljeno na sledeče kategorije:

1. Trenutno sta na tekmovanjih na svetovni ravni v Bikini Fitnessu odprti sledeči kategoriji:
 - a. razred A: do in vključno s 163 cm
 - b. razred B: nad 163 cm

128. člen - Izhodi

128.1 Izhodi:

Bikini Fitness bo sestavljen iz naslednjih izhodov:

1. predtekmovanje - Izhod 1 (četrto-obrazi v bikiniju)
2. finale - Izhod 2 (hoja v črki T in četrto-obrazi v bikiniju)

129. člen - Predtekmovanje: krog izločanja

129.1 Splošno:

Predtekmovanje, ki je odprto za javnost, se bo odvijalo dan po uradni registraciji tekmovalcev.

Objavljen mora biti raspored za ocenjevanje vsake kategorije. Da bodo imeli čas za ogrevanje in preoblačenje v opravo za poziranje, naj bodo tekmovalci v prostoru za ogrevanje za odrom vsaj 30 minut pred začetkom sojenja njihove kategorije. Vsak tekmovalec mora sam poskrbeti, da je prisoten in pripravljen na tekmovanje, ko je njegova kategorija poklicana na oder, sicer je lahko izločen iz tekmovanja.

129.2 Postopek v krogu izločanja:

Krog izločanja se bo izvedel, če je v kategoriji več kot 15 tekmovalk. Izveden bo na sledeč način:

1. Celotna skupina je pripeljana na oder v številčnem zaporedju v eni ali po potrebi dveh vrstah.
2. Skupina bo razdeljena v dve enaki skupini. Ena skupina se bo postavila na levo, druga pa na desno stran odra. Srednji del odra je prost za primerjave.
3. V številčnem zaporedju in v skupinah po največ 5 tekmovalk bo vsaka skupina usmerjena na sredino odra, kjer bo izvedla četrto-brate.
4. Vodja odra bo usmerjal tekmovalke skozi četrto-brate, ki so:
 - a. četrto-brat na desno
 - b. četrto-brat hrbtno
 - c. četrto-brat desno
 - d. četrto-brat frontalno.
5. Po zaključku četrto-bratov bo celotna kategorija ponovno postavljena v eno vrsto v številčnem zaporedju, preden bo zapustila oder.

Opomba: Tekmovalke ne smejo žvečiti žvečilni ali sladkarij med tem, ko so na odru.

130. člen - Predtekmovanje in finale: oblačila za vse izhode (dvodelni bikini)

130.1 Oblačilo za predtekmovanje in vse ostale izhode (dvodelni bikini):

Oblačilo za predtekmovanje in vse ostale izhode (dvodelni bikini) mora ustrezati sledečim kriterijem:

1. Bikini bo dvodelen.
2. Bikini je lahko kakršnekoli barve in vzorca.
3. Bikini mora biti spodoben.
4. Spodnji del bikinija mora pokrivati vsaj 1/3 mišice gluteus maximus in spodnji del prednjega dela. Tangice so strogo prepovedane.

130.2 Nosijo se visoke pete kakršnekoli oblike in barve. Čevlji s platformo so strogo prepovedani.

130.3 Lasje so lahko speti.

130.4 Tekmovalke naj imajo naraven in zdrav ten. Porjavitvene kreme, ki puščajo madeže, so strogo prepovedane.

130.5 Dovoljen je nakit, v kolikor je okusno izbran.

130.6 Glavni uradnik IFBB ali predstavnik ima pravico odločiti, ali oblačilo tekmovalke izpolnjuje standarde dobrega okusa in spodobnosti.

131. člen - Predtekmovanje: ocenjevanje v krogu izločanja

131.1 Ocenjevanje v krogu izločanja:

Sodniki bodo ocenjevali celotno telo z vidika proporcij, simetrije, uravnoteženosti, oblike in tena kože.

Ocenjevanje bo potekalo takole:

1. Če je tekmovalk več kot 15, bodo sodniki izbrali najboljših 15 tako, da bodo na Obrazcu 1 (Krog izločanja (sodniki)) poleg njihovega imena zapisali črko X.
2. Na Obrazec 2 (Krog izločanja (statistiki)) bodo statistiki prepisali izbor sodnikov in nato sešteli rezultate ter izbrali najboljših 15.
3. V primeru izenačenja med dvema tekmovalkama za 15. mesto, bosta le-ti prišli nazaj na oder in sodniki ju bodo ponovno ocenili med četrto-brate.
4. Le najboljših 15 nadaljuje v Izhod 1.

132. člen - Predtekmovanje: predstavitev izhoda 1 (dvodelni bikini)

132.1 Predstavitev izhoda 1 (dvodelni bikini):

Potek izhoda 1 (dvodelni bikini) bo sledeč:

1. Celotna skupina bo prišla na oder v številčnem zaporedju v eni vrsti.
2. Tekmovalke bodo razdeljene na dve enaki skupini. Ena skupina se bo postavila na levo, druga na desno stran odra. Srednji del odra je prost za primerjave.
3. V številčnem zaporedju in v skupinah po največ 5 tekmovalk bodo tekmovalke stopile na sredino odra, kjer bodo izvedle četrto-brate.
4. Ta prvotna delitev tekmovalk in izvajanje četrto-bratov je namenjena v pomoč sodnikom, da se odločijo, katere tekmovalke bodo sodelovale v nadaljnjih primerjavah.
5. Sodniki lahko vložijo individualne zahteve za primerjave pri glavnem sodniku ali vodji odra. Istočasno bodo primerjane najmanj tri do največ pet tekmovalk. Glavni sodnik ali vodja odra lahko zavrne zahtevo za primerjavo, če obstaja utemeljena podlaga za to.

6. Vse individualne primerjave se bodo odvijale na sredini odra in v zaporedju od leve proti desni, kakor po zahteval sodnik. Te primerjave bodo izvedene na sledeč način:
 - a. Frontalna postavitev: tekmovalke bodo stale z eno roko na boku ter eno nogo rahlo umaknjeno naprej in vstran.
 - b. Četrto-obrač v desno: tekmovalke bodo izvedle prvi četrto-obrač v desno. Z levo stranjo bodo obrnjene proti sodnikom, telo je rahlo obrnjeno proti sodnikom, pogled usmerjen v sodnike. Leva roka bo počivala na levem boku, stopala postavljena poljubno, vendar ne skupaj.
 - c. Četrto-obrač hrbtno: tekmovalke bodo izvedle naslednji četrto-obrač in bodo stale s hrbtno proti sodnikom. Stopala ne smejo biti narazen več kot 30 cm. Ena roka počiva na boku, druga roka sproščeno visi ob strani telesa. Tekmovalke ne smejo obrniti trupa proti sodnikom in morajo gledati proti zadnjemu delu odra med primerjavo.
 - d. Četrto-obrač na desno: tekmovalke bodo ponovno izvedle četrto-obrač in se bodo postavile z desno stranjo proti sodnikom, telo je rahlo obrnjeno proti sodnikom, pogled usmerjen v sodnike. Desna roka počiva na desnem boku, stopala postavljena poljubno, vendar ne skupaj.
 - e. Četrto-obrač frontalno: tekmovalke bodo izvedle še zadnji četrto-obrač in se postavile v frontalni položaj.
 - f. Skupno število primerjav bo določil glavni sodnik ali vodja odra.
 - g. Vse tekmovalke morajo biti primerjane vsaj enkrat.
 - h. Po zaključenih primerjavah se bodo vse tekmovalke ponovno postavile v eno vrsto v številčnem zaporedju, preden bodo zapustile oder.

133. člen - Predtekmovanje: Točkovanje izhoda 1 (dvodelni bikini)

133.1 Točkovanje v izhodu 1 (dvodelni bikini):

Točkovanje se bo odvijalo na sledeč način:

1. Na Obrazcu 3 (Posamezne sodniške razvrstitve (predtekmovanje)) bo vsak sodnik vsaki tekmovalki dodelil individualno razvrstitev od 1 do 15, pri čemer dve ali več tekmovalk ne more zasesti istega mesta. Sodniki lahko uporabijo Obrazec 4 (Sodnikovi osebni zapiski), da zapišejo svojo oceno vsake tekmovalke.
2. Na Obrazcu 5 (Ocenjevalni list (statistiki)) bosta, pri 9 sodnikih, izbrisani dve najvišji in dve najnižji oceni. Preostale ocene bodo seštete v »Seštevek izhoda 1«.
3. V primeru izenačenja v »Seštevku izhoda 1« bo uporabljena metoda relativne uvrstitve.

134. člen - Predtekmovanje: Ocenjevanje v izhodu 1 (dvodelni bikini)

134.1 Ocenjevanje v izhodu 1 (dvodelni bikini):

Izhod 1 bo ocenjen po sledečih kriterijih:

1. Ocenjevanje naj upošteva celotno telo. Najprej naj sodnik oceni splošen vtis o postavi, pri čemer naj upošteva lase in lepoto obraza, celotno razvitost telesa in obliko, predstavitev uravnoveženega, simetrično razvitega, popolnega telesa, izgled kože in njenega tena ter sposobnost tekmovalke, da se predstavi samozavestno, dostojanstveno in graciozno.
2. Postava naj bo ocenjena na podlagi celotnega tonusa, pridobljenega s športnim udejstvovanjem in prehrano. Deli telesa morajo izgledati lepi in čvrsti z nizkim odstotkom telesne maščobe. Telo ne sme biti pretirano mišičasto niti vitko. Mišična separacija in/ali striacije ne smejo biti vidne. Preveč mišičasto, trdno ali vitko telo bo nižje ocenjeno.
3. Ocenjevanje mora upoštevati tudi napetost in ten kože. Koža mora biti mehka in po videzu zdrava, brez celulita. Obraz, lasje in ličila morajo dopolnjevati celoten izgled, ki ga predstavlja tekmovalka.
4. Sodniške ocene tekmovalk naj vključujejo tekmovalkino celotno predstavitev, od trenutka, ko stopi na oder, do trenutka, ko ga zapusti. Tekmovalke je treba ves čas ocenjevati s poudarkom na zdravem in fit telesu, v atraktivno predstavljeni celotni podobi.
5. Sodniki naj ne pozabijo, da to ni tekmovanje v Body Fitnessu. Tekmovalke naj imajo oblikovane mišice, a brez separacij, definicije, ekstremno nizkega odstotka telesne maščobe in trdnosti, ki jih vidimo pri tekmovalkah v Body Fitnessu. Tekmovalka, ki bo prikazovala te lastnosti, bo nižje ocenjena.

135. člen - Finale: Oblačila v izhodu 2 (dvodelni bikini)

135.1 Oblačila v izhodu 2 (dvodelni bikini):
Oblačila v izhodu dva naj ustrezajo kriterijem izhoda 1.

136. člen - Finale: Predstavitel v izhodu 2 (dvodelni bikini)

136.1 Predstavitel v izhodu 2 (dvodelni bikini):

Postopek v izhodu 2 bo sledeč:

1. Najboljših 6 finalistk bo poklicanih na oder, ena po ena, v številčnem zaporedju, kjer bodo izvedle hojo v črki T:
 - Tekmovalka se bo sprehodila na sredino odra in se tam ustavila v frontalnem položaju.
 - Nato se bo obrnila na svojo desno stran in naredila 5 korakov proti desni strani odra, kjer se bo ustavila in izvedla frontalno in hrbtno pozo.
 - Tekmovalka se bo nato obrnila na svojo desno in naredila 10 korakov proti drugi strani odra, se ustavila in izvedla frontalno in hrbtno pozo.
 - Nato bo odšla k ostalim tekmovalkam v ozadje odra.
2. Najboljših 6 finalistk bo poklicanih na sredino odra v eno vrsto v številčnem zaporedju.
3. Glavni sodnik ali vodja odra lahko po lastni presoji tekmovalke razvrsti tudi v obratnem zaporedju. Tu tekmovalke izvedejo četrto-obrate na sledeč način:
 - Frontalna poza: tekmovalke bodo stale z eno roko v boku in eno nogo iztegnjeno rahlo naprej in vstran.
 - Četrto-obrat v desno: Tekmovalke bodo izvedle prvi četrto-obrat v desno. Stale bodo z levo stranjo proti sodnikom, s telesom rahlo obrnjenim proti sodnikom in gledajoč sodnike. Leva roka bo počivala na levem boku, stopala postavljena poljubno, vendar ne skupaj.
 - Četrto-obrat hrbtno: tekmovalke bodo izvedle naslednji četrto-obrat in bodo stale s hrbtom proti sodnikom. Stopala ne smejo biti narazen več kot 30 cm. Ena roka počiva na boku, druga roka sproščeno visi ob strani telesa. Tekmovalke ne smejo obrniti trupa proti sodnikom in morajo gledati proti zadnjemu delu odra med primerjavo.
 - Trije koraki naprej: Na znak vodje odra bodo tekmovalke naredile 3 korake naprej proti zadnjemu delu odra in se postavile v hrbtne položaj.
 - Četrto-obrat na desno: tekmovalke bodo ponovno izvedle četrto-obrat in se bodo postavile z desno stranjo proti sodnikom, s telesom rahlo obrnjenim proti sodnikom in gledajoč sodnike. Desna roka počiva na desnem boku, stopala postavljena poljubno, vendar ne skupaj.
 - Četrto-obrat frontalno: tekmovalke bodo izvedle še zadnji četrto-obrat in se postavile v frontalni položaj.
 - Trije koraki naprej: Na znak vodje odra bodo tekmovalke naredile 3 korake naprej proti prednjemu delu odra in se postavile v frontalno pozo.
4. Celotna skupina bo zapustila oder.

137. člen - Finale: Točkovanje v izhodu 2 (dvodelni bikini)

137.1 Točkovanje v izhodu 2 (dvodelni bikini):

Točkovanje bo potekalo na sledeč način:

1. Sodniki bodo na Obrazcu 6 (Posamezne sodniške razvrstitve (finale)) in upoštevajoč enake kriterije kot v predtekmovanju razvrstili tekmovalke od 1. do 6. mesta. Dve tekmovalki ne moreta zasesti istega mesta.
2. Statistiki bodo zbrali Obrazce 6 in razvrstitve prepisali na Obrazec 5 (Ocenjevalni list (statistiki)). Izločili bodo dve najvišji in dve najnižji oceni, seštelih ostalih pet ocen in seštevek zapisali v stolpec »Seštevku kroga 2«.
3. V primeru izenačenja v »Seštevku kroga 2« bo uporabljena metoda relativne uvrstitve.
4. Sodniki uporabijo Obrazec 6, statistiki pa Obrazec 5.

139. člen - Finale: Podelitvena slovesnost

139.1 Podelitvena slovesnost:

Podelitvena slovesnost bo potekala na sledeč način:

1. Najboljših 6 finalistk bo poklicanih na oder na podelitev.

2. Vodja slovesnosti bo s pomočjo obrazca 7 (Top 6 finalistk (za vodjo slovesnosti)) oznanil številko, ime in državo tekmovalke na 6. mestu. Ta bo stopila na desno stran (gledajoč od spredaj) zmagovalnih stopnič, kjer bo prejela svojo nagrado. Vodja slovesnosti bo nato oznanil številko, ime in državo tekmovalke na 5. mestu, ki bo stopila na desno stran zmagovalnih stopnič ter prejela svojo nagrado. Vodja slovesnosti bo nato oznanil številko, ime in državo tekmovalke na 4. mestu, ki bo stopila na levo stran zmagovalnih stopnič ter prejela svojo nagrado. Vodja slovesnosti bo nadaljeval z oznanitvijo tretje, drugo in na koncu prvo uvrščene tekmovalke.
3. Predsednik zveze IFBB ali glavni uradnik na tekmovanju bo v spremstvu dveh uradnikov, ki ju bo povabil k sodelovanju na podelitvi, zmagovalcem podelil medalje in pokale zveze IFBB.
4. Takoj po prejetju nagrade za prvo mesto bo zaigrana himna države zmagovalke.
5. Ko se slovesnost igranja himne in dviga zastav zaključi, lahko finalistke nekaj časa ostanejo na odru za slikanje.

Obširnejši opis podelitvene slovesnosti je na voljo v 36. členu.

140. člen - Skupna kategorija in nagrada

140.1 Skupna kategorija se bo izvedla na sledeč način:

1. Takoj po podelitveni slovesnosti za zadnjo Bikini Fitness kategorijo bosta zmagovalki obeh kategorij poklicani na oder v številčnem zaporedju v eno vrsto. Oblečeni naj bosta v svoj dvodelni bikini in visoke pete.
2. Glavni sodnik bo vodil tekmovalki skozi četrto-obrato na sredini odra, v številčnem zaporedju in nato v obratnem zaporedju.
3. Sodniki bodo na Obrazec 6 (Posamezne sodniške razvrstitve (finale)) uvrstili tekmovalki na 1. in 2. mesto.
4. Statistiki bodo na Obrazec 5 (Ocenjevalni list (statistiki)) prepisali ocene in ugotovili končno uvrstitev tekmovalk.
5. Skupna zmagovalka bo oznanjena in prejela bo skupno zlato medaljo IFBB ter pokal s strani predsednika IFBB ali najvišjega uradnika. Medaljo in pokal bo zagotovila nacionalna zveza države organizatorke.

Razvrstitev in nagrajevanje ekip - po 38. členu.

Objava rezultatov - po 39. členu.