

«Утверждаю»

Президент Федерации
бодибилдинга, бодифитнеса
и фитнеса Санкт-Петербурга



_____ Дубинин В.И.

« _____ » _____ 2017г.

ПОЛОЖЕНИЕ

Открытого Чемпионата Северо-Западного Федерального Округа по бодибилдингу и фитнесу (29^й Кубок Санкт-Петербурга и ЛО) 23 - 26 марта 2017г.

1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью популяризации и развития бодибилдинга и фитнеса, как наиболее эффективных средств оздоровления населения, повышения мастерства участников, выявления лучших спортсменов для комплектования сборной команды Санкт-Петербурга и Лен.области для участия в Кубке России в г. Краснодаре, 20-24 апреля 2017г.

2. Сроки, место и порядок проведения

Соревнования проводятся **23-26 марта 2017 года** в Петербургском спортивно-концертном комплексе (ПСКК) по адресу: пр.Юрия Гагарина, 8 (метро «Парк Победы»).

23.03.2017 (четверг) 11⁰⁰ – 21⁰⁰ (Арена ПСКК)

Мандатная комиссия (взвешивание, измерение роста и оплата взносов – по Расписанию).

24.03.2017 (пятница) 10⁰⁰ – 20⁰⁰ (Арена ПСКК)

10⁰⁰ Инструктаж судей.

11⁰⁰ Фитнес - девочки (до 9, до 13 лет), мальчики (до 13 лет), юниорки (абс.кат)
Бодибилдинг – юноши (абс.категория)
Пляжный бодибилдинг – юниоры (абс.категория).

Перерыв **13³⁰ - 14⁰⁰**

14⁰⁰ Бодибилдинг – юниоры (75, +75 и абс. первенство)
– ветераны (40-49 лет: 90, +90кг; старше 50 лет – абс.кат; старше 60 лет – абс.кат. и абс.первенство среди всех категорий ветеранов)
Пляжный бодибилдинг – ветераны - абс.категория

25.03.2017 (суббота) 10⁰⁰ – 20⁰⁰ (Арена ПСКК)

10⁰⁰ Инструктаж судей.

11⁰⁰ Фитнес – женщины, мужчины (все в абс.кат.)
Бодифитнес – женщины (163см, +163см и абс.первенство)
Классический бодибилдинг – женщины - абс.категория

Перерыв **13³⁰ - 14⁰⁰**

14⁰⁰ Торжественное открытие

15⁰⁰ Классический бодибилдинг – мужчины (175см, 180см, +180см и абс.первенство)
Бодибилдинг - мужчины (70, 75, 80, 85, 90, 95, 100, +100кг и абс.первенство)

26.03.2017 (воскресенье) 10⁰⁰ – 20⁰⁰ (Арена ПСКК)

10⁰⁰ Конференция ФББФ СПб.

12⁰⁰ Атлетический пляжный бодибилдинг (muscular physique) - конкурс
Фит-модель (женщины) - конкурс

Перерыв **13³⁰ - 14⁰⁰**

14³⁰ Фитнес-бикини – юниорки и «мастера» (старше 35 лет) - абс.категории
– женщины (160см, 163см, 166см, 169см, 172см, +172см и абс.первенство)
Пляжный бодибилдинг (174см, 178см, +178см и абс.первенство)

3. Руководство соревнованиями

Общее руководство подготовкой к соревнованиям осуществляет ОРГКОМИТЕТ при поддержке ФЕДЕРАЦИИ БОДИБИЛДИНГА, БОДИФИТНЕСА и ФИТНЕСА Санкт-Петербурга (ФББФ СПб). Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на СУДЕЙСКУЮ КОЛЛЕГИЮ ФББФ СПб.

Главный судья	- судья в/к, м/к ДУБИНИН В.И.
Главный секретарь	- судья в/к МИХАЙЛОВА Н.В.
Судья-комментатор	- судья в/к, м/к НАЗАРЕНКО А.Ю.
Пред.судейской коллегии	- судья 1 кат., м/к ВИШНЕВСКИЙ А.В.
Зам.гл.секретаря	- судья в/к САФРОНОВ В.А., судья в/к ТЕНИШЕВ В.Ш.

4. Участники соревнований

К соревнованиям допускаются спортсмены восьми возрастных групп: девочки до 9 лет, девочки и мальчики до 13 лет, юноши до 18 лет, юниоры и юниорки до 23 лет, взрослые – старше 23 лет, ветераны/мастера (женщины) – старше 35 лет и ветераны/мастера (мужчины) – старше 40 лет, старше 50 лет и старше 60 лет. **Возраст определяется не по дате рождения, а по году рождения. (Например, юниор – родившийся в период 1994-1999гг).**

В бодибилдинге ЮНОШИ соревнуются в абсолютной категории; ЮНИОРЫ соревнуются в категориях 75, +75 кг и в абсолютном первенстве; ВЕТЕРАНЫ соревнуются в возрастных категориях 40-49 лет: 90кг, +90кг; старше 50 лет и старше 60 лет в абсолютных категориях и в абсолютном первенстве среди этих возрастных категорий; МУЖЧИНЫ - 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100, +100 кг и в абсолютном первенстве.

В классическом бодибилдинге ЖЕНЩИНЫ соревнуются в абсолютной категории, МУЖЧИНЫ соревнуются в категориях 175см, 180см, +180см и в абсолютном первенстве.

В фитнесе ДЕВОЧКИ до 9 и до 13 лет, МАЛЬЧИКИ до 13 лет, ЮНИОРКИ, ЖЕНЩИНЫ и МУЖЧИНЫ соревнуются в абсолютных категориях.

В бодифитнесе ЖЕНЩИНЫ соревнуются в категориях: 163см, +163см и в абсолютном перв.

В фитнес-бикини ЮНИОРКИ и МАСТЕРА соревнуются в абсолютной категории, ЖЕНЩИНЫ соревнуются в категориях: 160см, 163см, 166см, 169см, 172см, +172см и в абсолютном первенстве.

В пляжном бодибилдинге ЮНИОРЫ и МАСТЕРА соревнуются в абсолютной категории, МУЖЧИНЫ соревнуются в категориях: 174см, 178см, +178см и в абсолютном первенстве.

Спортсмены соревнуются в 42 категории и в 7 абсолютных первенствах.

ФИТ-МОДЕЛЬ среди женщин и **Атлетический пляжный бодибилдинг (muscular physique)** среди мужчин - конкурсные категории.

Участие возможно **ТОЛЬКО** в одной номинации!

ЮНОШИ, ЮНИОРЫ и ЮНИОРКИ могут выступать в старших возрастных группах, если они заняли I-III места в своей возрастной группе. Исключение для пляжного бодибилдинга – юниоры могут выступать в старшей группе, если они заняли с I-VI место.

Спортсменам МУЖЧИНАМ и ЮНИОРАМ, занявшим в течение предыдущего соревновательного года призовые места на Кубке и/или чемпионате Санкт-Петербурга, при взвешивании на данных соревнованиях дается провес: 1 место-3 кг, 2 место-2 кг, 3 место-1 кг, а МУЖЧИНАМ в классическом бодибилдинге и ЮНОШАМ соответственно: 1,5 кг, 1,0 кг и 0,5 кг. Спортсменам-призерам юношеских и юниорских категорий, перешедшим в другую возрастную категорию, дается 50% от нормы провеса, при точной фиксации веса на взвешивании, при существующей разнице в весовых категориях мужчин и юношей/юниоров.

Судьи на инструктаже и жеребьевке должны предоставить Судейскую квалификационную книжку с обязательным посещением судейского семинара, который состоится 04.02.2017.

5. Заявки на участие

Предварительные заявки на участие в соревновании **присылаются на электронную почту dubinin@fbfr.ru до 15 марта 2017 года.** Окончательную заявку (образец ниже), заверенную врачом, организации предоставляют на мандатной комиссии 23 марта (на фирменном бланке организации, с печатью и подписью руководителя организации или лица, его замещающего, с указанием Ф.И.О, должности и контактного телефона официальных представителей организации, уполномоченных представлять команду на данном соревновании):

п/п	Ф.И.О (полностью)	Дата рождения (полностью)	Разряд, звание	Номинация/Категория (вес, рост) (полностью)	Мед.допуск
1.					
2.					

Решение о допуске для участия в соревновании принимает мандатная комиссия.

Участники соревнований должны иметь паспорт, качественную фонограмму выступления на флэш-носителе, **и медицинскую справку для выступающих в личном зачете (ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ УСЛОВИЕ, иначе допуска к соревнованиям НЕ БУДЕТ)**. Согласно приказа Минспорта РФ №227 от 17.03.2015, каждый участник соревнований должен иметь квалификационную книжку спортсмена для оформления спортивных разрядов. Для оформления книжки иметь с собой фото 3х4.

Судьи обязаны представить документ о судейской квалификации.

К участию в соревнованиях допускаются команды, члены атлетических клубов и спортсмены, занимающиеся самостоятельно, при обязательном членстве в ФББФ СПб. Стать членом ФББФ СПб (старше 16 лет) можно на взвешивании, имея при себе фото 3х4, заплатив **500 руб.**, и получив членский билет со значком. Продление членства – **300 руб.** Иногородние спортсмены должны быть действующими членами ФБФР (можно будет оформить на мандатной комиссии). Каждый участник соревнований (старше 16 лет) на взвешивании делает стартовый взнос **1500 руб.**

6. Порядок определения победителей и награждение

Победители в соревнованиях определяются, согласно правилам, по наименьшей итоговой сумме мест, набранной в I и II раундах. При равной итоговой сумме мест преимущество получает спортсмен, имеющий лучшие оценки в раунде «Тело» (I раунд). Команда-победительница определяется по наибольшей сумме очков, полученных **пятью** лучшими спортсменами каждой команды (1 место - 16 очков, 2 место - 12 очков, 3 место - 9 очков, 4 место - 7 очков, 5 место - 6 очков, ... 10 место - 1 очко). Очки, данные команде девушками и юношами оцениваются 50%, а юниорами, юниорками, ветеранами, участниками категорий «фитнес-бикини», «пляжный бодибилдинг» - 75% от их набранной суммы очков. Чемпионы в абсолютных первенствах получают дополнительно к своей сумме очков в командный зачет по 2 очка.

Команды, занявшие 1, 2 и 3 места, награждаются **кубками и грамотами**.

Участники, занявшие 1, 2, 3 места награждаются **дипломами, медалями и кубками**. Чемпионам во взрослых категориях и абсолютному чемпиону среди юниоров в бодибилдинге вручаются **денежные призы** от спонсоров соревнований. Спортсмену, добившемуся за прошедший сезон наибольшего прогресса, вручается приз президента ФББР «Приз Прогресса».

Каждому участнику будет выдан браслет, который является пропуском на место проведения соревнования.

Сборная команда Санкт-Петербурга формируется ТОЛЬКО по результатам кубка/чемпионата Санкт-Петербурга-2017 по решению тренерского совета ФББФ СПб. Список сборной будет опубликован на сайте www.fbfr.ru 18.04.2017. Допуск на участие в Кубке России проводится по критериям: юноши, девушки – не ниже II разряда; юниоры, юниорки и взрослые категории – не ниже I разряда.

Дополнительное участие в кубке/чемпионате России разрешается (за свой счет) ТОЛЬКО призерам своих категорий кубка/чемпионата СПб, кроме фитнес-бикини (женщины) и пляжный бодибилдинг (мужчины) – допускаются занявшие по 6 место включительно. Никакие другие заявки НЕ ПРИНИМАЮТСЯ!!!

Предварительные заявки на участие в кубках/чемпионатах России, Европы и мира отправлять главному тренеру сборных команд СПб Янгиеву Арсену -

с 11-00  до 12-00	1. Фитнес	- девочки, мальчики	(без просмотра)
	2. Бодибилдинг	- юноши,	(без просмотра)
	3. Фитнес	- юниорки	(без просмотра)
	4. Бодибилдинг	- юниоры, 75кг	(без просмотра)
	5. Бодибилдинг	- юниоры, +75кг	(без просмотра)

yangiev.arsen@gmail.com.

– 4 –

Программа регистрации участников - 23.03.2017 Арена ПСКК

с 12-00  до 12-30	6. Бодибилдинг - мужч.-мастера 40-49л 90кг 7. Бодибилдинг - мужч.-мастера 40-49л +90кг 8. Бодибилдинг - мужч.-мастера ст.50л 9. Бодибилдинг - мужч.-мастера ст.60л (без просмотра) (без просмотра) (без просмотра) (без просмотра)
с 12-30  до 13-00	10. Классический бодибилдинг - женщины 11. Фитнес - женщины 12. Фитнес - мужчины 13. Бодифитнес - женщины, 163см 14. Бодифитнес - женщины, +163см (без просмотра) (без просмотра) (без просмотра) (без просмотра)
с 13-30  до 15-00	15. Бодибилдинг - мужчины, 70кг 16. Бодибилдинг - мужчины, 75кг 17. Бодибилдинг - мужчины, 80кг 18. Бодибилдинг - мужчины, 85кг 19. Бодибилдинг - мужчины, 90кг 20. Бодибилдинг - мужчины, 95кг 21. Бодибилдинг - мужчины, 100кг 22. Бодибилдинг - мужчины, +100кг
с 15-00  до 16-00	23. Кл.б/б 175см - мужч. 24. Кл.б/б 180см - мужч. 25. Кл.б/б +180см - мужч. 26. Атлетический бодибилдинг
с 16-00  до 18-00	27. Пляжный ББ - юниоры 28. Пляжный ББ - мастера 29. Пляжный ББ - мужчины 174см 30. Пляжный ББ - мужчины 178см 31. Пляжный ББ - мужчины +178см
с 18-00  до 21-00	32. Фит-модель 33. Фитнес-бикини - юниорки 34. Фитнес-бикини - женщ., 160см 35. Фитнес-бикини - женщ., 163см 36. Фитнес-бикини - женщ., 166см 37. Фитнес-бикини - женщ., 169см 38. Фитнес-бикини - женщ., 172см 39. Фитнес-бикини - женщ., +172см

Программа

**Открытого чемпионата Северо-западного ФО по бодибилдингу и фитнесу
23-26 марта 2017, Санкт-Петербургский СКК**

23.03 11⁰⁰ – 21⁰⁰		Мандатная комиссия (взвешивание, измерение роста и оплата взносов – по расписанию). Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою категорию, будет зарегистрирован по окончании аккредитации последней номинации.	
01.04	10 ⁰⁰	Инструктаж судей. Формирование судейских бригад	
	С 11 ⁰⁰ до 20 ⁰⁰	1. Фитнес - мальчики, абс.кат. (I раунд) 2. Фитнес - девочки, до 9 лет (I раунд) 3. Фитнес - девочки, до 13 лет (I раунд) 4. Фитнес - мальчики, абс.кат. (II раунд) 5. Фитнес - девочки, до 9 лет (II раунд) 6. Фитнес - девочки, до 13 лет (II раунд) 7. Награждение - фитнес- мальчики, абс.кат. 8. Награждение - фитнес-девочки до 9 лет 9. Награждение - фитнес-девочки до 13 лет 10. Фитнес - юн-ки, абс.кат. (I раунд) 11. Бодибилдинг - юноши, абс.кат. 12. Фитнес - юн-ки, абс.кат. (II раунд) 13. Пляж.б/б - юниоры, абс.кат. 14. Награждение - б/б юноши, абс.кат. 15. Награждение - фитнес-юр-ки, абс. кат. 16. Награждение - пляж.б/б-юн-ры, абс. кат.	Перерыв 13³⁰-14⁰⁰ 17. Бодибилдинг - юниоры, 75кг 18. Бодибилдинг - юниоры, +75кг 19. Пляж.б/б - мастера, абс.кат. 20. Награждение - б/б юниоры, 75кг 21. Награждение - б/б юниоры, +75кг 22. Бодибилдинг - ю-ры, абс.перв. + награжд. 23. Награждение - пляж.б/б-мастера, абс. кат. 24. Бодибилдинг - муж.-мастера, 40-49л 90кг 25. Бодибилдинг - муж.-мастера, 40-49л +90кг 26. Бодибилдинг - муж.-мастера, 50-59лет абс.к 27. Бодибилдинг - муж.-мастера, стар.60л абс.к 28. Награждение - мужч.-мастера, 40-49л 90кг 29. Награждение - мужч.-мастера, 40-49л +90кг 30. Награждение - мужч.-мастера, 50-59л абс.кат. 31. Награждение - мужч.-мастера, 60 лет абс.кат. 32. Бодибилдинг- мужч.-маст.,абс.перв.+ нагр.
24.03	10 ⁰⁰	Инструктаж судей. Формирование судейских бригад	
	С 11 ⁰⁰ до 20 ⁰⁰	1. Фитнес - женщины, абс.кат. (I раунд) 2. Бодифитнес - женщины, 163см 3. Бодифитнес - женщины, +163см 4. Фитнес - женщины, абс.кат. (II раунд) 5. Награждение - бодифитнес - жен., 163см 6. Награждение - бодифитнес - жен., +163см 7. Бодифитнес - жен., абс. перв. + награжд. 8. Награждение - фитнес-женщины, абс.кат 9. Фитнес - мужчины, абс.кат. (I раунд) 10. Классич.б/б - женщины, абс.кат. 11. Фитнес - мужчины, абс. кат. (II раунд) 12. Награждение - клас.б/б женщины, абс.кат. 13. Награждение - фитнес-мужчины, абс. кат. Перерыв 13³⁰-14⁰⁰ Торжественное открытие 14. Классич.б/б. - мужчины, 175см (I раунд) 15. Классич.б/б. - мужчины, 180см (I раунд) 16. Классич.б/б. - мужчины, +180см (I раунд) 17. Классич.б/б. - мужчины, 175см (II раунд) 18. Классич.б/б. - мужчины, 180см (II раунд) 19. Классич.б/б. - мужчины, +180см (II раунд) 20. Награждение - классич. б/б-муж., 175см 21. Награждение - классич. б/б-муж., 180см 22. Награждение - классич. б/б-муж., + 180см 23. Классич.б/б. - муж., абс. перв. + награжд.	24.Бодибилдинг - мужчины, 70кг (I раунд) 25.Бодибилдинг - мужчины, 75кг (I раунд) 26.Бодибилдинг - мужчины, 80кг (I раунд) 27. Бодибилдинг - мужчины, 85кг (I раунд) 28. Бодибилдинг - мужчины, 70кг (II раунд) 29. Бодибилдинг - мужчины, 75кг (II раунд) 30. Бодибилдинг - мужчины, 80кг (II раунд) 31. Бодибилдинг - мужчины, 85кг (II раунд) 32. Награждение - б/б мужчины, 70кг 33. Награждение - б/б мужчины, 75кг 34. Награждение - б/б мужчины, 80кг 35. Награждение - б/б мужчины, 85кг 36. Бодибилдинг - мужчины, 90кг (I раунд) 37. Бодибилдинг - мужчины, 95кг (I раунд) 38. Бодибилдинг - мужчины, 100кг (I раунд) 39. Бодибилдинг - мужчины, +100кг (I раунд) 40. Бодибилдинг - мужчины, 90кг (II раунд) 41. Бодибилдинг - мужчины, 95кг (II раунд) 42. Бодибилдинг - мужчины, 100кг (II раунд) 43. Бодибилдинг - мужчины, +100кг (II раунд) 44. Награждение - б/б мужчины, 90кг 45. Награждение - б/б мужчины, 95кг 46. Награждение - б/б мужчины, 100кг 47. Награждение - б/б мужчины, +100кг 48. Бодибилдинг - муж., абс. перв.+ награжд.
03.04	10 ⁰⁰	КОНФЕРЕНЦИЯ ФББФ СПб.	
	С 12 ⁰⁰ до 20 ⁰⁰	1. Атлетический б/б - муж., абс.кат. 2. Фит-модель - женщ., абс.кат. 3. Награждение - атлет.б/б, абс.кат. 4. Награждение - фит-модель абс.кат. Перерыв 13³⁰-14⁰⁰ 5. Пляж.б/б - муж., 174см 6. Пляж.б/б - муж., 178см 7. Пляж.б/б - муж., +178см 8. Награждение - пляж.б/б 174см 9. Награждение - пляж.б/б 178см 10. Награждение - пляж.б/б +178см 11. Пляж.б/б - муж., абс.перв. + награжд. 12. Фитнес-бикини - юниорки, абс.кат. 13. Награждение - фитнес-бикини, юниорки	14. Фитнес-бикини - женщины, 160см 15. Фитнес-бикини - женщины, 163см 16. Фитнес-бикини - женщины, 166см 17. Награждение - фитнес-бикини, 160см 18. Награждение - фитнес-бикини, 163см 19. Награждение - фитнес-бикини, 166см 20. Фитнес-бикини - женщины, 169см 21. Фитнес-бикини - женщины, 172см 22. Фитнес-бикини - женщины, +172см 23. Награждение - фитнес-бикини, 169см 24. Награждение - фитнес-бикини, 172см 25. Награждение - фитнес-бикини, +172см 26. Фитнес-бикини - абс. перв. + награжд. 27. Награждение команд

Внимание! В расписании Мероприятия возможны изменения.

Для иногородних.

Размещение: **гостиница «Россия»:** Санкт-Петербург, пл. Чернышевского, 11. В 10 минутах расположен Петербургский Спортивно-концертный комплекс (СКК) – место проведения **Чемпионата и первенства Санкт-Петербурга и ЛО по бодибилдингу и фитнесу.**

Номера бронируются по предварительным заявкам **по тел. +7 (812) 612-82-16**, и по эл.почте: as@turris-management.ru с подтверждением dubinin@fbfr.ru. Обращаем ваше внимание, заезд в отель осуществляется в 14.00, выезд - в 12.00.

№	Категория номера	Описание Стоимость включает НДС 18% и завтрак (шведский стол)	Стоимость номера (руб./сутки)
1	Двухместный эконом (double)	Одна двухспальная кровать, телефон, телевизор Ванная комната: душевая кабина, фен, туалет. Площадь 13 м2.	2 700
3	Одноместный бизнес	Однospальная кровать, телефон, телевизор, холодильник Ванная комната: душевая кабина, фен, туалет. Площадь 14 м2.	3000
2	Двухместный бизнес	Две однospальные кровати, телефон, телевизор, холодильник Ванная комната: душевая кабина, фен, туалет. Площадь 19 м2.	3900
3	Комфорт	Две однospальные кровати, телефон, телевизор, холодильник, сейф. Ванная комната: душевая кабина, фен, туалет. Площадь 26 м2.	3500

Размещение: **гостиница «Турист»** - в 10 мин от ПСКК: Санкт-Петербург, ул.Севастьянова, д. 3.

Номера бронируются по предварительным заявкам **по тел. (812) 416-30-20 (доб. 102), 7-905-221-97-29** и по эл.почте: corporate@cityhotelgroup.ru с подтверждением dubinin@fbfr.ru. Обращаем ваше внимание, заезд в отель осуществляется в 14.00, выезд - в 12.00.

№	Категория номера	Описание Стоимость включает НДС 18% и завтрак (шведский стол)	Стоимость номера (руб./сут.)
1	Эконом 2х мест.	Площадь 15-18 кв.м. Однospальные кровати, шкаф, стол, телевизор, холодильник, Wi-Fi Удобства (душ/ туалет) на этаже	1600
2	Эконом 3х мест.		2000
3	Эконом 4х мест.		2300
4	Стандарт 2х мест.	Площадь 18 кв.м. Одна большая или две раздельные кровати, шкаф, стол, телевизор, телефон, холодильник, сейф, Wi-Fi. Ванная комната: душевая кабина, туалет, фен	2300
5	Стандарт 1 мест.		2000
6	Повышенной комфортности	Площадь номера – 36 кв.м. две комнаты: спальня и гостиная, отдельная ванная комната гладильная доска и утюг, фен, Wi-Fi, сейф, телевизор, телефон, холодильник, чайник	3000
7	Доп. место	Еврораскладушка	700

**Регистрационная форма для делегатов и участников
Чемпионата Северо-западного ФО по бодибилдингу и фитнесу**

ФИО каждого Гостя Категория номера	Одноместный	Двухместный	
Даты проживания в отеле	Дата заезда		Время заезда
	Дата выезда		Время выезда

Форма оплаты	
X	Наличный расчет

Контактная информация руководителя команды	
Номер телефона	
Электронная почта	

Приложение 1. Правила по новым номинациям

Фит-модель среди женщин:

Соревнования проводятся в одной абсолютной категории среди женщин спортивного телосложения, которые занимаются спортом и соблюдают диету. Во внимание также принимаются детали внешнего вида: привлекательность лица, макияж, прическа, тонус кожи, а также общая презентабельность.

Соревнования состоят из двух раундов:

Первая часть 1 раунда – «Презентация в сплошном купальнике».

Участницы по одной выходят на середину сцены в порядке стартовых номеров и представляют дефиле длительностью не более 45 секунд, становясь после этого в одну линию у задника сцены или разделившись на 2 части, с левой и правой стороны сцены, чтобы центр был открыт для сравнений.

Вторая часть 1 раунда - «Сравнения».

1. Участницы приглашаются группами (не более 10ти человек одновременно) в центр сцены и, по команде ведущего, принимают 4 обязательных положения: лицом к судьям – левым боком - спиной к судьям – правым боком - лицом к судьям. Одна из рук должна находиться на бедре, а одна из ног должна быть слегка отставлена в сторону (при позах спиной и лицом к судьям).

2. Судьи оценивают пропорции, сбалансированность, симметричность, мышечный тонус (за излишнюю мышечность и «сухость» баллы снижаются), тон кожи, отсутствие целлюлита, красоту, женственность и умение себя подать.

3. Судьи сдают свои оценки.

Соревновательный костюм в 1 раунде:

- Участницы соревнуются в облегающих сплошных купальниках. Стиль, цветовая гамма, материал, орнамент купальника, как и стиль и цвет туфель – на усмотрение участниц. Низ купальника должен быть V-образной формы, закрывающей как минимум 1/3 ягодичной области, не допускаются стринги и танго.

- Участницы выходят на высоких каблуках, высотой не более 12см, толщина подошвы не более 1см, платформа строго запрещена.

- Допускаются ювелирные украшения. Запрещены очки, часы, парики.

- Запрещаются непристойные движения и жесты, жевание жвачки и распивание какой-либо жидкости.

Первая часть 2 раунда - «Презентация в вечернем платье».

Участницы по одной выходят на середину сцены в порядке стартовых номеров и представляют дефиле длительностью не более 45 секунд по всей протяженности сцены, становясь после этого в одну линию у задника сцены или разделившись на 2 части, с левой и правой стороны сцены, чтобы центр был открыт для сравнений.

Вторая часть 2 раунда - «Сравнения».

1. Участницы приглашаются группами (не более 10ти человек одновременно) в центр сцены и, по команде ведущего, принимают 4 обязательных положения: лицом к судьям – левым боком - спиной к судьям (выполняют три шага вперед) – правым боком - лицом к судьям (выполняют три шага вперед). Одна из рук должна находиться на бедре, а одна из ног должна быть слегка отставлена в сторону (при позах спиной и лицом к судьям).

2. Судьи оценивают пропорции, сбалансированность, симметричность, мышечный тонус (за излишнюю мышечность и «сухость» баллы снижаются), тон кожи, отсутствие целлюлита, красоту, женственность и умение себя подать.

3. Судьи сдают свои оценки.

Соревновательный костюм во 2 раунде:

- Участницы соревнуются в вечерних платьях «в пол». Платье должно закрывать нижнюю часть спины. Оценивается изысканность и шарм. Стиль, цветовая гамма, материал, как и стиль и цвет туфель – на усмотрение участниц.

- Участницы выходят на высоких каблуках, высотой не более 12см, толщина подошвы не более 1см, платформа строго запрещена.

- Допускаются ювелирные украшения. Запрещены очки, часы, парики.

Атлетический пляжный бодибилдинг (Muscular men's physique) среди мужчин:

Соревнования проводятся в одной абсолютной категории без соотношения рост/вес среди мужчин с небольшой, умеренной мышечной массой, атлетическим и эстетическим телосложением.

Соревновательный костюм для всех раундов:

- Участники соревнуются в непрозрачных, свободного покроя шортах, длиной до коленной чашечки. Цвет, ткань и орнамент шорт на усмотрение спортсмена.

- Участники соревнуются без обуви.

- Запрещено использование узких обтягивающих шорт и шорт из лайкры.

- Запрещено использование ювелирных изделий, кроме обручальных колец, а также бижутерии, часов и очков.

- Строжайше запрещено использование имплантов и синтола, при обнаружении которых спортсмен может быть снят с соревнований.

Соревнования состоят из 2х раундов.

Первый раунд - «Презентация».

Участники по одному выходят на середину сцены в порядке стартовых номеров и представляют собственную презентацию длительностью 20 секунд, становясь после этого в одну линию у задника сцены или разделившись на 2 части, с левой и правой стороны сцены, чтобы центр сцены был открыт для сравнений.

Второй раунд – «Сравнения»:

Участники приглашаются группами (не более 6ти человек одновременно) в центр сцены и, по команде ведущего, принимают 4 обязательных положения: лицом к судьям – левым боком - спиной к судьям – правым боком - лицом к судьям. Одна из рук должна находиться на бедре, а одна из ног должна быть слегка отставлена в сторону (при позах спиной и лицом к судьям).

Далее судьи формируют свои индивидуальные сравнения.

Судьи оценивают мускулатуру и состояние тела, умение держать себя на сцене, презентабельность. Основное внимание уделяется пропорциям тела, симметричности, умеренность мышечной массы, состоянию и тону кожи, прическе и лицу.

При чрезмерном развитии мышечной массы оценка должна быть снижена.

Судейская оценка сдается по итогам 2 раундов.

Приложение 2.

Карточка участника

29-го Кубка Северо-запада России
по бодибилдингу, фитнесу и бодифитнесу
г.Санкт-Петербург 23-26 марта 2017г.



Фамилия _____
Имя, отчество _____
Спорт.зв. по б/б и _____
фитнесу (№, дата уд.) _____
Вес соревновательн. _____
Вес в межсезонье _____
Рост _____
Регион, город, клуб _____
Дата рожд. (Д/М/Г) _____
Место работы, учебы _____
Профессия _____
Тренер _____
Телефон мобильный _____
Данные росс.пасп. _____

(заполняется при оформлении чл.билета)
РСОО ФББФ Санкт-Петербурга

Заявление

От (Ф.И.О.) _____
Адрес, контактный телефон: _____

Прошу принять меня в члены региональной спортивной общественной организации «Федерация бодибилдинга Санкт-Петербурга». С Уставом и правилами ознакомлен.

Дата _____ Подпись _____

Карточка участника

29-го Кубка Северо-запада России
по бодибилдингу, фитнесу и бодифитнесу
г.Санкт-Петербург 23-26 марта 2017г.



Фамилия _____
Имя, отчество _____
Спорт.зв. по б/б и _____
фитнесу (№, дата уд.) _____
Вес соревновательн. _____
Вес в межсезонье _____
Рост _____
Регион, город, клуб _____
Дата рожд. (Д/М/Г) _____
Место работы, учебы _____
Профессия _____
Тренер _____
Телефон мобильный _____
Данные росс.пасп. _____

(заполняется при оформлении чл.билета)
РСОО ФББФ Санкт-Петербурга

Заявление

От (Ф.И.О.) _____
Адрес, контактный телефон: _____

Прошу принять меня в члены региональной спортивной общественной организации «Федерация бодибилдинга Санкт-Петербурга». С Уставом и правилами ознакомлен.

Дата _____ Подпись _____