



МІЖНАРОДНА ФЕДЕРАЦІЯ ФІТНЕСУ ТА БОДІБІЛДИНГУ (IFBB)

ПРАВИЛА IFBB

РОЗДІЛ 7: ЖІНКИ БІКІНІ

ОНОВЛЕНИЙ СІЧЕНЬ 2023 РОКУ

Штаб-квартира IFBB

Calle Dublin No. 39-D, 28232 Las Rozas, Madrid, Spain

тел.: +34 91 535 2819

e-mail: headquarters@ifbb.com

Веб-сайт: www.ifbb.com

СЕКЦІЯ 7: ЖІНКИ БІКІНІ

Стаття 1: Вступ

Стаття 2: Відповідальність організаторів перед спортсменами та делегатами

Стаття 3: Категорії

Стаття 4: Раунди

Стаття 5: Визначення результатів: Відбірковий раунд

Стаття 6: Суддівство та фінали: Форма одягу для всіх раундів

Стаття 7: Попереднє оцінювання: Підрахунок балів у відбірковому раунді

Стаття 8: Попереднє оцінювання: Презентація 1-го раунду

Стаття 9: Попереднє оцінювання: Визначення результатів Раунду 1

Стаття 10: Попереднє оцінювання: Оцінювання 1-го раунду

Стаття 11: Фінал: Форма одягу для Раунду 2

Стаття 12: Фінал: Презентація Раунду 2

Стаття 13: Фінал: Підрахунок балів 2 раунду

Стаття 14: Фінал: Оцінювання 2 туру

Стаття 15: Фінал: Церемонія нагородження

Стаття 16: Фінал: Загальна категорія та нагородження

Стаття 17: Результати класифікації команд та нагородження

Додаток 1: Опис поворотів на чверть у змаганнях з жіночого бікіні

Додаток 2: Як оцінювати повороти на чверть у жіночому бікіні

Додаток 3: Як виконувати та оцінювати ходьбу по колу

Додаток 4: Фотографії

Стаття 1 - Вступ

Категорія "Жіноче бікіні" була офіційно визнана як нова спортивна дисципліна Виконавчою Радою IFBB та Конгресом IFBB 07 листопада 2010 року (м. Баку, Азербайджан). У 2021 році назва цього розділу була змінена з "Жіночий фітнес бікіні" на "Жінки бікіні".

1.1 Загальні положення:

Правила IFBB з жіночого бікіні складаються з положень, політик, директив та рішень, призначених для керівництва IFBB та її членів в управлінні спортом жіночого бікіні.

1.2 Правила:

Певні адміністративні та технічні правила, які з'являються в розділі "Загальні правила", є однаковими для жіночого бікіні і, отже, не повторюються в цьому розділі.

Стаття 2 - Відповідальність організаторів перед спортсменами та делегатами

2.1 Відповідальність:

Організатор чемпіонату світу зобов'язується покрити витрати на двомісне проживання та харчування (сніданок, обід та вечеря) спортсменів та делегатів наступним чином:

1. Чемпіонат світу з фітнесу (включає жіночий акробатичний фітнес, жіночий артистичний фітнес, чоловічий фітнес, жіночий фітнес, жінки фізик, жіночий бодіфітнес, жінки бікіні, жіночий велнес, мікс-пари, фіт-пари):

Протягом чотирьох днів (три ночі) за наступною шкалою:

- a. Три або більше учасників - два делегати
- b. Один або два учасники - один делегат

Примітка 1: Максимально допустима кількість спортсменів-учасників від кожної національної федерації не обмежена.

Примітка 2: Делегати без спортсменів, додаткові делегати та вболівальники повинні будуть сплатити за спеціальним тарифом "Повний пакет".

Примітка 3: За погодженням між IFBB та Організатором може бути відкрита одна додаткова категорія для змагань.

2. Чемпіонат світу серед юніорів з бодібілдингу та фітнесу: Чотири дні (три ночі) за наступною шкалою:

- a. Три і більше учасників - два делегати
- b. Один або два учасники - один делегат

Примітка 1: Максимально допустима кількість учасників від кожної національної Федерації не обмежена.

Примітка 2: Делегати без спортсменів, додаткові делегати та вболівальники повинні будуть сплатити за спеціальним тарифом "Повний пакет".

Примітка 3: За погодженням між IFBB та Організатором може бути відкрита одна додаткова категорія для змагань.

3. Чемпіонат світу з бодібілдингу та фітнесу серед майстрів: Протягом чотирьох днів (три ночі) за наступною шкалою:

- a. Три або більше учасників - два делегати
- b. Один або два учасники - один делегат

Примітка 1: Максимально допустима кількість спортсменів-учасників від кожної національної федерації не обмежена.

Примітка 2: Делегати без спортсменів, додаткові делегати та вболівальники повинні будуть сплатити за спеціальним тарифом "Повний пакет".

Примітка 3: За погодженням між IFBB та Організатором може бути відкрита одна додаткова категорія для змагань.

Стаття 3 - Категорії

3.1 Категорії:

Змагання з жіночого бікіні на Чемпіонаті світу відкриті в наступних категоріях:

1. У змаганнях світового рівня з жіночого бікіні серед дорослих на даний момент існує вісім категорій, які представлені наступним чином:

- a. Клас А: до 158 см включно
- b. Клас В: до 160 см включно
- c. Клас С: до 162 см включно
- d. Клас D: До 164 см включно
- e. Клас Е: До 166 см включно
- f. Клас F: До 169 см включно
- g. Клас G: до 172 см включно
- h. Клас Н: понад 172 см

2. У змаганнях світового рівня з жіночого бікіні серед юніорів на даний момент існують наступні категорії: "Жінки бікіні юніори":

- Від 16 до 20 років включно:

- a. Клас А: до 160 см включно
- b. Клас В: до 166 см включно
- c. Клас С: Понад 166 см

- від 21 до 23 років включно:

- a. Клас А: до 160 см включно
- b. Клас В: до 166 см включно
- c. Клас С: Понад 166 см

3. У змаганнях світового рівня Master Women's Bikini існують наступні категорії:

- від 35 до 39 років включно:

- a. Клас А: до 164 см включно
- b. Клас В: понад 164 см

- Від 40 до 44 років включно:

- a. Одна відкрита категорія

- 45 років і старше:

а. Одна відкрита категорія

4. Категорія може бути проведена тільки при наявності не менше 5 спортсменів. Якщо менше 5 спортсменів, категорія буде об'єднана з наступним вищим класом, де це можливо.

У випадку категорій з менш ніж 5 учасниками, звання та медалі не присуджуються (більш детально в Загальних правилах, ст. 11.41).

5. Додаткові категорії: Учасниці в категорії "Жінки бікіні" можуть також брати участь в категоріях "Жіночий художній фітнес" та "Жінки фітнес-модель" на одному і тому ж змаганні, якщо вони відповідають певним вимогам, обов'язковим в кожній з цих категорій.

Стаття 4 - Раунди

4.1 Раунди:

Жіноче бікіні складатиметься з наступних трьох раундів:

1. Попереднє оцінювання - відбірковий раунд (чвертьфінал)
2. Попереднє оцінювання - Раунд 1 (Чверть обертів та порівняння в чвертях)
3. Фінал - Раунд 2 (Індивідуальна презентація "I-walking" та Чверть-обертання x 2)

Стаття 5 - Попереднє оцінювання: Відбірковий раунд

5.1 Загальні положення:

Розклад суддівства в кожній категорії повинен бути опублікований після офіційної реєстрації спортсменів. Для того, щоб мати час розігрітися і переодягнутися в одяг для позування, учасники повинні знаходитися в зоні розминки за лаштунками принаймні за 45 хвилин до початку суддівства в своїй категорії. Всі учасники несуть повну відповідальність за те, щоб бути присутніми і готовими до змагань, коли їх категорія буде викликана на сцену, в іншому випадку вони можуть бути виключені зі змагань.

5.2 Процедури відбіркового туру:

Відбірковий тур буде проводитися, коли в категорії буде більше 15 учасників. При необхідності, Головний суддя IFBB може зменшити кількість спортсменів, що кваліфікуються до півфіналу до 10 або збільшити цю кількість до 17. У таких випадках буде проведено відбірковий тур, коли буде більше 10 та 17 спортсменів відповідно. Рішення буде прийнято та оголошено після офіційної реєстрації спортсменів. Відбірковий тур буде проводитися наступним чином:

1. На сцену виводиться весь склад, в нумерованому порядку і в одну лінію або дві лінії, за необхідності.
2. Склад ділиться на дві рівні за чисельністю групи і розташовується на сцені таким чином, щоб одна група знаходилася ліворуч від сцени, інша - праворуч від сцени. Центральна частина сцени залишається відкритою для порівняння.
3. Кожна група в порядку нумерації, групами не більше десяти учасників одночасно, направляється до центральної частини сцени для виконання чотирьох чвертей повороту.
4. Головний суддя IFBB або режисер-постановник буде направляти учасників через чотири чверті повороту, а саме

а. Чверть обороту направо

- b. Четверть обороту назад
- c. Четверть обороту направо
- d. Четверть обороту вперед

Примітка 1: Детальний опис чверті повороту жіночого бікіні наведено в Додатку 1 до цього розділу.

Примітка 2: Учасницям забороняється жувати жуйку або будь-які інші продукти під час виступу на сцені.

Примітка 3: Учасницям забороняється пити будь-які рідини під час виступу на сцені.

5. Спортсменці, яка, незважаючи на попереднє попередження Головного судді IFBB, виконує чверть обороту або неправильно стоїть у шерензі, буде видана жовта картка. Учасниця, яка отримала цю картку, повинна бути проінформована Головним суддею про те, за що їй було зроблено це попередження. Жовта картка, показана учасниці, повинна служити попередженням і означає, що наступна помилка, допущена цією учасницею, може призвести до того, що Головний суддя покаже їй Червону картку. У Раунді на вибування це означає, що один "X" буде віднятий від загальної кількості "X", виставлених суддями даній учасниці в цьому Раунді.

Якщо учасник продовжує робити це, він може отримати другу (або більше) червону картку (карток), що призведе до відрахування більшої кількості "X" (по одній за кожну отриману червону картку).

Ці виправлення результатів будуть зроблені статистиками, які будуть слідувати вказівкам Головного судді. Прізвище спортсменки буде відмічено зірочкою (*) статистиками, а відповідна примітка буде зроблена під таблицею результатів цієї категорії.

6. По завершенню чверті кола вся категорія буде вишикувана в одну лінію, в порядку нумерації, перед виходом з етапу.

Стаття 6 - Попереднє оцінювання та фінал: Форма одягу для всіх раундів

6.1 Форма одягу для Раунду відбору та всіх інших раундів:

Вбрання для Раунду відбору та всіх інших раундів (роздільне бікіні) повинно відповідати наступним критеріям:

1. Бікіні буде непрозорим роздільним.
2. Учасниці повинні бути одягнені в однотонне, будь-якого кольору, бікіні. Тканина, фактура, орнамент та стиль бікіні залишаються на розсуд учасниці. З'єднувачі нижньої частини бікіні з обох боків повинні бути з того ж матеріалу, що й інші частини костюма.
3. Колір і фасон туфель на високих підборах залишаються на розсуд учасниці, за винятком випадків, зазначених нижче.
4. Товщина підошви туфель на високих підборах не повинна перевищувати 1 см, а висота шпильки не повинна перевищувати 12 см. Взуття на платформі не допускається.
5. Нижня частина бікіні повинна закривати щонайменше 1/3 сідничних м'язів і всю лобову область. Бікіні повинно відповідати гарному смаку. Стрінги категорично заборонені.
6. Вбрання буде перевірено під час офіційної реєстрації спортсменів.

6.2 Волосся може бути укладене.

6.3 За винятком обручки, браслетів і сережок, ювелірні прикраси не допускаються. Учасникам не дозволяється носити окуляри, годинник, перуки або штучні допоміжні засоби для фігури, за винятком грудних імплантатів. Імплантати або ін'єкції рідини, що викликають зміну природної форми будь-яких інших частин або м'язів тіла, суворо заборонені і можуть призвести до дискваліфікації учасника.

6.4 Використання засобів для засмаги та бронзування, які можна витерти, не дозволяється. Якщо загар знімається простим витиранням, спортсмен не буде допущений до етапу. Допускається використання штучних барвників для тіла та засобів для самозасмаги. Професійні методи засмаги для змагань (аерозольна засмага, засмага в солярії) можуть бути використані, якщо вони застосовуються професійними компаніями та кваліфікованим персоналом. Блискітки, глітер, блискучі металеві перлини або золоті барвники заборонені як у складі лосьйону та/або крему для засмаги, так і окремо, незалежно від того, хто наносив їх на тіло учасника змагань.

6.5 Надмірне нанесення масла на тіло суворо заборонено; однак, масла для тіла і зволожуючі креми можуть використовуватися в помірних кількостях.

6.6 Головний суддя IFBB, або делегована ним офіційна особа, має право приймати рішення, чи відповідає одяг спортсмена критеріям, встановленим у Правилах, і прийнятному стандарту естетики. Спортсмен може бути дискваліфікований, якщо екіпірування не відповідає їм.

Стаття 7 - Попереднє оцінювання Підрахунок балів у Відбірковому раунді

7.1 Підрахунок балів у відбірковому раунді.

1. В цей час судді будуть оцінювати загальну статуру за ступенем

пропорції, симетрії, балансу, форми та відтінку шкіри. Детальні критерії оцінки спортсменок у жіночому бікіні наведені у статті 10 цього розділу.

Підрахунок балів для Раунду на виліт буде відбуватися наступним чином:

2. Якщо є більше 15 спортсменок, судді обирають 15 найкращих, ставлячи "X" поряд з їх номерами, використовуючи Форму 1, озаглавлену "Відбірковий раунд (судді)". Головний суддя IFBB приймає рішення про необхідність проведення відбіркового раунду.

3. Використовуючи Форму 2, яка називається "Відбірковий раунд (Статисти)", статистики переписують оцінки суддів на цей аркуш, а потім підраховують бали суддів, щоб вибрати 15 кращих учасників.

4. Якщо між двома або більше спортсменами, які борються за потрапляння до 15 найкращих, є рівність балів, спортсмени з рівним рахунком повертаються на авансцену, і судді проводять повторну оцінку чотирьох чвертей повороту, щоб розірвати рівність балів.

5. 15 кращих спортсменів переходять до раунду 1. У разі необхідності головний суддя IFBB може зменшити кількість спортсменів, що проходять до півфіналу, до 10 або збільшити їх кількість до 17. У таких випадках буде проведений відбірковий тур, коли залишиться більше 10 та 17 учасників відповідно. Рішення буде прийнято та оголошено після офіційної реєстрації спортсменів.

Стаття 8 - Попереднє оцінювання: Проведення Раунду 1

Раунд 1 може не проводитися, якщо в категорії є 7 або менше учасників. Рішення буде прийнято Головним суддею, оголошено після офіційної реєстрації спортсменів та включено до Порядку проведення змагань.

8.1 Проведення Раунду 1:

Процедура проведення Раунду 1 буде наступною:

1. Весь склад команди виводиться на сцену, в нумерованому порядку і в одну лінію. Якщо дозволяє час, кожен півфіналіст буде представлений за номером, ім'ям та країною. Рішення приймається Головним суддею, який інформує про це Ведучого церемонії або Диктора.
2. Склад учасників буде розділений на дві рівні за чисельністю групи та розміщений на сцені таким чином, щоб одна група знаходилась зліва від сцени, а інша – справа від сцени. Центральна частина сцени буде залишена відкритою для порівняння.
3. У порядку нумерації, групами не більше десяти учасників одночасно, кожна група буде направлена до центральної частини сцени для виконання чотирьох чвертей повороту. Виконуючи кожен чверть обороту, учасники стоятимуть нерухомо.
4. Таке початкове групування учасників і виконання чвертей повороту призначене для того, щоб допомогти суддям визначити, які учасники візьмуть участь у наступних порівняннях.

Детальний опис виконання чверті повороту в жіночому бікіні наведено в **Додатку 1** до цього розділу.

5. Всі судді подають Головному судді IFBB свої індивідуальні пропозиції щодо першого порівняння п'ятірки кращих спортсменів. На їх основі Головний суддя формує першу порівняльну групу. Кількість спортсменів, які будуть порівнюватися, буде визначатися Головним суддею, але не менше трьох і не більше десяти спортсменів будуть порівнюватися одночасно.

Потім суддям може бути запропоновано подати індивідуальні пропозиції для другого порівняння наступних п'яти спортсменів, включаючи спортсменів, що посіли місця в середині групи. Головний суддя IFBB буде формувати друге і наступні порівняння до тих пір, поки всі спортсмени будуть порівнюватися хоча б один раз. Загальна кількість порівнянь визначається Головним суддею IFBB.

6. Всі індивідуальні порівняння будуть проводитися в центрі уваги.
7. Після завершення останнього порівняння всі учасники повертаються в єдину шеренгу, в порядку нумерації, перед виходом зі сцени.

Стаття 9 - Попереднє оцінювання: Підрахунок результатів Раунду 1

9.1 Підрахунок балів Раунду 1:

Підрахунок балів у Раунді 1 відбуватиметься наступним чином:

1. Використовуючи Форму 3, озаглавлену "Індивідуальне місце судді (попереднє визначення)", кожен суддя присуджує кожному учаснику індивідуальне місце з 1-го по останнє, гарантуючи, що два або більше учасників не отримають однакове місце. Судді можуть використовувати Форму 4, озаглавлену "Особисті нотатки судді", щоб записати свою оцінку кожного учасника.
2. Статисти отримують від суддів Форму 3, а потім переписують суддівські оцінки у Форму 5, яка називається "Заліковий лист (Статисти)". Потім вони відкидають два найвищих і два найнижчих бали (якщо дев'ять суддів) або один найвищий і один найнижчий (якщо менше дев'яти суддів) для кожного учасника, додають п'ять балів, що залишилися, для отримання "Проміжного результату Раунду 1" і "Місця Раунду 1". Учаснику з найнижчою сумою балів присуджується 1 місце, а учаснику з найвищою сумою балів присуджується останнє місце.
3. Якщо спортсменка отримала червону картку від Головного судді (див. ст. 5.2), вона буде переміщена на одне місце вниз (за кожно з отриманих червоних карток), тому вона може не потрапити до фіналу (Раунд 2). Її початкова оцінка буде надана, але її оцінка в колонці "Підсумкові бали Раунду 1" буде відмічена зірочкою (*) статистиками, а відповідна примітка буде розміщена під таблицею оцінок цієї категорії.

4. У випадку рівності балів у графі "Підсумкові бали 1-го раунду", рівність балів буде розбита за методом "Відносного місця" для "Підсумкових балів 1-го раунду" спортсменки.

Примітка: Процедура методу відносного місця:

Оцінки кожного окремого судді для спортсменів, які посіли однакові місця, будуть порівнюватися по стовпчиках, при цьому крапка ставиться над номером спортсмена, який посів краще місце. Всі дев'ять балів основного судді (за винятком альтернативних суддів) будуть включені в розрахунки при підрахунку балів за рівність очок. Кількість очок буде підрахована для кожного зі спортсменів, що мають рівну кількість очок. Спортсмен з більшою кількістю очок буде оголошений переможцем у випадку рівності очок і отримає краще місце.

4. 6 найкращих спортсменів за результатами попереднього суддівства виходять у фінал і починають фінал з нульовими балами. Якщо в категорії 7 спортсменів, головний суддя може прийняти рішення про проведення тільки фіналу. Рішення буде прийнято та оголошено після офіційної реєстрації спортсменів.

5. 6 найкращих фіналістів будуть оголошені одразу після попереднього суддівства.

Стаття 10 - Попереднє оцінювання: Оцінка Раунду 1

10.1 Оцінка Раунду 1:

Раунд 1 буде оцінюватися з використанням наступних критеріїв:

1. Оцінка повинна враховувати всю статуру. Оцінка, починаючи із загального враження про статуру, повинна враховувати волосся; загальний розвиток і форму тіла; збалансованість презентації,

пропорційно і симетрично розвиненої, повної статури; стан шкіри і її відтінок; здатність спортсмена подавати себе з упевненістю, врівноваженістю і грацією.

2. Статура повинна оцінюватися за рівнем загального тону тіла, досягнутого завдяки спортивним зусиллям і дієті. Частини тіла повинні мати гарний та підтягнутий вигляд зі зменшеною кількістю жиру, але можуть мати більш "м'який" та "гладкий" вигляд, ніж у бодіфітнесі. Статура не повинна бути ні надмірно м'язистою, ні надмірно худорлявою і не повинна мати м'язових розшарувань та/або смуг. Фігури, які вважаються занадто м'язистими, занадто твердими або занадто худими, повинні бути знижені в оцінці.

3. При оцінці також слід враховувати щільність і тонус шкіри. Тон шкіри повинен бути гладким і здоровим на вигляд, без целюліту. Зачіска і макіяж повинні доповнювати "Повний пакет", представлений спортсменом.

5. Оцінка суддею статури спортсменки повинна включати весь виступ спортсменки, починаючи з моменту її виходу на сцену і закінчуючи моментом, коли вона йде зі сцени. Завжди, учасниця жіночого бікіні повинна розглядатися з акцентом на "здорову і підтягнуту" статуру, в привабливо представленому "Загальному пакеті".

6. Суддям нагадується, що це не змагання з бодіфітнесу. Учасники повинні мати рельєфну мускулатуру, але не розділеність, рельєфність, дуже низький рівень жиру, сухість або щільність, які спостерігаються на змаганнях з бодіфітнесу. Будь-який учасник, який демонструє ці ознаки, буде знятий з змагань.

Стаття 11 - Фінал

11.1 Порядок проведення фіналу:

6 найкращих спортсменів за результатами попереднього жеребкування виходять до фіналу, який складається з одного раунду:

1. Раунд 2: Індивідуальна презентація "I-walking" та чверть обертів x 2.

11.2 Костюм для Раунду 2 повинен відповідати тим же критеріям, що і для Раунду 1 (див. Статтю 6).

Примітка: Учасники можуть використовувати інший костюм, ніж у Раунді 1; однак, він все одно повинен відповідати стандартам смаку і пристойності, як описано в Статті 6.

Стаття 12 - Фінал: Презентація Раунду 2

12.1 Презентація Раунду 2:

Процедури Раунду 2 мають бути наступними:

1. 6 найкращих фіналістів будуть викликані на сцену, один за одним, у порядку їх номерів, і виконують "I-ходьбу":

- Учасниця йде до центру сцени, зупиняється і виконує чотири різні позиції на свій вибір.

- Після цього учасниця пройде до шикуння в задній частині сцени.

2. 6 найкращих фіналісток будуть направлені до центру сцени, в одну лінію та в нумерованому порядку.

3. Головний суддя IFBB направляє учасниць, як групу, через чотири чверті повороту в нумерованому порядку, а потім у зворотному порядку.

Виконуючи кожен поворот, учасники повинні стояти нерухомо.

4. Ці чверті повороту будуть виконуватися наступним чином:

- Фронтальна позиція: учасники стоять, поклавши одну руку на стегно, а одну ногу злегка відставивши вбік. Стояння в симетричній стійці є некоректним. Учасник, який стоїть в такій позиції, може бути поставлений суддями до низу сцени або навіть вигнаний зі сцени.

- Чверть обороту направо: учасники виконують перший чверть обороту направо. Вони стоять лівим боком до суддів, верхня частина тулуба злегка повернута в бік суддів, а обличчя спрямоване на суддів. Права рука лежить на правому стегні, ліва рука опущена вниз і трохи відведена назад від центральної лінії тіла, ліве стегно злегка підняте, ліва нога (найближча до суддів) злегка зігнута в коліні, ліва стопа стоїть на носках близько до центральної лінії тіла.

- Чверть оберту назад: учасники виконують наступний чверть оберту направо і стають спиною до суддів. Вони повинні стояти прямо, не нахилиючи верхню частину тіла вперед, поклавши одну руку на стегно, а одну ногу злегка відставивши в сторону. Друга рука звисає вздовж тіла, трохи відведена в сторону, з відкритою долонею і прямими, естетично сконфігурованими пальцями. Учасникам не дозволяється повертати верхню частину тулуба до суддів, вони повинні весь час під час порівняння стояти обличчям до задньої частини сцени. Стояння в симетричній стійці є некоректним. Учасник, який стоїть в такій позиції, може бути поставлений суддями до низу сцени або навіть вигнаний зі сцени.

- Три кроки вперед: за командою головного судді або режисера учасники проходять 3 кроки вперед, у напрямку до задньої частини сцени, після чого зупиняються і виконують стійку на спині.

- Чверть обороту направо: учасники виконують наступний чверть обороту направо і стають правим боком до суддів, злегка повернувши верхню частину тулуба до суддів і дивлячись на них обличчям. Ліва рука лежить на лівому стегні, права рука опущена вниз і трохи відведена назад від центральної лінії тіла, праве стегно злегка підняте, права нога (найближча до суддів) злегка зігнута в коліні, права стопа стоїть на носках близько до центральної лінії тіла.

- Четверть оберту вперед: учасники виконують останній чверть оберту праворуч і стають у стійку фронтально.

- Три кроки вперед: за командою Головного судді або Режисера-постановника учасники роблять 3 кроки вперед, до передньої частини сцени, після чого зупиняються і виконують стійку на місці.

5. Детальний опис чверть оборотів наведено у Додатку 1 до цього розділу.

6. Керівник змінює порядок розташування учасників у черзі, а головний суддя знову направляє учасників на чотири чверті.

Головний суддя ще раз проводить учасників через чотири чверті повороту.

7. Після проходження чвертей повороту учасники залишають сцену.

Стаття 13 - Фінал: Підрахунок очок Раунду 2

13.1 Підрахунок очок у Раунді 2 відбувається наступним чином:

1. Судді, використовуючи Форму 6 під назвою "Індивідуальні суддівські місця (фінал)" і застосовуючи ті ж критерії оцінювання, що використовувалися під час попереднього Раунду 1, розставляють спортсменів з 1-го по 6-те місце, не даючи двом спортсменам однакових місць.

2. Статисти отримують від суддів Форму 6, а потім перепишуть суддівські місця на Форму 5, яка називається "Заліковий лист (Статисти)". Потім вони відкидають два найвищі та два найнижчі бали (якщо суддів дев'ять) або один найвищий та один найнижчий (якщо суддів менше дев'яти) для кожного учасника, додають п'ять балів, що залишилися, і записують загальну суму в колонку, позначену як "Підсумковий бал раунду 2". Бали, отримані на попередньому етапі (1-й тур), у фіналі не враховуються. Кожен учасник починає фінал з "нульових балів".

3. Якщо спортсменка отримала Червону картку від Головного судді (див. ст. 5.2), вона буде переміщена на одне місце вниз (за кожну отриману Червону картку) у Раунді 2

Дооцінка. Її початкова оцінка буде надана, але її результат у колонці "Підсумкові бали Раунду 2" буде позначений зірочкою (*) статистиками, а відповідна примітка буде зроблена під таблицею підрахунку балів у цій категорії.

4. У випадку рівності балів у графі "Підсумкові бали 2 раунду", рівність буде розбита за методом "Відносного місця", який застосовується до "Підсумкових балів 2 раунду" спортсмена (див. статтю 9, пункт 3).

Стаття 14 - Фінал: Оцінювання Раунду 2

14.1 Оцінка Раунду 2:

Раунд 2 оцінюється за тими ж критеріями, які детально описані в Статті 10 (Оцінка Раунду 1). Більш детальна інформація в **Додатку 1** до цього розділу.

Судді повинні переконатися, що цей раунд оцінюється з "свіжої" точки зору, гарантуючи, що всі учасники отримують справедливу оцінку, засновану на їх стані тіла, представленому в цьому раунді.

Стаття 15 - Фінал: Церемонія нагородження

15.1 Церемонія нагородження:

6 найкращих фіналістів будуть викликані на сцену для участі в церемонії нагородження. Ведучий церемонії оголосить номер, ім'я та країну учасника, який посів 6 місце, і перейде до

учасника, який посів 1 місце.

Президент IFBB, або вища посадова особа IFBB на змаганнях, у супроводі іншої офіційної особи (осіб), запрошеної ним для участі в цій церемонії, вручить медалі та/або кубки IFBB переможцям.

Національний гімн (коротка версія) країни учасниці, яка посіла 1-е місце, буде виконаний одразу після отримання нею нагороди (нагород) за 1-е місце.

Після виконання гімну фіналісти зобов'язані залишатися на сцені протягом короткого проміжку часу для фотографування, а також виконувати команди Головного судді IFBB або режисера-постановника. Під час церемонії нагородження учасникам не дозволяється вивішувати прапор своєї країни.

Учасники повинні прийняти свої місця, медалі та/або нагороди і брати участь у церемонії нагородження до її закінчення (фотосесія). Учасник, який демонстративно висловлює своє несхвалення та/або залишає сцену до закінчення церемонії нагородження, може бути дискваліфікований.

Детальний опис Церемонії нагородження можна знайти в розділі 1: **Загальні правила, стаття 16.**

Стаття 16 - Фінал: Абсолютна категорія та нагородження

16.1 У жіночому бікіні проводиться Абсолютна категорія:

- a. Жіноче бікіні серед дорослих (максимум вісім чемпіонів)
- b. Жіноче бікіні серед юніорів (максимум шість чемпіонів)
- c. Жінки бікіні майстри (максимум чотири чемпіонки)

1. Одразу після церемонії нагородження в останній номінації "Жіноче бікіні" всі переможниці категорії будуть виведені на сцену в нумерованому порядку та в одну лінію, одягнені в бікіні, що складається з двох частин, та на високих підборах.

2. Головний суддя IFBB буде направляти учасниць через чверть обертів, що виконуються в центрі сцени, в нумерованому порядку, в одній або двох групах, якщо необхідно, а потім у зворотному порядку. 3. Після завершення чверті кола учасники залишають сцену.

4. Судді будуть використовувати Форму 6, яка називається "Індивідуальна оцінка суддів (фінал)". Кожен суддя присуджує кожному учаснику індивідуальне місце від 1-го до останнього, гарантуючи, щоб два або більше учасників не отримали однакові місця.

5. Використовуючи Форму 5, озаглавлену "Заліковий лист (Статистики)", дев'ять суддів відкидають два найвищих і два найнижчих бали. Решта балів будуть додані для отримання "Загального балу в категорії" та "ЗАГАЛЬНОГО МІСЦЯ В КАТЕГОРІЇ".

6. У разі рівності результатів у "Загальному заліку категорії", рівність буде розбита за допомогою "Відносного місця" в цій категорії (див. Статтю 9, пункт 3).

7. "Абсолютна чемпіонка" буде оголошена і їй буде вручений Загальний трофей IFBB Президентом IFBB або вищою посадовою особою IFBB на змаганнях. Трофей надається Національною федерацією, що організовує змагання.

Стаття 17 - Результати класифікації команд та нагородження

17.1 Кращі національні команди:

В залік кращих національних команд входять

- 5 найкращих спортсменок у категорії "Бікіні" на Чемпіонаті світу з фітнесу

- Чемпіонат світу серед юніорів:*

*Чемпіонат світу серед юніорів

- Топ-1 в категорії жіночого бікіні серед юніорів 16-20 років

- 2 найкращі спортсменки в категорії жіночого бікіні серед юніорів 21-23 роки

- 2 найкращі спортсменки категорії Жінки бікіні майстри на Чемпіонаті світу серед Майстрів*.

*- Якщо категорії об'єднані, в залік кращих команд входить стільки кращих учасників, скільки категорій.

Детальна процедура підрахунку командного заліку викладена в Розділі 1: **Загальні правила, стаття 18.**

Головні делегати або керівники команд 3-х кращих країн приймають нагороди від імені своїх країн.

Публікація остаточних результатів - відповідно до Розділу 1: **Загальні правила, стаття 19.**

ДОДАТОК 1

ОПИС ЧВЕРТЕЙ ПОВОРОТІВ У ЗМАГАННЯХ З БІКІНІ СЕРЕД ЖІНОК

ВСТУП:

Суддям нагадується, що вони судять конкурс ЖІНОКИ БІКІНІ. Надмірна м'язистість, судинність, м'язовий рельєф, сухість та/або худорлявість, викликана дією, не будуть вважатися прийнятними, якщо їх демонструє учасниця конкурсу "ЖінКИ бікіні", і тому повинні бути знижені в оцінці.

ЗАГАЛЬНА ПРЕЗЕНТАЦІЯ:

Суддям слід пам'ятати, що під час виступу на сцені необхідно звертати увагу на поставу учасниці, її осанку, а також на те, як вона тримається. Загальний образ повинен демонструвати врівноваженість, жіночність і впевненість у собі. Це особливо актуально в усі моменти, коли учасниця виконує І-ходку у фіналі, стоячи в строю і під час порівнянь чвертей поворотів. Під час стояння в строю учасники повинні бути застережені від прийняття напруженої пози, демонстрації мускулатури.

Розслаблена стійка в строю означає, що учасник стоїть прямо, обличчям до суддів, з однією рукою, покладеною на стегно, і однією ногою, злегка відставленою вбік. Друга рука висить збоку.

Голова і очі спрямовані вперед, плечі відведені назад, груди випнуті, живіт втягнутий.

За команду головного судді IFBB учасники, що стоять у шерензі, повинні виконати позицію "Фронт".

ЧВЕРТЬ ОБОРОТУ

Спортсмен, який, незважаючи на попереднє попередження головного судді IFBB, виконує чверть повороти або неправильно стоїть у шерензі, буде показана жовта картка. Якщо вона продовжує це робити, їй буде показана червона картка і вона буде переміщена на одне місце вниз (за кожну з отриманих червоних карток).

Виконуючи кожен чверть оберту, учасниці повинні стояти нерухомо. М'язи спини повинні оголюватися природним чином, без максимального скорочення, яке демонструють бодібілдери.

Фронтальна позиція:

Учасниці повинні стояти прямо, голова і очі спрямовані в ту ж сторону, що і тіло, одна рука лежить на стегні, а одна нога злегка відставлена в сторону. Друга рука звисає вздовж тіла, трохи відведена в сторону, з відкритою долонею і прямими, естетично сформованими пальцями. Коліна зігнуті, живіт втягнутий, груди випнуті, плечі відведені назад. Стояння в симетричній стійці є некоректним. Учасник, який стоїть в такій позі, може бути поставлений суддями на місце нижче або навіть вигнаний зі сцени.

Чверть обороту направо (лівим боком до суддів):

Учасниці виконують першу чверть обороту направо. Вони повинні стояти лівим боком до суддів, верхня частина тулуба злегка повернута до суддів, а обличчя дивиться на суддів. Права рука лежить на правому стегні, ліва рука опущена вниз і трохи назад від центральної лінії тіла, з відкритою долонею і прямими, естетично сконфігурованими пальцями. Ліве стегно злегка підняте, ліва нога (найближча до суддів) злегка зігнута в коліні, ліва стопа стоїть на носках близько до центральної лінії тіла.

Чверть обороту назад:

Учасниці виконують наступний чверть оберту направо і стають спиною до суддів. Вони повинні стояти прямо, не нахилиючи верхню частину тулуба вперед, поклавши одну руку на стегно, а одну ногу злегка відставивши в сторону. Друга рука звисає вздовж тіла, трохи відведена в сторону, з відкритою долонею і прямими, естетично сконфігурованими пальцями. Коліна зігнуті, живіт втягнутий, груди випнуті, плечі відведені назад. Вигин попереку природний або з невеликим лордозом, верхня частина спини пряма, голова піднята. Учасникам не дозволяється повертати верхню частину тулуба до суддів, під час порівняння вони повинні весь час стояти обличчям до задньої стінки сцени. Стояння в симетричній стійці є некоректним. Учасник, який стоїть в такій позі, може бути поставлений суддями на місце нижче або навіть вигнаний зі сцени.

Чверть обороту направо (правим боком до суддів):

Учасниці виконують наступний чверть обороту направо і стають правим боком до суддів, верхня частина тулуба злегка повернута до суддів, а обличчя дивиться на суддів. Ліва рука лежить на лівому стегні, права рука опущена вниз і трохи назад від центральної лінії тіла, з відкритою долонею і прямими, естетично сконфігурованими пальцями. Праве стегно злегка підняте, права нога (найближча до суддів) злегка зігнута в коліні, права стопа стоїть на носках близько до центральної лінії тіла.

ДОДАТОК 2:

ЯК ОЦІНИТИ ЧВЕРТЬ ОБОРОТУ ЖІНОЧОГО БІКІНІ

Оцінка повинна враховувати всю статуру в цілому. Оцінка, починаючи із загального враження від статури, повинна враховувати зачіску, макіяж і обличчя, загальний розвиток і форму тіла; презентацію збалансованої, пропорційно і симетрично розвиненої, повної статури; стан шкіри і її відтінок; здатність спортсменки презентувати себе з упевненістю, врівноваженістю і грацією.

Оскільки розвиток мускулатури та якість м'язів не оцінюється, судді повинні віддавати перевагу учасницям з гармонійною, пропорційною, класичною жіночою статурою, гарною поставою, правильною анатомічною будовою (включаючи каркас тіла, правильні вигини хребта, кінцівки та тулуб у хорошій пропорції, прямі ноги, а не стрічкоподібні або стукотливі), а також коліна). Вертикальні пропорції (довжина ніг до довжини верхньої частини тіла) і горизонтальні пропорції (ширина стегон і талії до ширини плечей) є одними з ключових факторів.

Статура повинна оцінюватися за рівнем загального тонусу тіла, що досягається за допомогою спортивних занять та дієти. Частина тіла повинні мати гарний і пружний вигляд зі зменшеною кількістю жиру, але можуть мати більш "м'який" і "гладкий" вигляд, ніж у бодіфітнесі. Статура не повинна бути ні надмірно м'язистою, ні надмірно худорлявою і не повинна мати м'язових розшарувань та/або смуг. Статура, яка вважається занадто м'язистою, занадто твердою, занадто сухою або занадто худорлявою, повинна бути знижена балами.

При оцінці також слід враховувати щільність і тонус шкіри. Тон шкіри повинен бути гладким і здоровим на вигляд, без целюліту. Зачіска та макіяж повинні доповнювати "Повний образ", представлений спортсменом.

Оцінка суддею статури спортсменки повинна включати в себе весь виступ спортсменки, починаючи з моменту виходу на сцену і закінчуючи моментом виходу зі сцени. Завжди, учасниця жіночого бікіні повинна розглядатися з акцентом на "здорову і підтягнуту" статуру, в привабливо представленому, вражаючому "Загальному образі".

Суддям нагадується, що це не конкурс з бодіфітнесу. Учасники повинні мати рельєфну мускулатуру, але не розділеність, рельєфність, дуже низький рівень жиру, сухість або твердість, які спостерігаються на змаганнях з бодіфітнесу. Будь-який учасник, який демонструє ці ознаки, буде знятий з змагань.

ДОДАТОК 3:

ЯК ВИКОНУВАТИ ТА ОЦІНЮВАТИ І-ХОДЬБУ

І-хода виконується наступним чином:

- Учасниця йде до центру сцени, зупиняється і виконує чотири

різні позиції на свій вибір.

- Потім учасниця йде до строю в задній частині сцени.

Судді будуть оцінювати кожного учасника за тим, наскільки добре він демонструє свою статуру в русі. Конкурсанти оцінюються за тим, наскільки граціозно вони тримаються під час виходу на сцену та проходження по ній. Темп, елегантність рухів, жестів, індивідуальність, харизма, присутність на сцені і чарівність, а також природний ритм повинні зіграти свою роль в остаточному розміщенні кожного учасника.



BIKINI FITNESS

QUARTER TURNS



