

## VALUTAZIONE DELLA CATEGORIA **WOMEN'S FIGURE**

(CATEGORIE OPEN DI ALTEZZA, JUNIORES, MASTER OVER 40, INTERNATIONAL)

### **A. CRITERI DI VALUTAZIONE**

Questa categoria è intesa per atlete ad un livello avanzato, è posta molta enfasi sulla bellezza e sull'eleganza di un corpo atletico, sportivo.

Il giudizio si basa sull'armonia tra i vari gruppi muscolari, con la possibilità di mostrare un leggero tiraggio. Attenzione, non è una categoria di Bodybuilding, un eccessivo sviluppo muscolare o un eccessivo tiraggio vengono penalizzati.

Le concorrenti devono risultare piacevoli, energiche. La categoria Figure non effettua la routine di Posing.

### **B. SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE**

#### **ROUND 1 - SEMIFINALE (PREGARA\*)**

\* IN CASO DI GARA DIRETTA VERRÀ EFFETTUATO INSIEME AGLI ALTRI ROUND)

Le concorrenti sono valutate per quarti di giro.

Simmetria - costume a due pezzi

#### **ROUND 2 - FINALE (GARA)**

Camminata individuale sul palco - costume a due pezzi

### **C. DESCRIZIONE DEI VARI ROUND DELLA COMPETIZIONE**

**ROUND 1 - SEMIFINALE (PREGARA\*): POSING-PRESENTAZIONE.** Le concorrenti sono disposte in fila, secondo l'ordine numerico di fronte ai giudici. Le concorrenti eseguono 4 quarti di giro a destra secondo le indicazioni del capo giuria. Il capo giuria, a sua discrezione, decide se rifiutare o accettare la richieste di confronto degli altri giudici. Il confronto avviene al centro del palco in ordine, da sinistra verso destra secondo le decisioni dei giudici. Ogni giudice ha il diritto di sottoporre almeno una richiesta per quanto riguarda il confronto. Ogni atleta è sottoposta ad almeno un confronto.

Il confronto si svolge come segue:

**Rilassata frontale (facing front):** L'atleta sta in piedi con una mano in posizione di riposo sul fianco, con una gamba estesa in avanti e leggermente di fianco. I piedi non devono essere distanti più di 30 cm.

**Quarto di giro a destra (quarter turn to the right):** (la parte sinistra del corpo è rivolta verso i giudici): Posa dritta rilassata, gli occhi e la testa sono rivolti nella stessa direzione del corpo, le ginocchia sono unite ma non piegate. L'addome è tirato in dentro, il petto all'infuori, le spalle indietro, entrambe le braccia rilassate lungo il corpo, gomiti piegati, pollici e dita uniti insieme, il palmo della mano è rivolto verso il corpo, le braccia sono leggermente piegate (a forma di tazza). La posizione delle mani dovrebbe causare una leggera rotazione della parte superiore del corpo verso sinistra con la spalla sinistra più in basso della destra.

**Quarto di giro schiena alla giuria (quarter turn with the back to the judges):** (in piedi con la schiena rivolta verso i giudici)

Posizione dritta rilassata, gli occhi e la testa sono rivolti nella stessa direzione, talloni e ginocchia uniti, non piegati, l'addome tirato in dentro, petto in fuori e spalle indietro, entrambe le braccia sono posizionate lungo il corpo, i gomiti sono leggermente piegati, pollici e dita uniti insieme, i palmi delle mani sono rivolti verso il corpo, le braccia sono leggermente piegate (a forma di tazza).

**Quarto di giro a destra (quarter turn to the right):** (lato destro rivolto verso i giudici). La stessa cosa come il primo quarto di giro ma questa volta avendo il lato destro rivolto verso i giudici.

**Quarto di giro a destra rilassata frontale (quarter turn facing front):** Posizione frontale. Posizione dritta rilassata, occhi e testa rivolti nella stessa direzione del corpo, ginocchia unite, non piegate, addome tirato in dentro, petto in fuori spalle indietro, entrambe le braccia sono posizionate lungo il corpo, i gomiti sono leggermente piegati, pollici e dita uniti insieme, i palmi delle mani sono rivolti verso il corpo, le braccia sono leggermente piegate (a forma di tazza).

**Valutazione nel 1° Round:** Il primo round è valutato secondo i seguenti criteri:

1. Aspetto atletico del corpo, impressione globale sullo sviluppo muscolare, simmetria e armonia con la possibilità di risultare leggermente "tirate". Il giudizio deve prendere in considerazione anche i capelli, la bellezza del viso, lo stato della pelle ed il suo tono, l'abilità di presentarsi e la sicurezza.
2. Il corpo viene valutato attraverso il livello di condizione generale dei gruppi muscolari, ottenuto attraverso l'allenamento ed una corretta alimentazione. I muscoli devono risultare sani, pieni con una bassa percentuale di grasso corporeo. La linea troppo muscolosa o troppo definita viene penalizzata nel punteggio.
3. Compattezza e tonalità della pelle, che deve essere liscia e dall'aspetto sano, privo di

cellulite. Viso, capelli e trucco sono complementari alla presentazione generale.

4. La presentazione avviene dal momento in cui si sale sul palco sino al momento in cui si scende. L'atleta deve sempre lasciare l'idea di essere una donna attraente, sensuale.

## ROUND 2 - FINALE (GARA): VALUTAZIONE DELLA T-WALK

Le cinque atlete migliori del pregara sono promosse alle finali. Salgono sul palco in ordine di numero di registrazione. Ogni concorrente è introdotta chiamandone il numero di registrazione e il nome.

### T-WALK FIGURE

1. L'atleta raggiunge la posizione di partenza ed esegue la posa di "saluto".
2. L'atleta si porta al centro del palco ed esegue la posa frontale.
3. L'atleta si sposta nella parte sinistra del palco ed esegue la posa quarto di giro con il lato sinistro del corpo rivolto verso i giudici.
4. L'atleta si sposta nella parte destra del palco ed esegue la posa quarto di giro con il lato destro del corpo rivolto verso i giudici.
5. L'atleta torna al centro del palco ed esegue la posa dando la schiena ai giudici.
6. L'atleta ritorna nella posizione di partenza ed esegue la posa di "saluto finale".
7. L'atleta ritorna sulla linea di fondo del palco.

\*Nel corso della T-walk nessuna posa deve essere ripetuta più volte.

### I-WALK FIGURE

1. L'atleta raggiunge la posizione di partenza ed esegue la posa di "saluto".
2. L'atleta si porta al centro del palco ed esegue tutti i quarti di giro.
3. L'atleta ritorna nella posizione di partenza ed esegue la posa di "saluto finale".
4. L'atleta ritorna sulla linea di fondo del palco.

\*Nel corso della I-walk nessuna posa deve essere ripetuta più volte.

Poi le atlete si portano al centro del palco creando una fila ordinata a partire dal numero di registrazione più basso.

### PREMIAZIONE

5. Le 5 atlete vengono richiamate sul palco.
6. Le cinque finaliste vengono premiate in ordine, dall'ultimo posto al primo posto.  
Nei campionati, le prime tre finaliste vengono premiate con medaglie d'oro, d'argento e di bronzo. Le restanti ricevono medaglie di partecipazione.

## ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento per tutti i round è determinato dai seguenti criteri:

1. Un bikini a due pezzi, incrociato sulla schiena e legato al collo.
2. Colore, materiale e struttura sono a discrezione dell'atleta.
3. Non sono ammessi bikini composti da perizoma, è necessario che esso copra circa un terzo del gluteo e l'intera area anteriore, frontale.
4. Le atlete devono indossare tacchi alti, modello a sandalo. Lo spessore della para non deve superare i 25 mm. L'altezza del tacco invece non deve superare i 130 mm.
5. I capelli possono essere acconciati a piacere.
6. La pelle deve risultare naturale, dalla sana abbronzatura. È consigliato l'utilizzo di abbronzante e/o mallo.
7. I gioielli sono ammessi purché siano di buon gusto.
8. Il capo giuria ha il diritto di stabilire se l'abbigliamento dell'atleta sia accettabile in termini di standard, gusto e decenza.

## COLORE DELLA PELLE

È consigliato l'uso di coloranti o mallo.