

VALUTAZIONE DELLA CATEGORIA **MEN'S ATHLETIC (BB HP-3)** (CATEGORIE OPEN DI ALTEZZA, INTERNATIONAL)

Possono gareggiare nella disciplina Men's Athletic solo gli atleti che soddisfano il seguente criterio:

Peso corporeo espresso in chilogrammi pari o inferiore al valore ottenuto sottraendo 103 alla propria altezza espressa in centimetri

Esempio: ALTEZZA 179 CM – 103 = PESO MASSIMO CONSENTITO: 76 KG

A. CRITERI DI VALUTAZIONE

I Concorrenti appartenenti alla categoria Athletic devono mostrare:

- * Definizione e vascolarità muscolare (vale il 45% della valutazione complessiva)
- * Sviluppo muscolare simmetrico (vale il 30% della valutazione complessiva)
- * Massa muscolare (vale il 25% della valutazione complessiva)
- * Presentazione
- * Postura corporea

I concorrenti della disciplina Men's Athletic eseguono una routine di posing individuale. I giudici chiamano otto pose. Non è permesso presentare pose non richieste dai giudici.

B. SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

ROUND 1 - SEMIFINALE (PREGARA*)

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

I concorrenti sono valutati per quarti di giro.

I concorrenti sono valutati attraverso 8 pose obbligatorie.

Simmetria - Muscolosità (70% del punteggio)

Condizione

ROUND 2 - FINALE (GARA)

Routine di posing (max 60 secondi) dei 5 finalisti.

Posedown per i 5 finalisti

Simmetria (30% del punteggio)

Annuncio dei risultati

C. DESCRIZIONE DEI VARI ROUND DELLA COMPETIZIONE

ROUND 1 - ELIMINATORIO (VALUTAZIONE DEI 12 ATLETI MIGLIORI)

Tutti gli atleti entrano in scena rivolti verso i giudici. I giudici possono suddividere gli atleti in più gruppi, in base al numero complessivo dei concorrenti.

I giudici chiamano le pose obbligatorie:

1. Doppio bicipite frontale (Front Double Biceps)
2. Dorsali frontali (Front Lat Spread)
3. Espansione toracica, lato a scelta (Side Chest)
4. Tricipiti di lato, lato a scelta (Side Triceps)
5. Doppio bicipite di schiena, una gamba spostata indietro, polpacci flessi (Back Double Biceps)
6. Dorsali di schiena, una gamba spostata indietro, polpacci flessi (Back Lat Spread)
7. Addome e cosce, mani dietro la testa, una gamba spostata in avanti (Abdominals and thighs)
8. Più muscoloso "Granchio" o Mani sui fianchi (Most Muscular)

I giudici scelgono i 12 atleti migliori. Nel caso in cui gli atleti siano massimo 16, il capogiudice decide quali atleti sono promossi al round di valutazione successivo. Se nella stessa categoria gareggiano 17 o più atleti, a decidere quali concorrenti si qualificano per il round successivo sono tutti i giudici. I 12 atleti migliori procedono ai round di prevalutazione successivi: round simmetria, round muscolosità e confronti di gruppo o individuali.

Tutti gli atleti che non rientrano nei 12 migliori e non si qualificano per i round sono classificati ex aequo al 13° posto. Il capo giudice chiama i 12 migliori, che restano sul palco, gli altri concorrenti lasciano il palco.

ROUND SIMMETRIA

I 12 atleti migliori si trovano sul palco, rivolti verso i giudici. Il capo giudice chiama i quarti di giro:

- * I piedi devono poggiare completamente sul palco.
- * La distanza massima consentita fra i talloni è 20 cm.
- * Le braccia non devono essere tenute eccessivamente aperte lateralmente.
- * Nelle pose laterali non è consentito inclinarsi più di 15 gradi.
- * Lo sguardo deve essere diretto nella stessa direzione dei piedi, non è consentito guardare i giudici.

Criteri di valutazione del round Simmetria

(vale il 30% della valutazione complessiva):

* Proporzioni corporee – armonia dello sviluppo muscolare fra parte superiore e inferiore del corpo, parte posteriore e anteriore e lato destro e sinistro.

ROUND MUSCOLOSITÀ

Gli atleti si trovano sul palco e sono rivolti verso i giudici.

I giudici chiamano le pose obbligatorie:

1. Doppio bicipite frontale (Front Double Biceps)
2. Dorsali frontali (Front Lat Spread)
3. Espansione toracica, lato a scelta (Side Chest)
4. Tricipiti di lato, lato a scelta (Side Triceps)
5. Doppio bicipite di schiena, una gamba spostata indietro, polpacci flessi (Back Double Biceps)
6. Dorsali di schiena, una gamba spostata indietro, polpacci flessi (Back Lat Spread)
7. Addome e cosce, mani dietro la testa, una gamba spostata in avanti (Abdominals and thighs)
8. Più muscoloso "Granchio" o Mani sui fianchi (Most Muscular)

Criteri di valutazione del round muscolosità:

* Definizione e vascolarità muscolare (vale il 45% della valutazione complessiva)

* Massa muscolare (vale il 25% della valutazione complessiva – in questa disciplina la massa muscolare ha un'importanza minore rispetto alla disciplina Bodybuilding)

CONFRONTI DI GRUPPO E INDIVIDUALI

Per decidere la classifica finale dei concorrenti i giudici possono chiedere confronti di gruppo o individuali, chiamando quarti di giro o pose obbligatorie.

PRESENTAZIONE E ROUND DEI FINALISTI

Il capo giudice chiama i 5 atleti migliori. Questi atleti restano sul palco. Tutti gli altri concorrenti lasciano il palco. I finalisti stanno rivolti verso i giudici. Ogni atleta è chiamato per nome ed esegue una o due delle sue pose migliori.

ROUND DI CONFRONTO DEI 5 ATLETI MIGLIORI

I giudici chiamano i quarti di giro e le pose obbligatorie. Possono essere richiesti confronti di gruppi o individuali aggiuntivi.

La valutazione complessiva degli atleti è fatto assegnando i punti di posizionamento: 1° posto = 1 punto; 2° posto = 2 punti ecc.). I punti di piazzamento più alti e più bassi delle finali vengono cancellati e si procede alla somma di punti rimanenti. L'atleta con il punteggio più basso si classifica al primo posto. La somma dei punti ottenuti nel primo round di valutazione (simmetria e muscolosità) è aggiunta alla somma dei punti ottenuti nelle finali. Vince l'atleta con il punteggio più basso.

POSEDOWN

I 5 atleti migliori posano tutti insieme. La musica è scelta dall'organizzatore. Gli atleti sono liberi di scegliere quali pose eseguire per presentarsi al meglio. Sul palco è auspicabile lo scambio di posizioni, oltre al comportamento sportivo degli atleti.

ROUTINE DI POSING INDIVIDUALE

In base al numero di concorrenti e al tipo di gara (nazionale, internazionale), agli atleti è chiesto di eseguire una routine di posing. L'organizzatore della gara ha il diritto di deciderne lo svolgimento o meno e se sarà valutata. Gli atleti sono invitati a chiedere informazioni al riguardo all'organizzatore della gara.

PREMIAZIONE:

L'annuncio dei risultati avviene come segue:

1. I 5 concorrenti finalisti vengono chiamati sul palco
2. Gli atleti vengono premiati dal quinto al primo posto.

Nei campionati i primi tre finalisti ricevono rispettivamente medaglie d'oro, d'argento e di bronzo. I rimanenti ricevono medaglie di partecipazione.

ABBIGLIAMENTO

Costumi di posa:

- * Tutti gli atleti devono indossare un costume da gara monocromatico, senza decorazione e senza scritte.
- * Il G String non è ammesso come costume da gara.
- * Il costume da gara deve essere pulito, senza macchie di crema abbronzante.
- * È vietato indossare gioielli, fatta eccezione per l'anello nuziale o di fidanzamento.
- * È vietato indossare collari e fasce tergisudore per fronti o polsi.
- * Sul palco non è consentito portare camuffamenti, cappelli o spade.

COLORE DELLA PELLE

è consigliato l'uso di coloranti o mallo.