

# WOMEN'S WELLNESS

## CATEGORIE

- Open
- International



## CATEGORIE E CRITERI DI GIUDIZIO



*Aurora  
De Cesero*

*Assoluta  
Women's  
Wellness  
2023*



## WOMEN'S WELLNESS



## A. CRITERI DI VALUTAZIONE E DESCRIZIONE DEI ROUND DELLA COMPETIZIONE

Consiste in un round. I criteri di giudizio sono basati su muscolosità, definizione (condizionamento) e presenza scenica. Questa categoria femminile è pensata per le atlete che hanno uno sviluppo muscolare maggiore di fianchi, glutei e cosce rispetto alla parte superiore del corpo. I muscoli della parte superiore del corpo devono essere sviluppati, ma non nella stessa misura della parte inferiore del corpo. Il fisico generale non dovrebbe essere eccessivamente sviluppato o eccessivamente magro con una certa separazione muscolare, ma nessuna striatura - non come la Women's Figure o la Women's Physique.

## B. SVOLGIMENTO GARA DIRETTA (senza pre-gara)

1. Le atlete sono valutate per quarti di giro a destra
2. Confronti con tutte le atlete
3. T-Walk (max 60 secondi) di tutte le partecipanti
4. Posedown
5. Premiazione

### POSING INDIVIDUALE

**T-Walk:** Il tempo per eseguirla è di 60 secondi, se si supera il tempo indicato, il capo giuria ringrazierà l'atleta e dovrà uscire dal palco, lasciando spazio all'atleta successiva. Partire dal segno al centro sul fondo del palco; camminare fino al segno al centro nella parte anteriore del palco; camminare fino al segno a sinistra del palco; camminare fino al segno a destra del palco; tornare al segno al centro del palco e mostrare la posa di schiena.

**I-Walk** (solo se viene chiamata dal capo giuria): Il tempo per eseguirla è di 60 secondi, se si supera il tempo indicato, il capo giuria ringrazierà l'atleta e dovrà uscire dal palco, lasciando spazio all'atleta successiva. Partire dal segno al centro sul fondo del palco; camminare fino al segno al centro nella parte anteriore del palco; mostrare la posa frontale e di schiena.

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

\*\*\* La Back Pose (posa di schiena) è l'ultima posa eseguita durante la T-Walk o I-Walk. Non seguire i segni sul palco e i passaggi elencati sopra potrebbe portare a una riduzione del punteggio (I segni sul palco rappresentano le condizioni di illuminazione migliori per i giudici e i fotografi).



VISTA DALL'ATLETA SUL PALCO



VISTA DALLA GIURIA E DAL PUBBLICO

## Il disegno spiega come eseguire la T-Walk:

1. Inizierai dal retro del palco e camminerai verso il centro di esso rivolgendoti alla giuria ed eseguendo la posa di "saluto"
2. Raggiungerai quindi la tua posa frontale mentre sei al centro del palco (segnato a terra)
3. Cammina dal centro del palco verso sinistra e poi eseguirai la tua posa sul lato sinistro (segnata a terra), rivolto verso la giuria
4. Attraversa il palco fino all'estrema destra del palco dove eseguirai la posa sul lato destro (segnata a terra), rivolto verso la giuria
5. Torna indietro verso il centro del palco dove eseguirai la tua posa finale di schiena
6. Una volta finito, il capo giuria ti ringrazierà e tornerai nel retro palco eseguendo la posa di "saluto finale"

**RICORDA SEMPRE: SORRIDI E DIVERTITI!**

## PREMIAZIONE

L'annuncio dei risultati avviene come segue:

1. Le atlete partecipanti vengono chiamate sul palco
2. Le atlete vengono premiate dall'ultimo al primo posto.
3. Le prime tre classificate ricevono rispettivamente medaglie d'oro, d'argento e di bronzo. Le restanti ricevono medaglie di partecipazione.

## ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento è determinato dai seguenti criteri:

1. Un bikini a due pezzi, tutto un materiale senza connettori e deve stare a forma di V sul davanti, alto sui fianchi.
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 suola non deve superare i 25 mm. L'altezza del tacco non deve superare i 130 mm.
5. I capelli possono essere acconciati a piacere.
6. La pelle deve risultare naturale, dalla sana abbronzatura.
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 (se il mallo è vietato, sarà comunicato nel modulo di iscrizione gara).

### DETTAGLIO CATEGORIA

---

- **OPEN** = Suddivisione per altezza in base agli atleti partecipanti (dove possibile) e nessun limite di età.
- NEI GRAND PRIX DI QUALIFICA È POSSIBILE FARE CROSS IN UNA O PIÙ CATEGORIE LIBERAMENTE.
- AL CAMPIONATO NAZIONALE È POSSIBILE FARE CROSS IN UNA O PIÙ CATEGORIE SOLO IN QUELLE IN CUI L'ATLETA SI È QUALIFICATA NEI GRAND PRIX.