

SNBF Reglement Miss Fitness Klasse



1. Voraussetzungen

Teilnahmeberechtigt sind weibliche Aktivmitglieder der SNBF. Die Teilnehmerinnen müssen die, von der SNBF vorgeschriebenen Dopingtests bestehen und mindestens sieben Jahre dopingfrei sein (gemäss aktueller SNBF Dopingliste).

An der Schweizermeisterschaft dürfen nur Schweizer Staatsangehörige oder Ausländerinnen mit der Niederlassungsbewilligung B oder C teilnehmen.

2. Bewertungskriterien

In der Miss Fitness Klasse wird der sportlich trainierte Körper mit gut ausgeprägter Muskulatur gesucht. Die Teilnehmerinnen haben jedoch deutlich weniger Muskelmasse und Muskelhärte als die Athletinnen der Frauen Bodybuilding Klasse. (zu definierte Athletinnen erhalten Punktabzug).

Bewertet werden:

- Symmetrie
- Muskeltonus
- Präsentation

3. Wettkampfablauf

Die Miss Fitness Klasse präsentiert sich in zwei Runden:

1. Einzelpräsentation und Vergleiche (im Bikini)
2. Walk-In und Vergleiche (im Bikini)

1. Runde – Einzelpräsentation und Vergleiche

Die Athletinnen werden einzeln in numerischer Reihenfolge auf die Bühne gerufen. Die aufgerufene Athletin läuft zur hinteren Bühnenmitte und präsentiert dort ihre frei wählbare Eintrittspose. Anschliessend läuft sie ein paar Schritte zur vorderen Bühnenmitte und präsentiert dort in Vierteldrehungen im Uhrzeigersinn die vier Pflichtposen. Anschliessend verlässt die Athletin wieder die Bühne.

Hat die letzte Athletin der Klasse ihre Einzelpräsentation abgeschlossen und die Bühne verlassen, werden alle Athletinnen erneut zusammen, in numerischer Reihenfolge, auf die Bühne gebeten. Die Athletinnen werden nun im gesamten Line-up in den jeweils vier Symmetrie- und Pflichtposen verglichen (Symmetrie- und Pflichtposen; s. unten). Danach werden gleichzeitig jeweils zwei Athletinnen mit ihrer Startnummer aufgerufen und aufgefordert, ihre Plätze im Line-Up zu tauschen. Wird eine Athletin aufgerufen, so soll sie ihren Arm hochheben und einen Schritt nach vorne machen, um ihre Aufmerksamkeit zu zeigen.

Anschliessend ruft die Jury jeweils eine zu vergleichende Gruppe von Athletinnen gemeinsam zur vorderen Bühnenmitte. Beginnend mit der Vorderansicht präsentieren diese erneut ihre vier Pflichtposen (keine Symmetrieposen).

Sind alle Vergleiche abgeschlossen, stehen alle Athletinnen wieder im Line-up. Falls von der Jury verlangt, findet eine erneute Runde Pflichtposen mit allen Athletinnen statt. Anschliessend verlassen die Athletinnen die Bühne.

SNBF Reglement Miss Fitness Klasse



2. Runde – Vergleiche

In der zweiten Runde, die am Nachmittag stattfindet, werden die Athletinnen einzeln in numerischer Reihenfolge auf die Bühne gerufen. Die aufgerufene Athletin betritt die Bühne, läuft zur Bühnenmitte, präsentiert dort ihre frei wählbare Eintrittspose gefolgt von der Frontpose und läuft anschliessend direkt ins Line-Up. Die Athletinnen verbleiben im Line-Up, bis die letzte Athletin der Klasse die Bühne betreten hat und im Line-Up steht.

Wenn von der Jury aufgefordert, werden wie in der 1. Runde nun die Plätze im Line-Up getauscht, und einzelne Vergleiche werden gemacht. Anschliessend findet das Posedown statt, gefolgt von der Rangverkündung.

Die Symmetrieposen

Die folgenden vier Symmetrieposen werden in Vierteldrehungen im Uhrzeigersinn präsentiert:

Vorderansicht: Die Athletinnen stehen mit geschlossenen Füßen gerade und aufrecht, mit Blick Richtung Publikum/Jury. Die Arme sind seitlich neben dem Körper (ohne übertriebener Ausbreitung), und die Hände sind offen und locker.

Seitenansicht: Die Athletinnen stehen aufrecht mit geschlossenen Füßen und blicken Richtung Bühnenseite. Die Hüfte ist zur Bühnenseite gerichtet und der Oberkörper leicht zum Publikum gedreht. Die Arme sind seitlich neben dem Körper (ohne übertriebene Ausbreitung), und die Hände sind offen und locker.

Rückenansicht: Die Athletinnen stehen aufrecht mit geschlossenen Füßen und blicken Richtung Bühnenhinterseite. Die Arme sind seitlich neben dem Körper (ohne übertriebene Ausbreitung) und die Hände offen und locker.

Die Pflichtposen

Im Folgenden werden die vier Pflichtposen beschrieben. Bei den seitlichen Posen darf die Seite frei gewählt werden, ausser die Jury verlangt nach einer bestimmten Seite.

Doppelbizeps von vorne: Die Beinstellung ist frei wählbar (Füsse zusammen, ein Bein zur Seite oder ein Bein nach vorne). Die Hände sind offen.

Seitliche Brust-/Bizepspose: Die Beinstellung ist frei wählbar (Füsse zusammen oder leicht versetzt oder Bühnenbein nach vorne gestreckt). Der vordere Arm (von der Jury aus gesehen) steht im rechten Winkel (nicht gestreckt). Die Handflächen sind aufeinander gepresst und offen.

Doppelbizeps von hinten: Die Beinstellung ist frei wählbar (Füsse zusammen, ein Bein zur Seite oder nach hinten). Die Hände sind offen.

Seitliche Trizepspose: Die Beinstellung ist frei wählbar (Füsse zusammen oder leicht versetzt, oder das vordere Bein nach vorne gestreckt). Der vordere Arm (von der Jury aus gesehen) ist gestreckt, entweder neben dem Oberkörper oder leicht

SNBF Reglement Miss Fitness Klasse



nach vorne abgewinkelt. Die Hand ist offen, der hintere Arm darf in der Hüfte eingestützt sein oder seitlich am Körper hängen.

4. Bekleidung

Bikini

Der Bikini ist ein Zweiteiler, wobei das Oberteil mit dem Bikinihöschen am Rücken über Kreuz verbunden ist. Die Wahl der Farbe und des Designs stehen der Athletin frei zur Wahl. Auf jeden Fall muss das Bikinihöschen mindestens die Hälfte des Gesässes abdecken.

Schuhe

In beiden Bewertungsrunden werden Damenschuhe (High Heels) getragen. Das Design bleibt der Athletin überlassen, es werden jedoch durchsichtige Posingschuhe mit oder ohne Steinchen empfohlen.

Schmuck

Armreife, Fingerringe und Haarschmuck sind erlaubt. Der Schmuck soll die Weiblichkeit betonen, nicht jedoch von der Figur der Athletin ablenken.

Bei Fragen zum Ablauf, Bikini, Posing oder allgemein zum Wettkampf steht euch der SNBF Vorstand unter info@snbf.ch gerne zur Verfügung.