

SNBF Reglement Fit Body Klasse



1. Voraussetzungen

- Teilnahmeberechtigt sind weibliche Aktivmitglieder der SNBF, die keine verbotenen Substanzen gemäss Dopingliste der SNBF verwendet haben.
- Athletinnen, die bei einem Natural Pro Wettkampf Preisgeld angenommen haben, sind im folgenden Wettkampffahr an der SNBF Amateur Schweizermeisterschaft in dieser Klasse nicht mehr startberechtigt.
- Die Teilnahme-, Dopingtest- und Einschreibegebühren sowie ausstehende Mitgliederbeiträge müssen bezahlt sein.

2. Bewertungskriterien

In der Fit Body Klasse wird der sportlich trainierte Körper mit V-förmigen Rücken und definierter Muskulatur gesucht. Bewertet werden:

- Symmetrie: Die Athletin präsentiert gut ausbalancierte und harmonische Proportionen zwischen Ober- und Unterkörper. Die einzelnen Muskelpartien sollen ausgeglichen und gut sichtbar sein.
- Muskeltonus: Der Fokus liegt auf dem Körperbau insgesamt, d.h. Muskelmasse in Proportionen zur Körpergrösse und Knochenbaustruktur. Die Athletin soll kräftig sein, mit einem ausgeprägten Muskeltonus. Die Muskelteilung (Definition und Vaskularität) soll gut sichtbar sein, jedoch sollen die Athletinnen keinen extrem gestreiften oder allzu harten Bodybuilding-Look aufweisen.
- Allgemeine Bewertungskriterien: Präsentation (inkl. Posing Bühnenerscheinung, Ausstrahlung, Make-up, Frisur) und Körperbräunung. Achtung: nicht permanent haftende Farben (z.B. Dream Tan) sind **verboten!**

3. Wettkampfablauf

- Athletenmeeting (optional)
- Gruppenvergleiche
- Einzelpräsentation
- Siegerehrung und WM-Qualifikation

3.1 Athletenmeeting (optional)

Der Wettkampftag startet mit dem Athletenmeeting, an welchem allgemeine Informationen zum Wettkampftag vermittelt werden.

- Allfällige offene Rechnungen müssen am Athletenmeeting beglichen werden.
- Jede Athletin erhält die Startnummern, die auf der linken Vorderseite und rechten Hinterseite der Bikinihose getragen werden müssen.
- Die Backstage- und Coach-Pässe können bezogen werden.

SNBF Reglement Fit Body Klasse



3.2 Gruppenvergleiche

Die Athletinnen werden 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 ins Line-Up. Die Athletinnen verbleiben im Line-Up, bis die letzte Athletin der Klasse die Bühne betreten hat und im Line-Up steht.

Vergleiche: Die Klasse wird von der Jury aufgefordert, die Frontpose einzunehmen. Die Athletinnen werden nun im gesamten Line-Up in Symmetrie- und Pflichtposen verglichen (s. unten). Jede Pose wird so lange gehalten, bis die Jury einen Wechsel der Pose ankündigt (Vierteldrehung im Uhrzeigersinn).

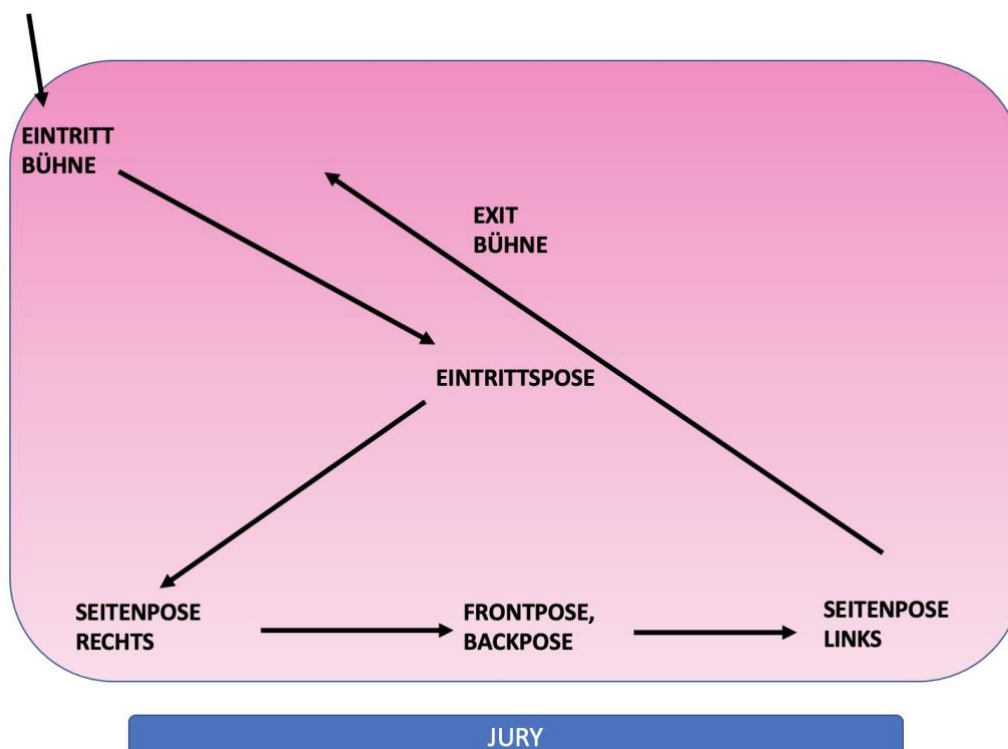
Platztausch im Line-Up: Die Jury kann jeweils zwei Athletinnen mit ihrer Startnummer aufrufen und sie auffordern, ihre Plätze im Line-Up zu tauschen. Wird eine Athletin aufgerufen, so soll sie ihren Arm hochheben und einen Schritt nach vorne machen, um ihre Aufmerksamkeit zu zeigen.

Gruppenvergleiche: Die Jury fordert jeweils eine zu vergleichende Gruppe von Athletinnen gemeinsam zur vorderen Bühnenmitte. Dort werden die Athletinnen erneut in den Symmetrie- und/oder Pflichtposen verglichen.

Sind alle Vergleiche abgeschlossen, ist die erste Runde abgeschlossen und die Athletinnen verlassen die Bühne.

3.3 Einzelpräsentation

Die Athletinnen werden einzeln in numerischer Reihenfolge auf die Bühne gerufen. Die aufgerufene Athletin läuft zur Bühnenmitte und präsentiert dort ihre frei wählbare Eintrittspose. Anschliessend läuft sie zur rechten vorderen Bühnenseite und präsentiert dort ihre rechte Seitenpose (die Athletin ist dabei zur Mitte des Bühnenrandes gedreht und schaut Richtung Jury / Publikum). Anschliessend läuft die Athletin zur Mitte des Bühnenrandes und präsentiert dort ihre Frontpose und ihre Backpose. Danach läuft die Athletin zur linken Bühnenseite und präsentiert dort die linke Seitenpose (die Athletin ist wieder zur Mitte des Bühnenrandes gedreht und schaut Richtung Jury / Publikum). Anschliessend verlässt die Athletin wieder die Bühne. Bei der Einzelpräsentation hält die Athletin jede Pose/Ansicht ca. 4 Sekunden lang.



3.4 Siegerehrung und WM-Qualifikation

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.

Falls von der Jury aufgefordert, werden wie in der 1. Runde nun die Plätze im Line-Up getauscht, und einzelne Vergleiche werden gemacht.

Posedown: Beim Posedown hat jede Athletin die Möglichkeit, die besten Posen zu präsentieren und individuelle Stärken zu zeigen.

Siegerehrung: Anschliessend an das Posedown findet die Siegerehrung statt. Die Athletinnen haben nun noch einmal die Gelegenheit, für die Fotografen zu posieren. Unmittelbar nach der Siegerehrung werden die bestplatzierten Athletinnen zur Urinkontrolle nach WADA-Standard geführt.

WM-Qualifikation: Alle Klassensiegerinnen, deren Form einem WM-Standard entspricht, werden durch die Jury als WM-Teilnehmer nominiert.

SNBF Reglement Fit Body Klasse



4. Die Posen

4.1 Symmetrieposen

Die folgenden vier Symmetrieposen werden in Vierteldrehungen im Uhrzeigersinn für die Bewertung der Symmetrie präsentiert:

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

Seitenansicht: Die Athletinnen stehen aufrecht und blicken Richtung Bühnenseite. Die Füße sind geschlossen oder leicht gespreizt (ein Fuss darf ca. 5 cm nach vorne oder hinten versetzt sein). 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. Der Latissimus dorsi ist leicht ausgebreitet, die Arme sind seitlich neben dem Körper (ohne übertriebene Ausbreitung), und die Hände sind offen und locker.

Eintrittspose: Die Eintrittspose ist frei wählbar.



Belinda Achermann, (INBF Fit Body Short 3. Platz Weltmeisterschaft 2019); fotoWORLD.ch

4.2 Pflichtposen

Die folgenden Pflichtposen werden in Vierteldrehungen im Uhrzeigersinn für die Bewertung des Muskeltonus präsentiert:

Doppelbizeps von vorne: Beide Arme sind in gespannter Bizeps-Pose; die Hände sind offen. Ein Bein ist seitlich leicht ausgestreckt.

Doppelbizeps von hinten: Beide Arme sind in gespannter Bizeps-Pose; die Hände sind offen. Ein Bein ist seitlich oder schräg nach hinten leicht ausgestreckt mit angespannter Wade.

SNBF Reglement Fit Body Klasse



Seitliche Brustpose: Seite ist frei wählbar; die Jury kann jedoch eine bestimmte Seite verlangen. Der Jury zugewandte Arm ist zu 90° angewinkelt. Der hintere Arm reicht vor dem Oberkörper zum Handgelenk des angewinkelten Armes; beide Hände sind offen. Ein Bein ist leicht versetzt mit angespannter Wade.

Seitliche Trizepspose: Seite ist frei wählbar; die Jury kann jedoch eine bestimmte Seite anfragen. Der Jury zugewandte Arm ist nach unten gestreckt und die Hand offen, während der hintere Arm angewinkelt ist mit der Hand an der hinteren Hüfte (die Hände sind nicht hinter dem Rücken umklammert!). Ein Bein ist leicht versetzt mit angespannter Wade.

Bauch und Beine: Ein Bein muss zur Jury ausgestreckt sein. Die Hände dürfen entweder beide hinter dem Kopf positioniert sein, oder eine Hand ist hinter dem Kopf und die andere an der Hüfte.



Tina Plopa, (INBF Fit Body Tall 2. Platz Weltmeisterschaft 2019)



Belinda Achermann, (INBF Fit Body Short 3. Platz Weltmeisterschaft 2019)

5. Bekleidung

5.1 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 steht der Athletin frei zur Wahl.

Schuhe

In beiden Bewertungsrunden werden High Heels bis max. 15cm (inkl. Plateau) getragen. Das Design bleibt der Athletin überlassen, es werden jedoch durchsichtige Posingschuhe mit oder ohne Steinchen empfohlen.

5.2 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 oder belinda@snbf.ch gerne zur Verfügung.