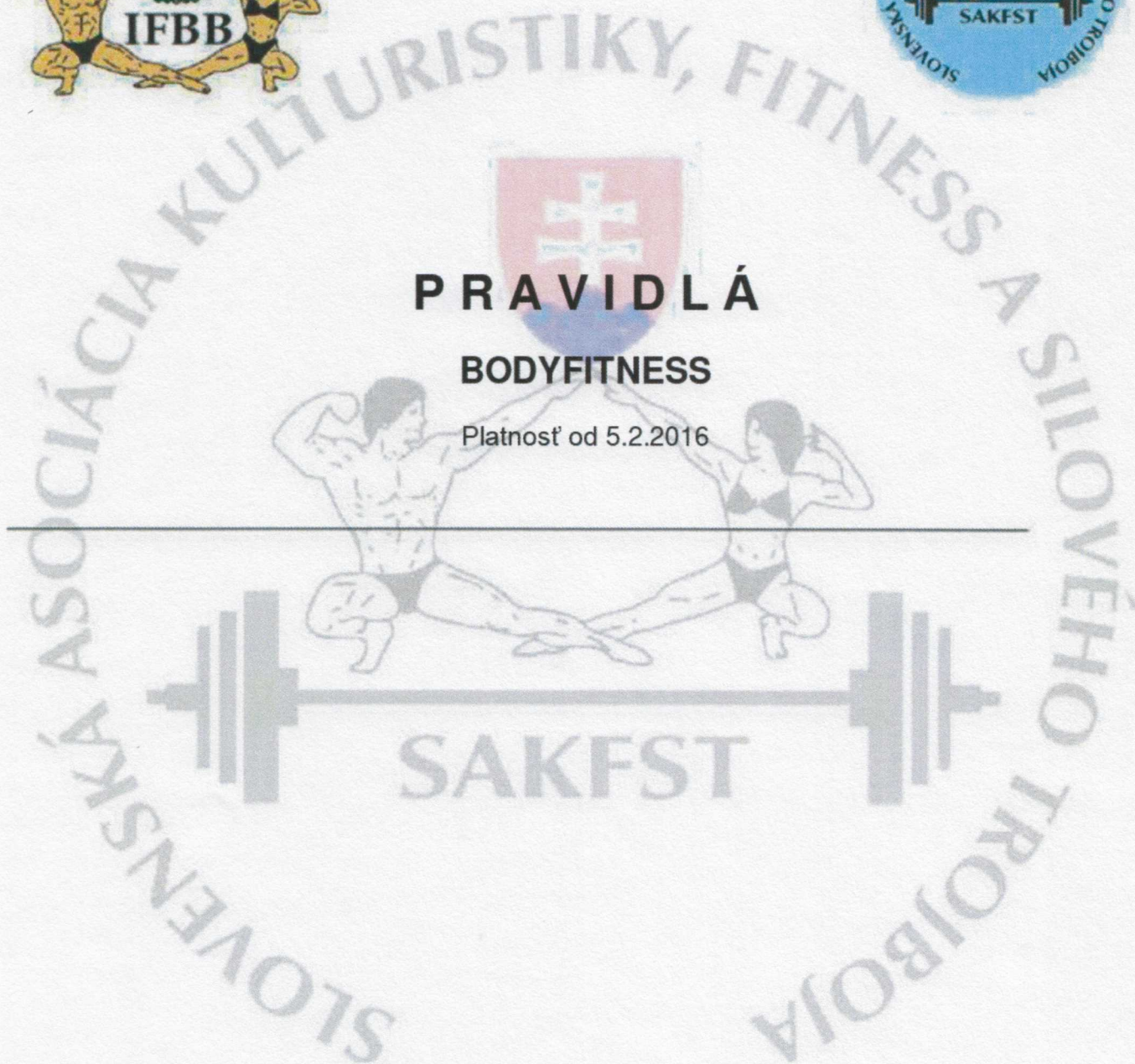


PRAVIDLÁ

BODYFITNESS

Platnosť od 5.2.2016



Slovenská asociácia kulturistiky, fitness a silového trojboja

SÚŤAŽNÉ PRAVIDLÁ BODYFITNESS

Tieto pravidlá nadobúdajú platnosť 5.2.2016 a platia až do odvolania.

Článok 1

Všeobecne:

Kategória „Bodyfitness“ je považovaná za novú disciplínu ako odozva fitness súťaží bez potreby vykonávať zostavy. V Bodyfitness je dôraz kladený na estetiku a krásu v kombinácii so športovou postavou.

Článok 2

Kategórie - rozdelenie pretekárk

Na súťažiach v bodyfitness sú pretekárky rozdelené do týchto vekových a výškových kategórií:

- a) vekové
juniorky: do 23 rokov*
ženy:

Poznámka: * pretekárky súťažia vo svojej vekovej kat. počas celého roku, v ktorom dosiahli vek 23 rokov.

- b) výškové
juniorky: otvorená kat.
ženy: do 165 cm; nad 165 cm

Článok 3

Úbor pretekárky

Oblečenie pretekárky sa bude riadiť nasledovnými kritériami:

1. dvojdielne bikiny,
2. farba, materiál a štruktúra je na voľbe pretekárky,
3. bikiny musia pokrývať najmenej polovicu sedacieho svaly a celú prednú oblasť,
4. počas tohto kola budú použité topánky na vysokom opätku. Ich štýl a farba môžu byť ponechané na voľbe pretekárky. Hrúbka platformy nesmie presiahnuť 7 mm a výška opätku nesmie byť vyššia ako 120 mm;
5. vlasy môžu byť štylizované,
6. šperky môžu byť použité bez obmedzenia,
7. hlavný rozhodca má právo určiť, či oblečenie pretekárky je akceptovateľného štandardu, vkusu a slušnosti.

Článok 4

Časti fitness súťaže

1. Kategória Bodyfitness pozostáva z nasledovných súťažných kôl:

- a) eliminácia - vyradovanie
b) 1. kolo – semifinále
c) 2. kolo – finále

Článok 5

Eliminácia

1. V prípade, že sa na súťaži prezentuje viac ako 15 pretekárky v kategórii, bude vykonaná eliminácia.
2. Sekretár hlavného rozhodcu (ďalej len sekretár HR) rozdá všetkým rozhodcom tlačivo Eliminácia - individuálne umiestnenie rozhodcu (Formulár 1B), do ktorého sú už vpísané štartové čísla všetkých pretekárky v kategórii.
3. Pódiový rozhodca zoradí na pódiu pretekárky v jednom rade (ak je nutné, do dvoch radov) od najnižšieho štartového čísla z ľavej strany pódia.
4. Rozhodcovia začnú rozhodovať. Potom pódiový rozhodca zmení postavenie pretekárky tak, že vymení poradie, t.j. od najnižšieho štartového čísla sprava doľava.
5. Pódiový rozhodca rozdelí pretekárky do dvoch rovnako veľkých skupín, ktoré sú na javisku rozmiestnené tak,

že jedna skupina je na ľavej strane javiska a druhá na strane pravej. Centrálna časť javiska je ponechaná voľná na porovnávanie. V poradí podľa štartových čísel a v skupinkách nie väčších ako 5 pretekárov naraz je každá skupinka nasmerovaná do centra javiska, aby vykonala 4 štvrt' obraty

- Štvrt' obrat vpravo
- Štvrt' obrat vzad
- Štvrt' obrat vpravo
- Štvrt' obrat dopredu

6. Po skončení štvrt' obratov bude celá kategória sformovaná do jednej línie podľa štartových čísel a na pokyn pódiového rozhodcu opustia javisko.
7. Ak je v kategórii viac ako 21 pretekárov, rozhodcovia vo formulári „Eliminácia – individuálne umiestnenie rozhodcu“ (Formulár 1B) označia symbolom „X“ tie pretekárky, ktoré chcú vybrať medzi najlepších 15. Ak je pretekárov od 16 do 21, rozhodcovia označia symbolom „X“ tie pretekárky, ktoré chcú vylúčiť z najlepšej 15-ky.
8. Sekretár HR v spolupráci s počtárskou komisiou použije tlačivo „Vyhodnotenie eliminácie“, do ktorého prepíše rozhodcovské výbery, na základe ktorých vyhodnotí 15 pretekárov postupujúcich do semifinále. V prípade, že sa zhoduje súčet hodnotení na 15-tom mieste u niekoľkých pretekárov, budú tieto privedené na pódium k opätovnému prevedeniu povinných postojov pre výber eliminácie. Do semifinále postupuje 15 pretekárov.
9. Sekretár HR informuje hlavného rozhodcu, ktoré pretekárky postúpili do semifinále podľa štartových čísel.

Článok 6

Predvedenie v 1.kole – semifinále – štvrt' obraty

Prvé kolo je vykonávané pod vedením pódiového rozhodcu nasledovne:

1. Pódiový rozhodca privedie všetky semifinalistky (15) na pódium, zoradí ich v jednej línii v poradí podľa štartových čísel. Hlásateľ postupne predstaví všetky pretekárky podľa št. čísla, mena a oddielu.
 - a) Potom zoradí pretekárky v ľavej a pravej časti pódia, stred pódia slúži na pózovanie skupín.
 - b) Pódiový rozhodca vyzve prvých 5 pretekárov od najnižšieho št. čísla, aby vykonali na jeho pokyn 4 štvrt' obraty
 - Štvrt' obrat vpravo
 - Štvrt' obrat vzad
 - Štvrt' obrat vpravo
 - Štvrt' obrat dopredu
- d) Toto „pred hodnotenie“ vykonajú všetky semifinalistky v skupine po 5 pretekárov.
2. Po „pred hodnotení“ si následne každý rozhodca vyberie 5 pretekárov do prvej skupiny, požiadavku odovzdá hlavnému rozhodcovi. Hlavný rozhodca spočíta požiadavky jednotlivých rozhodcov. Tie pretekárky, ktoré rozhodcovia najviac požadujú budú vyvolané na 1. porovnávanie v počte 3-5 pretekárov. Hlavný rozhodca má právo pri zhode požiadaviek nad 5 pretekárov určiť, ktorú pretekárku zaradí do 1. porovnávania v skupine. Tieto pretekárky na pokyn pódiového rozhodcu vykonajú **4 štvrt' obraty** v strede pódia. Po ukončení ich hodnotenia rozhodcami opustia pódium na pokyn pódiového rozhodcu. Pretekárky, ktoré nie sú hodnotené v 1. porovnávaní stoja po stranách pódia.
3. Takto isto sa postupuje aj pri požiadavkách rozhodcov pre vyvolanie a určenie pretekárov do 2. a 3. skupiny pre vzájomné porovnávanie.
4. Rozhodcovia hodnotia pretekárky umiestnením od 1. do 15. miesta, pričom nesmú dať dvom alebo viacerým to isté umiestnenie. Do finále postupuje 6 pretekárov s najnižším súčtom umiestnení.
5. V prípade zhody v umiestnení u viacerých pretekárov, bude o umiestnení v semifinále rozhodnuté metódou „relatívneho umiestnenia“ vo vzájomnom porovnávaní pretekárov pred škrtaním (rozhoduje vyšší počet lepších umiestnení).
6. Semifinálové hodnotenie rozhodcov určuje poradie pretekárov od 1. do 15. miesta. Pretekárky na 1. – 6. mieste postupujú do finále bez určenia konečného umiestnenia. Umiestnenie pretekárov od 7. až po 15. miesto je konečné.

Článok 7

Popis štyroch štvrt' obratov:

1. **ŠTVRT' OBRAT VPRAVO** (telo otočené k rozhodcom ľavou stranou):
Uvoľnený vzpriamený postoj, hlava a oči sú v rovnakom nasmerovaní ako telo, päty spolu, špičky odvrátené smerom von v 30° uhle, kolená spolu a vystreté, brucho vtiahnuté, prsia dopredu, plecia dozadu, obe ruky uvoľnene visiace pozdĺž strán centrálnej línie tela, lakte zohnuté, palce a prsty spolu, dlane smerujú k telu, ruky zľahka pokrčené (do tvaru kalicha). Polohovanie rúk spôsobí ľahké natočenie horného dielu doľava s ľavým plecom zníženým a pravým vyťahnutým vyššie. Toto je normálne, nesmie to byť preháňané. Táto poloha je v

uvoľnenom postoji. Napínanie svalov je zakázané. Pretekárka, ktorá nezaujme správny postoj, bude jedenkrát napomenutá a potom už bude mať zrazené body zo svojho skóre.

2. ŠTVRŤ OBRAT VZAD (zadný postoj):

Uvoľnený vzpriamený postoj, hlava a oči sú v rovnakom nasmerovaní ako telo, päty spolu, špičky odvrátené smerom von v 30° uhle, kolená vystreté a spolu, brucho vtiahnuté, prsia dopredu, plecia dozadu, obe ruky uvoľnene visiace pozdĺž strán centrálnej línie tela, lakte zľahka zohnuté, palce a prsty spolu, dlane smerujú k telu, ruky zľahka pokrčené (do tvaru kalicha), brušná prstov spočívajú zľahka na bokoch. Táto poloha je v uvoľnenom postoji. Napínanie svalov je zakázané. Pretekárka, ktorá nezaujme správny postoj, bude jedenkrát napomenutá a potom už bude mať zrazené body z jej skóre.

3. ŠTVRŤ OBRAT VĽAVO (telo otočené k rozhodcom pravou stranou):

Ako prvý štvrť obrat vpravo, ale teraz je telo otočené k rozhodcom pravou stranou.

4. ŠTVRŤ OBRAT DOPREDU (čelný postoj):

Uvoľnený vzpriamený postoj, hlava a oči sú v rovnakom nasmerovaní ako telo, päty spolu, špičky odvrátené smerom von v 30° uhle, kolená vystreté a spolu, brucho vtiahnuté, prsia dopredu, plecia dozadu, obe ruky uvoľnene visiace pozdĺž strán centrálnej línie tela, lakte zľahka zohnuté, palce a prsty spolu, dlane smerujú k telu, ruky zľahka pokrčené (do tvaru kalicha), brušná prstov spočívajú zľahka na bokoch. Táto poloha je v uvoľnenom postoji. Napínanie svalov je zakázané. Pretekárka, ktorá nezaujme správny postoj, bude jedenkrát napomenutá a potom už bude mať zrazené body zo svojho skóre.

Článok 8

Hodnotenie 1. kola – semifinále – štvrť obraty

Prvé kolo je hodnotené s uplatnením nasledovných kritérií :

1. Najprv sa posudzuje všeobecný športový vzhľad postavy. Toto posudzovanie by malo začať hlavou a pokračovať smerom nadol berúc do úvahy celú postavu. Posudzovanie začínajúce celkovým dojmom by malo brať do úvahy vlasy, krásu tváre, celkový športový rozvoj svalstva, prezentovanie vyrovnanej, symetrickej rozvinutej postavy, stav pokožky a jej tonus a schopnosť pretekárky prezentovať sa so sebadôverou, sebaovládaním a grációznosťou.
2. Postava by mala byť posudzovaná s ohľadom na úroveň celkového svalového tonusu, dosiahnutého športovým snažením. Svalové skupiny by mali mať obľý a pevný vzhľad s malým množstvom telesného tuku. Postava by nemala byť ani nadmerne svalnatá ani nadmerne vychudnutá bez hlbokkej svalovej separácie a vyrysovania. Postava, ktorá je považovaná za príliš svalnatú alebo príliš vychudnutú, musí byť hodnotená nižšie.
3. Hodnotenie by malo brať do úvahy tiež napnutosť a tonus pokožky. Koža by mala byť hladká a na pohľad zdravá a bez celulitídy. Tvár, vlasy a make-up by mali dopĺňovať celkový balík prezentovaný pretekárkou.
4. Hodnotí sa úplná prezentácia pretekárky. Od momentu jej príchádzania na javisko až po moment jej odchodu. V každom okamihu musí byť pretekárka v body fitness pozorovaná s ohľadom na zdravú, športovú a fit postavu v atraktívne prezentovanom celkovom dojme (total package).

Článok 9

2. kolo - finále:

Prezentácia 2. kola:

1. Najlepších 6 pretekárov zo semifinále bude na javisko pozývaných po jednej v poradí podľa štartových čísel a každá vykoná T-chôdzu:
 - a) pretekárka príde do stredu javiska, kde sa zastaví a vykoná čelný postoj;
 - b) Potom prejde kolmo do prednej časti pódia/javiska otočí sa doprava (z pohľadu rozhodcov a divákov) a prejde 5 krokov. Zastaví sa a vykoná čelný a zadný postoj;
 - c) pretekárka sa potom otočí doľava, prejde 10 krokov na druhú stranu, zastaví sa a vykoná čelný a zadný postoj;
 - d) pretekárka po ukončení T-chôdze sa zaradí do zadnej časti javiska/pódia.
2. Po skončení T-chôdze na pokyn pódiového rozhodcu predstúpia do stredu javiska/pódia zoradené v jednom rade a v číselnom poradí podľa štartových čísel.
3. Následne na jeho pokyn vykonajú 4 štvrť obraty.
4. Pódiový rozhodca potom zmení postavenie pretekárov 1 a 4, 2 a 5, 3 a 6 a znovu predvedú povinné postoje.
5. Celý rad na pokyn pódiového rozhodcu opustí pódium.

Článok 10

Spracovanie výsledkov

Spracovanie výsledkov hodnotenia pretekárov rozhodcami je plne v kompetencii sekretára HR.

1. V tlačive Zápis súťaže (Formulár 5):

- a) sa pri počte rozhodcov 5 alebo 7 u každej pretekárky prečiarkne jedno najvyššie a jedno najnižšie hodnotenie. Ostatné hodnotenia sa spočítajú a pretekárka, ktorá má celkovo nižší počet umiestnení, je lepšia. Platí to rovnako pre semifinále ako aj finále (2. kolo)
- b) súčet umiestnení (hodnotení) v 2. kole (finále) nám dáva výsledné/konečné poradie pretekárov na 1. – 6. mieste. Pretekárky s nižším súčtom umiestnení sú v konečnom poradí umiestnené na vyššom mieste. Víťazí pretekárka s celkovým najnižším súčtom umiestnení.
- c) pri „zhode“ v súčte umiestnení v 2. kole (finále) rozhoduje o konečnom lepšom umiestnení pretekárky metóda „relatívneho umiestnenia vo finále.“

Článok 11

Zverejňovanie výsledkov

1. Hlavný rozhodca spolu so svojím sekretárom (sekretár HR) sú plne zodpovední za zverejňovanie, správnosť a presnosť zápisov a výsledkových listín. Zverejňovanie hodnotenia nie je dovolené. Sekretár HR zverejní po semifinálovej časti mená postupujúcich do finále, resp. štartové čísla pretekárov bez udania poradia. Hlavný rozhodca po skončení súťaže a vyhlásení výsledkov preberie všetky vyplnené tlačivá zo súťaže, z ktorých vypracuje Vyhodnotenie rozhodcov a Správu hlavného rozhodcu. Výsledkovú listinu a Správu hlavného rozhodcu zašle ŠTK. Zápis súťaže, Výsledkovú listinu, Vyhodnotenie rozhodcov a Správu hlavného rozhodcu zašle Komisii rozhodcov. Usporiadateľovi ponechá 1 kópiu Výsledkovej listiny a po spracovaní mu zašle Správu hlavného rozhodcu.
2. Sekretár HR zašle v elektronickej forme Výsledkovú listinu na sekretariát SAKFST, ktorý ju zverejní na webovej stránke SAKFST.

Vypracoval: Komisia kulturistiky a fitness, Trenčín 9.1.2016

Prerokované a schválené: Senec, 5.2.2016

Schválil: Dr. Dušan Matušík
viceprezident pre kulturistiku a fitness