

REGLAMENTO BODY FITNESS FEMENINO

I. CATEGORIAS.

II. NORMAS Y PROCEDIMIENTOS PARA REALIZAR LAS FASES DE COMPETICIÓN.

- A. LA SELECCIÓN PREVIA.**
- B. LAS SEMIFINALES.**
- C. LAS FINALES.**

III. NORMAS Y PROCEDIMIENTOS PARA REALIZAR LA ENTREGA DE PREMIOS.

IV. DESCRIPCION DE LOS CUATRO GIROS DE UN CUARTO.

En esta disciplina deportiva, el énfasis se sitúa en la estética y la belleza, combinada con un físico atlético.

I. CATEGORIAS.

En la categoría Sénior y según la altura de la Atleta, se dividirá en:

- Hasta 158 cm de altura.
- Hasta 163 cm de altura.
- Hasta 168 cm de altura.
- Más de 168 cm de altura.

En la Júnior y según la estatura de la Atleta, se dividirá en:

- Hasta 163 cm de altura.
- Más de 163 cm de la altura.

II. NORMAS Y PROCEDIMIENTOS PARA REALIZAR LAS FASES DE COMPETICIÓN.

A. LA SELECCIÓN PREVIA.

Se realizará una selección previa cuando haya más de 15 competidoras en una categoría. Esta selección se realizará según el siguiente esquema:

- La indumentaria será la misma que la utilizada en la ronda 1, es decir, el Bikini de 2 piezas.
- Todas las competidoras se presentarán en el escenario, colocándose en orden numérico ascendente y en una única fila.
- Se dividirá la categoría en dos mitades iguales, con una mitad alineada hacia la parte izquierda del escenario y la otra mitad alineada hacia la parte derecha del escenario. Se mantendrá libre el área central del escenario.
- El Presidente del Comité de Competición y en grupos de 5 competidores, se realizarán los cuartos de giro en la zona central de la plataforma.
- Al completarse las comparaciones, se alineará toda la categoría en una única y en orden numérico ascendente. Después se abandonará el escenario.

B. LAS SEMIFINALES.

Las semifinales constan de dos rondas, que se describen a continuación.

Ronda 1.

La indumentaria para la ronda 1 deberá respetar las siguientes características:

- El estilo del bikini será liso, opaco y de dos piezas.
- El color del bikini será negro sólido.
- El material del tejido del bikini será de tela. No se permitirá ningún plástico, engomado o materiales similares.

- La textura del bikini será mate. No se permitirá ningún material brillante.
- El bikini no contendrá adornos, volantes, encajes, cordones, ribetes ni bandas.
- El bikini cubrirá un mínimo de la mitad de los glúteos, junto con toda la parte frontal.
- El estilo de los zapatos será negro, en el clásico tacón fino (tipo aguja), con los talones y dedos de los pies cubiertos. El grueso de la suela no podrá rebasar los 6.35 milímetros; la altura del tacón de aguja no deberá ser mayor de 127 milímetros. El uso de zapatos con tacones de plataforma queda estrictamente prohibido.
- El cabello puede estar estilizado.
- Con excepción de anillos matrimoniales y pequeños pendientes, no se permitirá el uso de joyería.
- El Comité de competición tiene el derecho de determinar si la indumentaria satisface los requisitos de valores morales y de decencia.

El procedimiento para realizar la ronda 1 será el siguiente:

- Todas las competidoras se colocarán en una sola fila y en orden numérico ascendente.
- Se dividirá la categoría en dos grupos de igual número, colocándolos a la y posicionados en el escenario, de forma tal que un grupo se ubique hacia la izquierda del escenario y el otro grupo hacia la derecha del escenario. La parte central del escenario quedará libre.
- Cada grupo, en orden numérico y en cantidades iguales no mayores de cinco competidoras, serán dirigidas al centro de la plataforma para realizar los siguientes giros de un cuarto hacia la derecha:
 - Cuarto de giro (derecha).
 - Cuarto de giro (espalda).
 - Cuarto de giro (derecha).
 - Cuarto de giro (de frente).

Los cuartos de giro se describirán en el apartado E.

- Una vez toda la categoría ha realizado los cuartos de giro, los jueces podrán solicitar las comparaciones que consideren adecuadas. No se comparará a más de cinco o menos de tres competidoras al mismo tiempo.
- Todas las comparaciones individuales se realizarán en el centro del escenario y en el orden, de derecha a izquierda, solicitado por cada juez.
- Se les dará la oportunidad a todos los jueces de solicitar, al menos, una comparación de atletas. Cualquier comparación adicional quedará sujeta a la discreción del Presidente del Comité de Competición.
- Todas las competidoras serán sometidas a, por lo menos, una comparación. Al completarse la última comparación, todas las competidoras retornarán a formarse en una sola fila, en orden numérico, antes de abandonar el escenario.

La evaluación de la ronda 1 seguirá los siguientes criterios:

- El juez deberá primero evaluar la apariencia atlética del físico. Esta evaluación deberá comenzar desde la cabeza y extendiéndose hacia abajo, tomando en cuenta todo el físico. Se deberá tomar en consideración el cabello y la belleza facial, el desarrollo absoluto de una musculatura atlética, la presentación de un físico simétricamente desarrollado y balanceado, la

condición y el tono de la piel, y la habilidad de la atleta para presentarse así misma con confianza, aplomo, elegancia y gracia.

- El físico deberá evaluarse de acuerdo a su nivel de tono muscular absoluto, logrado a través de esfuerzos atléticos. Los distintos grupos musculares deberán tener una apariencia firme y redondeada, con muy poca cantidad de grasa corporal. El físico no deberá ser excesivamente musculado, ni excesivamente delgado, y deberá estar libre de profunda separación y/o definición muscular. Se les deberá rebajar la calificación a los físicos que se consideren muy musculados o muy definidos.
- La evaluación también deberá tomar en cuenta la firmeza y el tono de la piel. El tono de piel deberá tener una apariencia suave, saludable y sin celulitis. El rostro, el cabello y el maquillaje deberán complementar la "Apariencia Completa" presentada por la atleta.
- La evaluación del físico de la atleta por el juez deberá incluir la presentación completa de la atleta, desde el momento que ella entre al escenario hasta el momento de su salida. La competidora deberá ser observada en todo momento, con énfasis en un físico "saludable, en forma y atlético".

Ronda 2.

La indumentaria para la ronda 2 deberá respetar las siguientes características:

- Traje de baño de una sola pieza.
- Color, material y textura a discreción de la competidora.
- El bikini cubrirá un mínimo de la mitad de los glúteos máximos, junto con toda la parte frontal.
- El estilo de los zapatos será negro, en el clásico tacón fino (tipo aguja), con los talones y dedos de los pies cubiertos. El grueso de la suela no podrá rebasar los 6.35 milímetros; la altura del tacón de aguja no deberá ser mayor de 127 milímetros. El uso de zapatos con tacones de plataforma queda estrictamente prohibido.
- El cabello puede estar estilizado.
- Con excepción de anillos matrimoniales y pequeños pendientes, no se permitirá el uso de joyería.
- El Comité de competición tiene el derecho de determinar si la indumentaria satisface los requisitos de valores morales y de decencia.

El procedimiento para realizar la ronda 2 será el siguiente:

- Todas las competidoras se colocarán en una sola fila y en orden numérico ascendente.
- Se dividirá la categoría en dos grupos de igual número, colocándolos a la y posicionados en el escenario, de forma tal que un grupo se ubique hacia la izquierda del escenario y el otro grupo hacia la derecha del escenario. La parte central del escenario quedará libre.
- Cada grupo, en orden numérico y en cantidades iguales no mayores de cinco competidoras, serán dirigidas al centro de la plataforma para realizar los siguientes giros de un cuarto hacia la derecha:
 - Cuarto de giro (derecha).
 - Cuarto de giro (espalda).
 - Cuarto de giro (derecha).
 - Cuarto de giro (de frente).

- Una vez toda la categoría ha realizado los cuartos de giro, los jueces podrán solicitar las comparaciones que consideren adecuadas. No se comparará a más de cinco o menos de tres competidoras al mismo tiempo.
- Todas las comparaciones individuales se realizarán en el centro del escenario y en el orden, de derecha a izquierda, solicitado por cada juez.
- Se les dará la oportunidad a todos los jueces de solicitar, al menos, una comparación de atletas. Cualquier comparación adicional quedará sujeta a la discreción del Presidente del Comité de Competición.
- Todas las competidoras serán sometidas a, por lo menos, una comparación. Al completarse la última comparación, todas las competidoras retornarán a formarse en una sola fila, en orden numérico, antes de abandonar el escenario.

La evaluación de la ronda 2 seguirá los siguientes criterios:

- El juez deberá primero evaluar la apariencia atlética del físico. Esta evaluación deberá comenzar desde la cabeza y extendiéndose hacia abajo, tomando en cuenta todo el físico. Se deberá tomar en consideración el cabello y la belleza facial, el desarrollo absoluto de una musculatura atlética, la presentación de un físico simétricamente desarrollado y balanceado, la condición y el tono de la piel, y la habilidad de la atleta para presentarse así misma con confianza, aplomo, elegancia y gracia.
- El físico deberá evaluarse de acuerdo a su nivel de tono muscular absoluto, logrado a través de esfuerzos atléticos. Los distintos grupos musculares deberán tener una apariencia firme y redondeada, con muy poca cantidad de grasa corporal. El físico no deberá ser excesivamente musculado, ni excesivamente delgado, y deberá estar libre de profunda separación y/o definición muscular. Se les deberá rebajar la calificación a los físicos que se consideren muy musculados o muy definidos.
- La evaluación también deberá tomar en cuenta la firmeza y el tono de la piel. El tono de piel deberá tener una apariencia suave, saludable y sin celulitis. El rostro, el cabello y el maquillaje deberán complementar la "Apariencia Completa" presentada por la atleta.
- La evaluación del físico de la atleta por el juez deberá incluir la presentación completa de la atleta, desde el momento que ella entre al escenario hasta el momento de su salida. La competidora deberá ser observada en todo momento, con énfasis en un físico "saludable, en forma y atlético".
- Los jueces deberán percatarse de que una competidora puede presentar una "Apariencia Completa" distinta vistiendo traje de baño y bikini. Por consiguiente, los jueces deberán asegurarse de que esta ronda sea juzgada desde una nueva y "fresca" perspectiva, asegurando que todas las competidoras reciban una evaluación fundamentada en su vestimenta durante esta ronda.

C. LAS FINALES

Ronda 3.

A las finales únicamente accederán las 5 mejores atletas resultantes de las semifinales.

Las finales constarán de una única ronda, que se describe a continuación.

La indumentaria para la ronda 3 deberá respetar las siguientes características:

- Bikini de dos piezas.
- Color, material y textura a discreción de la competidora.
- El estilo de los zapatos será negro, en el clásico tacón fino (tipo aguja), con los talones y dedos de los pies cubiertos. El grueso de la suela no podrá rebasar los 6.35 milímetros; la altura del tacón de aguja no deberá ser mayor de 127 milímetros. El uso de zapatos con tacones de plataforma queda estrictamente prohibido.
- El cabello puede estar estilizado.
- Con excepción de anillos matrimoniales y pequeños pendientes, no se permitirá el uso de joyería.
- El Comité de competición tiene el derecho de determinar si la indumentaria satisface los requisitos de valores morales y de decencia.

El procedimiento para la ronda 3 serán los siguientes:

- Las 15 semifinalistas se presentarán en el escenario, en una sola fila y en orden numérico ascendente.
- Una por una y en orden numérico, cada competidora será anunciada y presentada por su número, nombre y procedencia.
- Se le indicará a todas las 15 finalistas que realicen los cuatro cuartos de giro nominados en la Ronda 1.
- Se retirarán las 15 atletas.
- Acto seguido, las primeras 5 finalistas se presentarán en el escenario, en una sola fila y en orden numérico.
- Se le indicará al grupo que realicen los cuatro cuartos de giro nominados en la Ronda 1.
- Se le indicará a todas las competidoras que abandonen el escenario.

La evaluación de la ronda 3 se realizará utilizando el mismo criterio descrito en la ronda 1.

Sin embargo, los jueces deberán percatarse de que una competidora puede presentar una "Apariencia Completa" distinta vistiendo un bikini de dos piezas de su propia selección. Por consiguiente, los jueces deberán asegurarse de que esta ronda sea juzgada desde una nueva y "fresca" perspectiva, asegurando que todas las competidoras reciban una evaluación fundamentada en su vestimenta durante esta ronda.

III. NORMAS Y PROCEDIMIENTOS PARA REALIZAR LA ENTREGA DE PREMIOS.

La indumentaria para la Ceremonia de entrega de premios será la misma que la atleta utilizó durante la ronda 3.

El procedimiento para la Ceremonia de entrega de premios será el siguiente:

- Las primeras 5 finalistas se presentarán en el escenario, en una sola fila y en orden numérico ascendente.
- Se presentarán premios (trofeos) a las primeras 5 finalistas, en orden ascendente, de 5º a 1º puesto.

IV. DESCRIPCION DE LOS CUATRO GIROS DE UN CUARTO.

Cuarto de Giro (Derecha).

Postura erecta y relajada. Cabeza y ojos mirando hacia la misma dirección que el cuerpo. Talones juntos, pies situados en ángulo de 30º hacia fuera y rodillas juntas sin doblarse. Estómago adentro, pecho elevado, hombros atrás. Brazo izquierdo relajadamente colgando y ligeramente atrás de la línea central del cuerpo doblando levemente el codo; dedos y pulgar juntos; palma de la mano hacia el cuerpo; mano ligeramente copada. Brazo derecho relajadamente colgando y ligeramente delante de la línea central del cuerpo, doblando levemente el codo; dedos y pulgar juntos; palma de la mano hacia el cuerpo y mano ligeramente copada. La posición de los brazos causará que el torso gire ligeramente hacia la izquierda, con el hombro izquierdo bajado y el hombro derecho elevado. Este giro es normal y no deberá exagerarse. Esta posición es una postura relajada. Se prohíbe la flexión de los músculos. Las competidoras que fracasen en adoptar la postura apropiada recibirán una amonestación, seguida de una deducción de la puntuación en sus respectivas calificaciones.

Cuarto de Giro (Espalda).

Postura erecta y relajada. Cabeza y ojos mirando hacia la misma dirección que el cuerpo. Talones juntos, pies situados en ángulo de 30º hacia fuera y rodillas juntas sin doblarse. Estómago adentro, pecho elevado, hombros atrás. Ambos brazos relajadamente colgando a los lados y a lo largo de la línea central del cuerpo; codos levemente doblados; dedos y pulgares juntos; ambas palmas de mano hacia el cuerpo, manos ligeramente copadas; punta de los dedos descansando ligeramente cerca del área inferior de las caderas (o muslo superior). Esta posición es una postura relajada. Se prohíbe la flexión de los músculos. Las competidoras que fracasen en adoptar la postura apropiada recibirán una amonestación, seguida de una deducción de la puntuación en sus respectivas calificaciones.

Cuarto de Giro (Derecha).

Postura erecta y relajada. Cabeza y ojos mirando hacia la misma dirección que el cuerpo. Talones juntos, pies situados en ángulo de 30º hacia fuera y rodillas juntas sin doblarse. Estómago adentro, pecho elevado, hombros atrás. Brazo derecho relajadamente colgando y ligeramente atrás de la línea central del cuerpo doblando levemente el codo; dedos y pulgar juntos; palma de la mano hacia el cuerpo; mano ligeramente copada. Brazo izquierdo relajadamente colgando y ligeramente delante de la línea central del cuerpo, doblando levemente el codo; dedos y pulgar juntos; palma de la mano hacia el cuerpo y mano ligeramente copada. La posición de los brazos causará que el torso gire ligeramente hacia la derecha, con el hombro derecho bajado y el hombro izquierdo elevado. Este giro es normal y no deberá exagerarse. Esta posición es una postura relajada. Se prohíbe la flexión de los músculos. Las competidoras que fracasen en adoptar la

postura apropiada recibirán una amonestación, seguida de una deducción de la puntuación en sus respectivas calificaciones.

Cuarto de Giro (De Frente).

Postura erecta y relajada. Cabeza y ojos mirando hacia la misma dirección que el cuerpo. Talones juntos, pies situados en ángulo de 30° hacia fuera y rodillas juntas sin doblarse. Estómago adentro, pecho elevado, hombros atrás. Ambos brazos relajadamente colgando a los lados y a lo largo de la línea central del cuerpo; codos levemente doblados; dedos y pulgares juntos; ambas palmas de mano hacia el cuerpo, manos ligeramente copadas; punta de los dedos descansando ligeramente cerca del área inferior de las caderas (o muslo superior). Esta posición es una postura relajada. Se prohíbe la flexión de los músculos. Las competidoras que fracasasen en adoptar la postura apropiada recibirán una amonestación, seguida de una deducción de la puntuación en sus respectivas calificaciones.