

Na osnovu člana 37 Statuta Saveza Srbije za bodibilding, fitness, bodifitness i aerobik i odluke Međunarodne Skupštine IFBB održane 06.11.2008.godine, Upravni Odbor, na sednici dana 15.10.2011.godine, usvaja

PRAVILA
BODIBILDING ZA MUŠKARCE I ŽENE, KLASIČAN BODIBILDING ZA MUŠKARCE,
FITNES ZA ŽENE, FITNESS ZA MUŠKARCE, BODIFITNES ZA ŽENE

OPIS PRAVILA

OPŠTA PRAVILA

1. Uvod
2. Kažnjavanje na međunarodnim takmičenjima
3. Odgovornost IFBB
4. Sponzorstvo
5. Oglašavanje i publicitet
6. Televizija i video
7. Novinska akreditacija
8. Kvalifikacije za učešće na međunarodnim takmičenjima
9. Svetsko prvenstvo i ostala međunarodna takmičenja
10. Prejudiciranje i dalekosežnost zahteva za finale
11. Registracija zvaničnih sportista (merenja težine / visine)
12. Doping kontrole
13. Sudije
14. Sudijska službena odeća i žirijski panel
15. Novčane nagrade
16. IFBB kotizacija
17. Izmene i dopune
18. Ostala pravila za Svetsko prvenstvo
- Prilog 1: IFBB etički kodeks
- Prilog 2: Obrasci za žiri
- Prilog 3: Odobrenje testiranja droge i formular za oslobađanje od odgovornosti
- Prilog 4: Obrazac sa informacijama o sportistima

IFBB BODIBILDING – MUŠKARCI I ŽENE

- 19 - Uvod
- 20 - Obaveze organizatora prema sportistima i delegatima
- 21 - Kategorije
- 22 - Krugovi
- 23 - Prejudiciranje: Eliminacioni krug
- 24 - Prejudiciranje: Poziranje u odeći nakon svakog kruga
- 25 - Prejudiciranje: Bodovanje za eliminacioni krug
- 26 - Prejudiciranje: Prezentacijski krug 1
- 27 - Prejudiciranje: Bodovanje kruga 1
- 28 - Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 1

- 29 - Finale: Svečano otvaranje
- 30 - Finale: Prezentacijski krug 2
- 31 - Finale: Bodovanje kruga 2
- 32 - Finale: Ocenjivanje kruga 2
- 33 - Finale: Prezentacijski krug 3
- 34 - Finale: Bodovanje kruga 3
- 35 - Finale: Ocenjivanje kruga 3
- 36 - Finale: Ceremonija dodele nagrada
- 37 - Sveobuhvatni rezultati po kategorijama i nagrade
- 38 - Timska klasifikacija rezultata i nagrada
- 39 - Objavljivanje rezultata
- 40 - Takmičenje mešovityh parova
- 41 - Procena fizičke pripremljenosti mešovityh parova
- Prilog 5: Detaljan opis obaveznih poza
- Prilog 6: Slike svih obaveznih poza: muškaraca, žena i mešovityh parova

KLASIČNI BODIBILDING - MUŠKARCI

- 42 Opšte
- 43 Kategorije
- 44 Krugovi
- 45 Prejudiciranje: Eliminacioni krug
- 46 Prejudiciranje: Bodovanje za eliminacioni krug
- 47 Prejudiciranje: Poziranje u odelu za eliminacioni krug i krug 1 (kvartalni profili i obavezne poze)
- 48 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 1
- 49 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 1
- 50 Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 1
- 51 Finale: Poziranje u odelu za krug 2 (obavezne poze i minut slobodnog poziranja)
- 52 Finale: Prezentacijski krug 2
- 53 Finale: Bodovanje kruga 2
- 54 Finale: Ocenjivanje kruga 2
- 55 Finale: Poziranje u odelu za krug 3 (rutinsko poziranje)
- 56 Finale: Prezentacijski krug 3
- 57 Finale: Bodovanje kruga 3
- 58 Finale: Ocenjivanje kruga 3
- 59. Finale: Ceremonija dodele nagrada
- 60. Sveobuhvatni rezultati po kategorijama i nagrade

FITNES - ŽENE

- 61 Uvod
- 62 Obaveze organizatora prema sportistima i delegatima 64
- 63 Kategorije
- 64 Krugovi
- 65 Prejudiciranje: Eliminacioni krug
- 66 Prejudiciranje: Poziranje u odelu za: eliminacioni krug i krug 1
- 67 Prejudiciranje: Bodovanje: eliminacionog kruga

68 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 1 (fitnes rutine)
69 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 1 (fitnes rutine)
70 Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 1 (fitnes rutine)
71 Poziranje u odelu za krug 2 (kvartalni profili)
72 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 2 (kvartalni profili)
73 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 2 (kvartalni profili)
74 Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 2 (kvartalni profili)
75 Finale: Krug tri (ukupan plasman)
76 Finale: Poziranje u odelu za krug 3
77 Finale: Prezentacijski krug 3, zagrevanje 1 (fitnes rutine)
78 Finale: Prezentacijski krug 3, zagrevanje 2 (kvartalni profili)
79 Finale: Bodovanje kruga 3, zagrevanje 2 (kvartalni profili)
80 Finale: Ocenjivanje kruga 3, zagrevanje 2 (kvartalni profili)
81 Finale: Svečana dodela nagrada
82 Finalne nagrade i kategorije
83 Klasifikacija timskih rezultata i nagrada
Prilog 7: Kako ocenjivati fitnes takmičenje
PRILOG 8: Obrasci za sudije

BODIFITNES - ŽENE

84 Uvod
85 Obaveze organizatora prema sportistima i delegatima
86 Kategorije
87 Krugovi
88 Prejudiciranje:: Eliminacioni krug
89 Prejudiciranje: Poziranje u odelu za eliminacioni krug i krug 1 (dvodelni bikini kupaći kostim)
90 Prejudiciranje: Bodovanje za: Eliminacioni krug
91 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 1 (dvodelni bikini kupaći kostim)
92 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 1 (dvodelni bikini kupaći kostim)
93 Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 1 (dvodelni bikini kupaći kostim)
94 Prejudiciranje: Poziranje u odelu za krug 2 (jednodelni kupaći kostimi)
95 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 2 (jednodelni kupaći kostimi)
96 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 2 (jednodelni kupaći kostimi)
97 Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 2 (jednodelni kupaći kostimi)
98 Finale: Poziranje u odelu za krug 3 (dvodelni bikini kupaći kostim)
99 Finale: Prezentacija krug 3 (dvodelni bikini kupaći kostim)
100 Finale: Bodovanje kruga 3 (dvodelni bikini kupaći kostim)
101 Finale: Ocenjivanje kruga 3 (dvodelni bikini kupaći kostim)
102 Finala: Svečana dodela nagrada
103 Finala: Sveobuhvatni rezultati po kategorijama i nagrade
Prilog 9: Opis 4 kvartalna profila
Prilog 10: Obrasci za sudije

FITNES - MUŠKARCI

104 Uvod

- 105 Obaveze organizatora prema sportistima i delegatima
 - 106 Kategorije
 - 107 Krugovi
 - 108 Preliminarne ocene
 - 109 Prejudiciranje: Poziranje u odelu za eliminacioni krug i krug 2
 - 110 Prejudiciranje: Bodovanje za eliminacioni krug
 - 111 Prejudiciranje: Poziranje u odelu za krug 1 (fitnes rutine)
 - 112 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 1 (fitnes rutine)
 - 113 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 1 (fitnes rutine)
 - 114 Prejudiciranje: Procena krug 1 (fitnes rutine)
 - 115 Prejudiciranje: Prezentacijski krug 2 (kvartalni profili)
 - 116 Prejudiciranje: Bodovanje kruga 2 (kvartalni profili)
 - 117 Prejudiciranje: Ocenjivanje kruga 2 (kvartalni profili)
 - 118 Finale: Krug 3 (glavni)
 - 119 Finala: Poziranje u odelu za krug 3
 - 120 Finale: Prezentacijski krug 3, zagrevanje 1 (fitnes rutine)
 - 121 Finale: Prezentacijski krug 3, zagrevanje 2 (kvartalni profili)
 - 122 Finale: Bodovanje kruga 3, zagrevanje 2 (kvartalni profili)
 - 123 Finale: Ocenjivanje kruga 3
 - 124 Finale: Svečana dodela nagrada
- Prilog 11: Kako ocenjivati takmičenje muškaraca u fitnessu

Pravilo 1 – Uvod

1.1 Opšti principi

IFBB Pravilnik za bodibilding se sastoji od propisa, politike, direktive i odluke koje treba da vodi IFBB i članovi administracije bodibilding sporta.

1.2 Rukovodstvo:

Ustavno, Izvršno veće ima ovlašćenje da propiše i dopuni Pravilnik. Između godišnjih sastanaka Saveta, ova vlast je poverena četvorici referenata: predsedniku, izvršnom pomoćniku predsednika, izvršni direktor i generalni sekretar. Bilo koja odluka od strane skupštine, ili delegirajućeg organa, koji ima snagu i dejstvo samo do sledećeg godišnjeg sastanka generalne skupštine, u kom trenutku odluka ili će biti ratifikovan ili odbijen. U vanrednim situacijama, u kojoj je vreme suštine i nije praktično dobijao većinsku saglasnost skupštine ili njeno delegirajuće rukovodstvo, dok će predsednik direktno imati ovlašćenje da propiše ili izmeni Pravilnik.

1.3 Sporazum:

Povezane Nacionalne, regionalne i kontinentalne federacije, njihovi sportisti, zvaničnici i drugi, pridružili su se IFBB-u i njihovoj slobodnoj volji u donošenju odluka i, na taj način, su saglasni u pridržavanju već uspostavljenih Ustava i Pravilnika. Da bi postali član IFBB-a, neke od povezanih federacija i ostalih članova koji se strogo pridržavaju Ustava i Pravilnika koji postoje kao dobrobit za bodibilding sport. Ukoliko Ustav i Pravilnik budu imali članove koji su međusobno kontradiktorni, bilo koji član IFBB-a ima ovlašćenje da izrekne disciplinske mere protiv tog člana.

1.4 Definicije:

Iste definicije koji se nalaze u Ustavu, takođe se odnose na Pravilnik. Etički kodeks, koji čini

sastavni deo Ustava, takođe postaju sastavni deo Pravilnika koji je priložen kao Prilog 1.

1.5 Interpretacija:

Sasvim je jasno da Pravilnik ne može obuhvatiti svaku moguću situaciji koja je propisana uz uputstva koja mogu da se traže u dodatnom rešavanju problema. U takvim slučajevima, predsednik je jedini autoritet za tumačenje bilo kakvog pitanja koje proističe iz Pravilnika, ili bilo kakve činjenice koje nisu prethodno obuhvaćene Pravilnikom, uz već navedeno tumačenje koje je konačno i obavezujuće.

1.6 Namena:

Nije namenjeno da se pravila posmatraju kao bespotrebno „bacanje kamena u vodu“, već ih umesto toga treba iskoristiti, kao smernice. Svaki problem koji proizilazi iz Pravilnika mora biti presudan na osnovu sopstvene merodavnosti uz primarno razmatranje s obzirom na ono što je u najboljem interesu za bodibilding kao sport.

Pravilo 2 – Akreditacija za međunarodna takmičenja

2.1 Zahtev za akreditaciju:

Međunarodno takmičenje je bilo takmičenje koje uključuje dve ili više nacionalnih federacija. U cilju da bude domaćin ovakvog takmičenja, organizator mora najpre dobiti Službenu akreditaciju iz IFBB. Da biste dobili zvanične potvrde, Organizator mora da podnese Zahtev za zvaničnu akreditaciju sa IFBB. Zahtev mora da sadrži sve važne informacije o predloženom takmičenju. Zvanične potvrde mogu biti izdate samo Nacionalnim federacijama, a ne pojedinačnim fizičkim i privatnim licima.

2.2 Ugovor:

Nakon što je Zahtev za službenu akreditaciju odobren od strane IFBB-a, Ugovor će biti dostavljen organizatoru. Ugovor će navesti odredbe i uslove službene akreditacije, kao i odgovornosti organizatora u cilju što uspešnijeg organizovanja takmičenja, kao domaćina.

2.3 Akreditaciona naknada:

Organizator će platiti akreditacionu naknadu IFBB za pravo da bude domaćin takmičenja. Iznos naknade će biti uspostavljen od strane IFBB. Sva međunarodna takmičenja su ekskluzivno vlasništvo IFBB-a. Dodeljivanje zvanične akreditacije i plaćanje naknade za akreditaciju, ne dovode do prenosa vlasništvo na organizatora.

2.4 Način plaćanja akreditacione naknade:

Akreditaciona naknada će biti isplaćena u skladu sa fiksnim rasporedom koji je dogovoren od strane IFBB-a i organizatora. Od trenutka kada je ugovor potpisan od strane svih stranaka i kada su u celosti izmirene akreditacione naknade, u celini ili delimično, primljena naknada, od strane IFBB, neće biti vraćena organizatoru u slučaju da iz bilo kog razloga Ugovor treba ili je već naknadno prekinut.

2.5 Propusti prilikom pridržavanja pravila:

Kada je Ugovor potpisan od strane svih stranaka, i ukoliko Organizator, iz bilo kog razloga, potom ne uspeva da se pridržava uspostavljenih pravila iz Ustava i Pravilnika, odnosno uslova i pravila iz ugovora, odnosno direktiva predsednika, predsednik može povući akreditaciju i preduzeti sve neophodne mere koje se smatraju neophodnim, u disciplinskom smislu ili na neki drugi način, u cilju zaštite budućih interesa IFBB.

2.6 Delegiranje nadležnosti:

Predsednik može, po svom nahođenju, delegirati člana Izvršnog veća, normalno pomoćnik izvršnog predsednika ili izvršnog direktora, odnosno delokrug potpredsednikovog ovlašćenje jeste pre svega da zastupa interese IFBB prilikom izdavanja službene akreditacije i potpisivanja

ugovora za međunarodna takmičenja.

Pravilo 3 - Odgovornost IFBB

3.1 Opšti principi:

Organizacija Međunarodnog takmičenja nosi sa sobom izvestan finansijski rizik koji snosi organizator. Organizator mora da se složi u pismenoj formi da prihvata navedene uslove, kao i bilo koje druge uslove koji mogu biti detaljnije razrađeni u sklopu samog Ugovora.

3.2 Odgovornost u slučaju izvesnih propusta prilikom organizovanja takmičenja:

7

IFBB neće biti odgovoran za sve finansijske i druge gubitke, uključujući bilo kakvu štetu po ugled Organizatora ili bilo kakvih sa njim povezanih stranaka, tako da bi odgovornost u smislu trebalo organizovanja takmičenja Organizator trebao strogo i disciplinovano da se pridržava navedenih pravila iz Ustava i Pravilnika, odnosno uslova i pravila iz ugovora, odnosno uz direktive samog predsednika.

3.3 Osiguranje od odgovornosti:

Članovi IFBB, bilo da su povezane federacije, sportisti, zvaničnici i drugi, učestvuju na međunarodnim takmičenjima svojom slobodnom voljom, i na taj način, slažu se da IFBB neće biti odgovoran za bilo kakve nesreće ili incidente koji proizilaze iz organizacije ili od strane domaćina takmičenja. Organizator Međunarodnog takmičenja mora da se složi u pismenoj formi da će izvršiti sve neophodne pripreme, ili sa mesta takmičenja ili preko osiguravajuće agencije, za svoje sopstveno pokrivanje osiguranje od odgovornosti.

3.4 Medicinsko osoblje:

Organizator Međunarodnog takmičenja će obezbediti da akreditovano medicinsko osoblje bude uvek na dužnosti i da je prevoz za hitne slučajeve dostupan na samom mestu održavanja takmičenja tokom trajanja prejudiciranja i finala, bez dodatnih troškova po IFBB.

Pravilo 4 - Sponzorstvo

4.1 Sponzorstvo:

Organizator Međunarodnog takmičenja može tražiti sponzorstvo od Vlade i privrednih društava, međutim, sponzorstvo mora biti prethodno odobreno od strane IFBB-a.

4.2 Izuzeci:

Upotreba duvanskih i alkoholnih kompanija za sponzorstvo Međunarodnog takmičenja je strogo zabranjeno.

Pravilo 5 - Oglašavanje i javnost

5.1 Oglašavanje:

Organizator Međunarodnog takmičenja se može oglašavati na takmičenju preko bimoa i / ili banera, naravno ukoliko se elementi koji se koriste za oglašavanje ne nalazi na zadnjom centralnoj strani bine i na taj način ometa pogled žirija.

Bimovi i / ili baneri mogu visiti sa vrha prednje ivice bine, sa jedne ili obe strane bine, zajedno sa prednje strane postolja ili mesta za poziranje, i / ili duž prednje ivice bine. Bimovi i / ili baneri ne smeju biti stavljeni u takav položaj da bude u direktnom fokusu kamere kada se bude fotografisalo prvih pet finalista.

5.2 Javnost:

Organizator će biti odgovoran da osigura da konkurencija dobije maksimalni publicitet, pre, za vreme i posle takmičenja. Organizator treba da angažuje i nekoga ko će obavljati sve potrebne

usluge kao konsultant za odnose s javnošću da bi se obezbedila maksimalna pokrivenost medija putem novina, radija i televizije. Neposredno pre Prejudiciranja, Organizator treba da organizuje konferenciju za štampu na kojoj su Organizator i glavni funkcioner IFBB-a može obavestavati javnost o toku takmičenja i bodibilding sporta.

Pravilo 6 - Televizija i video

6.1 Ekskluzivna prava:

IFBB ima ekskluzivno pravo da pregovara sa bilo kojim i svim ugovorima za televizijska i / ili video prava za Međunarodno takmičenje. Ukoliko televizijska i / ili video prava postave pitanje o domaćinu takmičenja, Organizator je dužan da odmah obavesti IFBB o ovim činjenicama i na taj način će se uzdržati od ulaska u bilo koji oblik jednostranog pregovora sa bilo kojom televizijskom i / ili video agencijom bez izričite prethodne saglasnosti IFBB. IFBB ima „pravo prvenstva“ na bilo koji video snimak u vezi sa ovim događajem i njegov zahtev, Organizator će odmah proslediti IFBB-u prvi primerak snimka koji će biti korišćen ukoliko IFBB to smatra potrebnim.

6.2 Odgovornost:

Ukoliko pregovori između IFBB i organizacija koje nude televizija i / ili video ugovor ne proizvodi nikakve troškove, IFBB neće biti odgovoran za bilo kakve rezultante finansijske ili druge vrste gubitaka koje su u vezi sa Organizatorom, ili bilo kojom povezanom ugovornom stranom.

6.3 Pregled naknada:

IFBB će dobiti bilo koju i sve naknade za televizijska i / ili video prava, i obično se raspodeljuju kao oblik naknade koja je već opisana u posebnom pismenom i potpisanom sporazumu ili Ugovoru sa Organizatorom.

Pravilo 7 - Pres akreditacija

7.1 Prava:

IFBB zadržava pravo da kontroliše bilo koju i sve pres akreditacije, bez obzira da li se akreditacija odnosi na televiziju, radio, internet, štampane medije, fotografije ili druge medije, na Međunarodnim takmičenjima.

7.2 Pres propusnice:

IFBB i / ili njegov zvaničnik, odgovoran je za pres propusnice koje su namenjene samo za izabrano osoblje iz medija. Tokom Prejudiciranja i finala, samo oni pojedinci koji poseduju važeće pres propusnice prolaze i imaju dozvoljeni pristup na konferencijama koje su namenjene za pres organizacije. Glavni funkcioner IFBB-a može da odbaci bilo kog pojedinca iz pres prostora uz navedeno obrazloženje razloga izbacivanja.

7.3 Pokrivenost događaja:

Posedovanje pres propusnice ne daje pravo nosiocu da pokrije svako Međunarodno takmičenje iz pres oblasti. Dozvola za pokrivanje takmičenja se mora dobiti na takmičenju-po-takmičenju na osnovu akreditacije uz osnovu koja je normalno dobio onaj koji je prvi došao, prvi izvršio postavljene obaveze.

Pravilo 8 - Kvalifikacije za učesće na međunarodnim takmičenjima

8.1 Izbor:

Samo Nacionalne federacije koje su uredno registrovane kod IFBB imaju pravo da učestvuju na Međunarodnim takmičenjima. Svaka zemlja koja nije povezana sa IFBB-om, ili bilo koja zemlja

koja je povezana, ali se trenutno nalazi pod suspenzijom ili diskvalifikacijom, isto važi i za bilo kog sportistu koji se nalazi pod suspenzijom IFBB ili Nacionalne federacije, tako da im nije dozvoljeno učestvovanje u bilo kom Međunarodnom takmičenju na celom svetu.

8.2 Državljanstvo:

Da bi se kvalifikovao za učešće na Međunarodnom takmičenju, sportista mora da bude državljanin, ili mora posedovati regulisan status imigranta ili pravno regulisan status rezidenta, u zemlji gde sportista namerava da nastupa. Na zahtev glavnog funkcionera IFBB-a, sportista mora da donese na uvid važeći pasoš ili imigrantske ili pravno rezidentno regulisane papire, ili drugi dokumentovani dokaz o statusu i državljanstvu od sadašnje zemlje koja se vodi kao njegovo prebivalište.

8.3 Dvojno državljanstvo:

Sportista, pošto je proglašen državljanin određene države, ili pravno regulisan imigrant ili stanovnik jedne zemlje ne može da konkuriše kao predstavnik neke druge zemlje bez pismene dozvole od Nacionalne federacije svoje zemlje u kojoj trenutno ima prebivalište. Sportistima nije dozvoljeno da se takmiče za dve različite zemlje u bilo kojoj datoj godini.

8.4 Pozivnice za takmičenje:

Organizatori imaju ovlašćenja da proslede pozivnice i pristupnice isključivo i samo preko Nacionalnih federacija. Organizatori neće direktno i pojedinačno pozivati sportiste iz druge zemlje, ili zemlje koja učestvuje na Međunarodnom takmičenju.

8.5 Odgovornosti sportista:

Pravilo 9 - Svetsko prvenstvo i ostala Međunarodna takmičenja

9.1 Garancija:

Organizatori Međunarodnih takmičenja moraju garantovati bezuslovno ulaz svim zemljama koje imaju pravo da učestvuju i svim sportistima koji imaju pravo da konkurišu.

9.2 Namera o učestvovanju:

Nacionalne federacija mora unapred da obrazloži svoju nameru da želi da učestvuje na Međunarodnom takmičenju odmah po prijemu pozivnog pisma i / ili Preliminarnog obrasca za prijavu kako bi se omogućilo Organizatoru da pravilno isplanira i rasporedi svoj budžet za prevoz, smeštaj, hranu i druge troškove. Namera o učestvovanju, ukoliko je to moguće, treba da sadrži imena učesnika, sportista i delegata, međutim, ukoliko Nacionalne federacije nemaju prave podatke o sportistima i delegatima u vreme prijema pozivnog pisma i / ili Preliminarnog obrasca za prijavu, oni moraju unapred, faksom ili putem e-maila, direktno Organizatoru, poslati stvarni broj sportista i delegata najkasnije u roku od šezdeset dana pre datuma koji je određen za prejudiciranje, inače Nacionalne federacije mogu biti odgovorne sa punim učešćem u pokrivanju troškova samog učestvovanja na takmičenju. Konačni rok za prijavu mora biti prosleđen organizatoru najkasnije do drugog ponedeljak pre datuma koji je određen za prejudiciranje i mora da sadrži sve detalje o svakom pojedinačnom učesniku. Tačan datum za povratak preliminarog i finalnog unosa obavlja se samo prvi put u svojoj sportskoj karijeri samo. Sportisti, koji su se već predstavljali za bilo koju zemlju, mogu da promene zemlju koju predstavljaju osim gde je drugačije navedeno, tako da sportista ne može da učestvuje na Međunarodnom takmičenju bez prethodnog odobrenja njegove ili njene Nacionalne federacije. Sportisti je zabranjeno da direktno kontaktira sa Organizatorom radi dobijanja statusa učesnika.

8.6 Vanredne i / ili izuzetne okolnosti:

Gde se zahteva dokazivanje vanrednih i / ili izuzetnih okolnosti, IFBB može da odobri učešće pojedinih sportista na takmičenjima koji su prethodno bili sankcionisani ili priznati od strane IFBB kada je na ili u vreme takmičenja, Nacionalne federacija sportiste u sukobu, sporu i / ili

debati koja još uvek nije rešena konačnom odlukom IFBB sa istim IFBB obrascem će biti napisan na formularu. Konačni rok za prijavu će sadržati broj pasoša i ime, na engleskom i kako je napisano u pasošu, i to svih svih sportista, delegata i sudija koji učestvuju u takmičenju. Nacionalnihžže federacije koje ne ispunjavaju navedeni krajnji datum kao rok za prijavu mogu se smatrati nepodobnim za učešće na takmičenju, ili možda može biti zatraženo i njihovo pokrivanje troškova samog učešća plaćanjem kompletnog paketa troškova za njihove sportiste i zvaničnike iako nisu prisustvovali takmičenju do njegovog samog kraja.

9.3

Odgovornosti Izvršnog veća:

Organizator svetskog, kontinentalnog ili drugih međunarodnih takmičenja, koji zahteva prisustvo člana ili članova Izvršnog veća, koji moraju se obavežu da će pokrivati troškove biznis-ekonomske klase putovanja, kao i smeštaja i obroka kao troškova za ove pojedince, ili pojedinaca, za vreme trajanja manifestacije. Organizator Svetskog prvenstva u bodibildingu za muškarce i Međunarodnu skupštinu kojima će se obavezati da pokrije troškove jednosobnog smeštaja i ishrane (doručak, ručak i večera) za članove Izvršnog veća i njihovih supružnika (gde je to primenljivo) za vreme trajanja manifestacije.

9.4 Odgovornosti prema sportistima i delegatima:

Organizator Svetskog prvenstva će se obavezati da pokrije troškove dvosobnih soba i obroka (doručak, ručak i večera) za sportiste i delegata na sledeći način:

1. Svetsko prvenstvo u bodibildingu za muškarce:

Za pet dana (četiri noćenja) po sledećem rasporedu:

A. Tri ili više takmičara - dva delegata

B. Jedan ili dva takmičara - jedan delegat

Napomena 1: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara prvog tima po Nacionalnoj federaciji ne može imati veći broj kategorija nego koje su dodeljno na ovim prvenstvima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u jednoj kategoriji.

Napomena 2: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara prvog tima po Nacionalnoj federaciji u jednoj disciplini ne može biti veći od broja kategorija u disciplini.

Napomena 3: Osim ukoliko je drugačije navedeno, maksimalno osam takmičara je dozvoljeno u jednom timu (osam muškaraca bodibildera), i da će biti prihvaćene Nacionalne federacije sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u jednoj kategoriji.

Napomena 4: Delegati bez sportista će biti odgovorni da po punoj ceni plate za njihovo učešće na ovom događaju.

Napomena 5: Po dogovoru između IFBB-a i Organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena kao deo takmičenja.

2. Svetsko prvenstvo žena u bodibildingu, fitnessu i bodifitnessu i SP u fitnessu za muškarce:

Za četiri dana (tri noćenja) po sledećem rasporedu:

A. Tri ili više takmičara - dva delegata

B. Jedan ili dva takmičara - jedan delegat

Napomena 1: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara prvog tima po Nacionalnoj federaciji ne može imati veći broj kategorija nego koje su dodeljno na ovim prvenstvima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u jednoj kategoriji.

Napomena 2: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara prvog tima po Nacionalnoj federaciji u jednoj disciplini ne može biti veći od broja kategorija u disciplini.

Napomena 3: Maksimalno devet takmičara je dozvoljeno po timu (dva ženska bodibildera, dve za

fitness, četiri za ženski bodifitnes i jedan muškarac koji se takmiči u fitnessu) će biti prihvaćeni po Nacionalnoj federaciji sa najviše dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u jednoj kategoriji.

Napomena 4: Delegati bez sportista će biti odgovorni da po punoj ceni plate za njihovo učešće na ovom događaju.

Napomena 5: Po dogovoru između IFBB-a i Organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena kao deo takmičenja.

3. Svetsko prvenstvo juniora i seniora u bodibildingu, fitnessu i bodifitnesu:

Za četiri dana (tri noćenja) po sledećem rasporedu:

A. Tri ili više takmičara - dva delegata

B. Jedan ili dva takmičara - jedan delegat

Napomena 1: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara prvog tima po Nacionalnoj federaciji ne može imati veći broj kategorija nego koje su dodeljno na ovim prvenstvima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u jednoj kategoriji.

Napomena 2: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara prvog tima po Nacionalnoj federaciji u jednoj disciplini ne može biti veći od broja kategorija u disciplini.

Napomena 3: Maksimalno devetnaest takmičara u prvom timu (jedna juniorka u bodibildingu, dva juniora u bodibildingu, dve juniorke u fitnessu, jedan junior u fitnessu, dve juniorke za bodifitnes, jedan junior u kategoriji klasičnih bodibildera, jedan senior u kategoriji bodibildera, sedam seniora u kategoriji bodibildera, jedan senior u kategoriji klasičnih bodibildera, jedna seniorka u kategoriji bodifitnesa) će biti prihvaćen kao jedna Nacionalne federacije sa najviše dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj drugoj kategoriji.

Napomena 4: Delegati bez sportista će biti odgovorni da po punoj ceni plate za njihovo učešće na ovom događaju.

Napomena 5: Po dogovoru između IFBB-a i Organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena kao deo takmičenja.

4. Juniori koji se takmiče u bodibildingu, imaju Nacionalnu federaciju koja može učestvovati na takmičenja sa maksimalno dva takmičara prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

5. Juniorke koje se takmiče u bodibildingu, imaju Nacionalnu federaciju koja može učestvovati na takmičenja sa maksimalno jednom takmičarkom iz prvog tima.

6. Osim gde je drugačije naznačeno, u muškom bodibildingu, svaka Nacionalne federacije može ući sa prvim timom sastavljenim do maksimalno osam takmičara, uz maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

7. U bodibildingu za žene, svaka Nacionalne federacije može učestvovati sa maksimalno dva takmičara prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

8. U bodibildingu za seniore, svaka Nacionalne federacije može učestvovati sa najviše sedam takmičara iz prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

9. U bodibildingu za seniorke, svaka Nacionalne federacije može učestvovati sa najviše jednom takmičarkom iz prvog tima.

10. Bodibilding za mešovite parove trenutno nije otvoren na nivou Svetskog prvenstva; međutim, Kontinentalna i Nacionalne federacije može, po sopstvenom nahođenju, da bude domaćin takmičenju i za mešovite parove.

11. Na juniorskom takmičenju u fitnessu za muškarce, svaka Nacionalne federacije može

učestvovati sa najviše jednim takmičarem iz prvog tima.

12. Na juniorskom takmičenju u fitnessu za devojke, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa najviše dva takmičara iz prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

13. U muškom fitnessu, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa najviše jednim takmičarem iz prvog tima.

14. U ženskom fitnessu, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa maksimalno dve takmičarke iz prvog tima, sa maksimalno dva takmičarke kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

15. U juniorskom bodifitnessu za devojke, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa najviše dva takmičarke iz prvog tima, sa maksimalno dve takmičarke kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

16. U ženskom bodifitnessu, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa maksimalno četiri takmičarke iz prvog tima, sa maksimalno dve takmičarke kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

17. U bodifitnessu za seniorke, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa maksimalno jednom takmičarkom iz prvog tima.

18. U juniorskom klasičnom bodibildingu za muškarce, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa maksimalno jednim takmičarem iz prvog tima.

19. U klasičnom bodibildingu za muškarce, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa maksimalno četiri takmičara iz prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

19a. U klasičnom bodibildingu za seniore, svaka Nacionalne federacija može da učestvuje sa maksimalno jednim takmičarem iz prvog tima.

20. Svetsko prvenstvo, domaćin organizuje tako da Nacionalne federacija može da učestvuje i sa trećim timom, tako da on ne prelazi broj takmičara u prvom timu, od kojih članovi tima mogu da konkurišu za pojedinačna mesta, nagrade, medalje i trofeje, međutim, njihovi rezultati neće biti računati za nagradu kao „Najbolja reprezentacija“.

21. Bilo koji dodatni delegati iz Nacionalne federacije, bez obzira da li su VIP, specijalni gosti, funkcioneri, sudije, treneri, pomoćni treneri, navijači ili drugi pojedinci koji, pored za one koji su navedeni u ovom pravilu, moraju da preuzmu odgovornost i pokriju sve svoje troškove.

9.5 Prvi i drugi tim:

IFBB, u saradnji sa Kontinentalnim, Regionalnim i Nacionalnim federacijama, i u interesu daljeg razvoja fitnessa i bodibildinga kao sporta, ovim putem dajemo obaveštenje o pravilima koja regulišu takmičare prvog i drugog tima na Svetskom prvenstvu.

PRVI TIM

1. Svaka Nacionalne federacija može prijaviti prvi tim. Maksimalno dozvoljen broj takmičara u prvom timu će biti jednak ukupnom broju kategorija koje su uspostavljene na prvenstvenom takmičenju.

2. Maksimalno dozvoljen broj takmičara iz prvog tima po Nacionalnoj federaciji u bilo kojoj kategoriji ne sme da prelazi dva (2). Maksimalan dozvoljeni broj takmičara iz prvog tima po Nacionalnoj federaciji u bilo kojoj disciplini ne sme prelaziti broj kategorija u toj disciplini.

3. U skladu sa važećim pravilima IFBB, Organizator će obezbediti besplatni dodatni smeštaj, ishranu, prevoz na licu mesta, kao i pristup prejudiciranju, finalu i oproštajnom banketu za sve takmičare iz prvih timova.

4. Svaka Nacionalne federacija će platiti kotizacija za svakog takmičara iz svog prvog tima.
5. Takmičari iz prvog tima će se takmičiti za nagrade i plasmane, uključujući i nagradu za Najbolju reprezentaciju.
6. Nacionalne federacija mora da u potpunosti objavi i registruje sve takmičare svog prvog tima preko Obrasca za pristup i mora registrovati u zvaničnom hotelu gde su odseli takmičari iz prvog tima, ne bilo koji; neprijavljeni takmičar može biti pozvan na odgovornost da sam snosi svoje troškove.

DRUGI TIM

1. Svaka Nacionalne federacija može da prijavi drugi tim. Ukoliko nije drugačije navedeno, maksimalno dozvoljen broj takmičara u drugom timu ne sme da prelazi broj onih koji se nalaze u šrvom timu, osim u kategoriji seniora, gde je broj takmičara iz drugog tima neograničen.
2. Ukoliko nije drugačije navedeno, maksimalno dozvoljen broj takmičara iz drugog tima po Nacionalnoj federaciji, u jednoj kategoriji ne sme da prelazi dva (2), osim u kategoriji seniora. Maksimalno dozvoljeni takmičara iz drugog tima po Nacionalnoj federaciji u jednoj disciplini ne sme prelaziti broj kategorija u toj disciplini, osim u kategoriji seniora.
3. Nacionalne federacija je dužna je da plati komplet troškova za svakog takmičara iz drugog tima. Ovaj komplet se sastoji od smeštaja takmičara, ishrane, prevoza do lica mesta, kao i pristup prejudiciranju, finalu i oproštajnom banketu.
4. Kotizacija za takmičare iz drugog tima će biti uključeni po posebnom režimu kompletnog paketa usluga.
5. Takmičari iz drugog tima će se takmičiti za nagrade i plasmane, isključujući i nagrade za Najbolju reprezentaciju.
6. Nacionalne federacija mora u potpunosti da odredi sve takmičare drugog tima na Obrascu za prijavu i moraju da se registruju svi takmičari iz drugog tima na prijavnici zvaničnog hotela, inače se svaki neprijavljeni borac može pozvati na odgovornost za sve njegove ili njene troškove.
7. Ukoliko Nacionalne federacija ne objavi zvaničnu listu takmičara iz drugog tima pre kraja zvanične registracije, federacija će biti diskvalifikovana iz takmičenja za nagradu Najbolja reprezentacija.

9.6 Specijalan paket usluga:

Organizator događaja će obezbediti dva odvojena posebna paketa kao što sledi:

1. **KOMPLETAN PAKET USLUGA:** smeštaj, hrana, prevoz do lica mesta*, karte za prejudiciranje, finale i oproštajni banket.
2. **PARCIJALNI PAKET USLUGA:** prevoz do lica mesta*, karte za prejudiciranje, finale i oproštajni banket.

* Ograničen prevoz između zvaničnog aerodroma i zvaničnog hotela po dolasku i odlasku između lokacije objekta na kome se održava takmičenje i zvaničnog hotela za potrebe prejudiciranja i finala, i, gde je to primenjivo, do lokacije oproštajnog banketa i zvaničnog hotela.

Pravilo 10 – Lokacijski zahtevi za prejudiciranje i finale

10.1 Opšti principi:

Sva međunarodna takmičenja će se održati, gde god je to moguće, na lokaciji koja ima oblik koji je sličan pozorišnom uz odgovarajuću veličinu bine, profesionalno osvetljenje i zvuk, i nivoa sedišta za publiku. Organizator mora da obrati posebnu pažnju na sledeće kritične zahteve:

1. Scenografija:

Žiri bi trebao da bude na platou koji je podignut na optimalnu visinu od 80 cm. Ukoliko je lokacija održavanja velika, sa ujednačenim nivoima za sedenje, scena mora biti na optimalnoj visini od 1 metra. Ukoliko scena ima veću visinu od navedene, sudijske stolice moraju biti tako pozicionirane tako da im daju pun pregled svih takmičara.

Vrhovi scene treba da budu pokriveni zavesama blago sive boje i prednje i bočne strane mogu biti nabrane zavesice, paneli ili slike.

2. Pozadina:

Scenska pozadina treba da bude neutralna, ne odvlačeći pažnju zbog boje, po mogućstvu bi trebalo da bude tamnoplava ili crna. Pored toga mora biti prikazan i IFBB logo i ime događaja kao i logo Federacije koja je organizovala takmičenje takođe mogu biti prikazane na ovom području, međutim, ne bi trebalo da bude smešten u takvom položaju da skrene pažnju ili mišljenje sudija ili fotografa. Organizator ne sme dozvoliti da bimo i / ili baneri koji se prikazuju na ovim mestima, međutim, bimo i / ili baneri mogu visiti sa prednje ivice bine, sa jedne ili obe prednje strane bine, zajedno sa prednje strane postolja za poziranje, ili duž prednje ivice bine, i / ili na bilo kom drugom mestu koja ne ometa sudijski i fotografski pogled na takmičare.

3. Zvuk:

Zvučni sistem mora biti takvog kvaliteta kako bi se osiguralo da takmičarska muziku bude reprodukovana na najbolji profesionalan način. Organizator će takođe biti odgovoran da obezbedi da svaki takmičar ima muziku koja počinje tačno tamo gde treba i na znak. Gde je to moguće, potrebno je koristiti i audio sistem kontrole / tonac treba da se nalazi u bekstejdžu, na istoj strani scene gde će i takmičar ući, obično na levoj strani bine (kada se gleda sprema). Mikrofon se moraju obezbediti za predsedavajućeg IFBB sudiju, organizatora ceremonije i za voditelja čitavog programa (po mogućstvu bežični - mikrofoni).

4. Osvetljenje:

Bina će biti obezbeđena sa tri postavljana seta za rasvetu. Prvi je potreban za osvetljavanje kompletne postave svih takmičara, kada se svi pojave po prvi put ispred sudija. Drugi set mora biti usmeren ka postolju za poziranje uz pojedinačno postavljene rutine. Treći moraju pokriti pet takmičara na postolju tokom poziranja u obaveznim pozama i tokom minuta slobodnog poziranja. IFBB ima posebne rasvetne specifikacije koje zahtevaju 1000 W po stopi scenskog podijuma ili dužine prostora za poziranje, viseći ispred bine pod uglom od oko 45°; 500 W po stopi od podijuma, ili dužine prostora za poziranje, viseći bine pod uglom od oko 65° i 500 W po dve stope scenskog podijuma ili dužine prostora za poziranje zadnjeg reflektora koji se nalazi u nivou podijuma. Ukoliko ovo drugo osvetljenje nije moguće, svetla mogu biti postavljena na obe prednje strane bine.

5. Sedišta:

Organizator mora da obezbedi da sve sudije i svaki gledalac ima jasan i bez preperaka jasno vidljive pune figure svih takmičara koji stoje na bini. Sudije i statističari moraju da sede što dalje od gledalaca. Fotografi i televizijsko i / ili snimateljsko osoblje ne smeju da ometaju pogled sudija ili gledalaca.

6. Voditelj:

Organizator ceremonije igra značajnu ulogu dajući jasnu sliku koju IFBB želi da predstavi široj javnosti na svim Međunarodnim takmičenjima. Iz tog razloga, OC treba da ima iskustva u ranije održanim javnim govorima, ili da se udobno snalazi u svojoj ulozi kao „moderator“ ispred publike, i mora biti vičan u snalaženju sa neobičnim situacijama. OC treba da ima neki oblik

manje katedre sa mikrofonom, koja se nalazi na strani pozornice sa koje takmičari ulaze. Takmičari treba da ulaze sa leva na desno do izlaza (kada se gleda spređa).

7. Prostor za zagrevanje takmičara:

Organizator će obezbediti svlačionice i kupatila / tuš-kabine za takmičare. Pored svlačionice i pre izlaska na binu, trebalo bi da se tu nađe i prostor u kom službeno lice može okupiti sve takmičare kako bi ih sproveo do scene. U službeniom prostoru, Organizator mora obezbediti adekvatnu opremu za zagrevanje takmičara pre njihovog scenskog nastupa. Trebalo bi da postoje šipke sa različitim težinama, više pari tegova-bučica za vežbanje sa različitim težinama, podesive klupe, itd.

8. Inspekcija:

Glavni sudija IFBB treba da obavi kontrolu lokacije koja je namenjena kao takmičarski objekat pre početak prejudiciranja, u cilju utvrđivanja spremnosti objekta.

9. Komunikacije:

Organizator će biti odgovoran za obezbeđivanjem dovoljnom količinom adekvatne komunikacione opreme (npr. slušalice / mikrofoni, voki-toki) za održavanje komunikacije sa službenim licima koja se nalaze u bekstejdžu.

10. Kancelarija / fotokopir:

Organizator će biti odgovoran za obezbeđivanje kancelarije u kompletu sa računarom / štampačem i fotokopir aparatom za korišćenje od strane IFBB-a tokom trajanja Međunarodnog takmičenja.

11. Voda / peškiri:

Organizator će obezbediti dovoljne količine vode i peškira za korišćenje, iza scene preko svojih izvršilaca do sportista.

12. Hitna pomoć:

Organizator će obezbediti da medicinsko osoblje i sanitetski prevoz budu dostupni za korišćenje tokom celog trajanja prejudiciranja.

13. Pristup bekstejdžu / pristup svlačionici:

Pristup bekstejdžu / pristup svlačionici je strogo ograničen na najbitnije osoblje. Neće biti dozvoljen ulaz supružnicima, momcima, devojkama, članovima porodice ili rodbine. Treneri i pomoćni treneri koji pomažu sportisti u prostoru svlačionice moraju biti istog pola kao i sportista kome pomažu. Ni u kom slučaju se treneru, pomoćniku trenera ili bilo kom drugom pojedincu neće biti dozvoljeno da uđu u svlačionicu da pomognu bilo kom takmičaru koji je suprotnog pola.

14. Fotoaparati / video snimci:

Kamere i video snimci su strogo zabranjeni u prostoru bekstejdža / u prostoru svlačionice, osim kada se koristi od strane propisno označenog pres osoblja i, u svakom slučaju, ovi uređaji su strogo zabranjeni u prostoru svlačionica.

15. Kontrola pristupa:

IFBB zadržava pravo da kontroliše pristup oblasti bekstejdža tokom prejudiciranja. IFBB može da izda propusnice za kontrolu pristupa (zelene karte) za svaku Nacionalnu federaciju. Ove propusnice će normalno biti distribuirane na susretima timskih menadžera, koji se održava neposredno pre zvanične registracije sportista.

Pravilo 11 – Zvanična registracija sportista: merenje težine i / ili merenje visine

11.1 Zvanična registracija sportista: merenje težine i / ili merenje visine:

Zvanična registracija sportista (merenje težine i / ili merenje visine) na svim Međunarodnim

takmičenjima će biti pod kontrolom glavnog sudije IFBB-a i biće nprmalno sprovedena na sledeći način:

1. Svi takmičari, bez obzira na kategoriju, su obavezni da se pristupe Zvaničnoj registraciji sportista koje se obično održava na dan pre prejudiciranja. Bilo koji takmičar koji ne prisustvuje Zvaničnoj registraciji sportista u određeno vreme može biti eliminisan iz daljeg takmičenja.

2. Svaki tim se predstavlja na takmičenju, bez obzira na njegov broj, biće ispraćena Zvaničnom registracijom sportista preko njenog glavnog delegata, ili preko drugog ovlašćenog predstavnika.

3. Svi takmičari će se predstaviti u istim odevnim kominacijama koje će takođe opet poneti tokom prejudiciranja i finala, tako da glavni sudija IFBB-a može da utvrdi da je odelo u kojem takmičari poziraju ispunilo prihvaćene standarde u IFBB-i.

4. Organizator će obezbediti odgovarajući prostor za Zvaničnu registraciju sportista u koji će biti sertifikovana mašina za merenje, baždarena u kilogramima, kao i jedna rezervna mašina za merenje, koja treba da bude dostupna takmičarima pre Zvanične registracije sportista, tako da oni mogu da provere svoju težinu; stolove i stolice za sudijskog sekretara i pomoćnika, kao i odgovarajući broj stolica za takmičare i delegate. Merni uređaj će takođe biti dostupan za merenje visine.

5. Svi takmičari će morati da imaju u svom posedu, u vreme Zvanične registracije sportista, sledeće stavke:

a. Važeći pasoš ili

b. Izvod o državljanstvu (npr.: rodni list), ili

c. Važeće imigrantske ili pravno rezidentne papire i

d. Muziku na CD-u, sa uvučenom plastičnom zaštitom slučaj sa imenom takmičara koji je zalepljen na predmet i CD, a muzika bude pravilno označena pred početak naslovne pesme.

Napomena:

Na juniorskim i seniorskim prvenstvima, ukoliko dan, mesec i godina rođenja nisu navedeni u pasošu ili ostalim dokumentima, sportista će morati da nabavi neki pravni dokument kao potvrdu identiteta za sve ove navedene podatke

6. Postoji osam kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za muškarce, prema sledećem rasporedu:

a. Polu-laka: do i uključujući 65 kg.

b. Laka: do i uključujući 70 kg.

c. Velter: do i uključujući 75 kg.

d. Polu-srednja: do i uključujući 80 kg.

e. Srednja do i uključujući 85 kg.

f. Polu-teška: do i uključujući 90 kg.

g. Teška: do i uključujući 100 kg.

h. Super-teška kategorija: preko 100 kg.

7. Postoje dve kategorije svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za žene, prema sledećem rasporedu:

a. Laka: do i uključujući 55 kg.

b. Teška: preko 55 kg.

8. Postoje 2 kategorije svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za juniore, prema sledećem rasporedu:

a. Laka: do i uključujući 75 kg.

b. Teška: preko 75 kg.

9. Postoji jedna apsolutna kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za juniorke.

10. Postoji sedam kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za seniore, prema sledećem rasporedu:

Isključivo od 40 do 49 godina starosti:

- a. Laka: do i uključujući 70 kg.
- b. Srednja: do i uključujući 80 kg.
- c. Polu-teška: do i uključujući 90 kg.
- d. Teška: preko 90 kg.

Isključivo od 50 do 59 godina starosti:

- a. Srednja: do i uključujući 80 kg.
- b. Teška: preko 80 kg.

Od 60 godina i stariji:

Jedna apsolutna kategorija

10a. Postoji jedna apsolutna kategorija svetskog ranga klasičnog bodibilding takmičenja seniora (od 40 godina starosti i stariji) sa sledećim ograničenjima telesne težine:

Do i uključujući 170 cm

Maksimalna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 2 [kg]

Do i uključujući 175 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 4 [kg]

Do i uključujući 180cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 6 [kg]

Do i uključujući 190 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 8 [kg]

Do i uključujući 198 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 9 [kg]

Preko 198 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 10 [kg]

11. Postoji jedna apsolutna kategorija svetskog ranga bodibilding takmičenja seniorki (od 35 godina i stariji).

12. Postoje dve kategorije svetskog ranga fitnes takmičenja za seniorke, prema sledećem rasporedu:

- a. Klasa A: do i uključujući. 163 cm
- b. Klasa B: preko 163 cm

13. Postoje dve kategorije svetskog ranga takmičenja u fitnessu za juniorke, prema sledećem rasporedu:

- a. Klasa A: do i uključujući 163 cm
- b. Klasa B: preko 163 cm

14. Postoje četiri kategorije svetskog ranga takmičenja u bodifitnesu za seniorke, prema sledećem rasporedu:

- a. Klasa A: do i uključujući 158 cm
- b. Klasa B: do i uključujući 163 cm
- c. Klasa C: do i uključujući 168 cm
- d. Klasa D: preko 168 cm

15. Postoje dve kategorije svetskog ranga takmičenja u bodifitnesu za juniorke, prema sledećem rasporedu:

- a. Klasa A: do i uključujući 163 cm
- b. Klasa B: preko 163 cm

16. Postoji jedna apsolutna kategorija svetskog ranga takmičenja u bodifitnesu za seniorke.

17. Postoji jedna otvorena kategorija svetskog ranga takmičenja u fitnesu za juniore.

Maksimalna telesna težina [kg] = visina [cm] - 100 [kg]

18. Postoji jedna apsolutna kategorija u fitnesu za muškarce, sa sledećim ograničenjima u telesnim težinama:

Do i uključujući 170 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 1 [kg]

Do i uključujući 175 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 2 [kg]

Do i uključujući 180 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 3 [kg]

Do i uključujući 190 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 4 [kg]

Do i uključujući 198 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 4.5 [kg]

Preko 198 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 5 [kg]

19. Postoji jedna apsolutna kategorija u klasičnom bodibildingu za juniore, sa sledećim ograničenjima prema telesnoj težini:

Do i uključujući 170 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 1 [kg]

Do i uključujući 175 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 2 [kg]

Do i uključujući 180 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 3 [kg]

Do i uključujući 190 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 4 [kg]

Do i uključujući 198 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 4.5 [kg]

Preko 198 cm:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 5 [kg]

20. Postoje četiri kategorije u klasičnom bodibildingu za seniore, prema sledećem rasporedu:

Do i uključujući 170 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 2 [kg]

Do i uključujući 175 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 4 [kg]

Do i uključujući 180cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 6 [kg]

Preko 180 cm

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 8 [kg]

Napomena 1: Za takmičare sa telesnom visinom preko 190 cm i do i uključujući 198 cm, sledeća formula će se koristiti:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 9 [kg]

Napomena 2: Za takmičare sa telesnom visinom preko 198 cm, sledeća formula će se koristiti:

Maksimalna telesna težina [kg] = (visina [cm] - 100) + 10 [kg]

Napomena 3: Svi takmičari iz napomena 1 i 2 će učestvovati u kategoriji Preko 180 cm.

21. Vreme početka zvanične registracije sportista biće objavljen od strane organizatora. Svi takmičari, bez obzira na kategoriju, moraju biti prisutni na Zvaničnoj registraciji sportista na objavljeno vreme početka.
22. Bilo koji takmičar koji se ne prijavi u roku rokova za njegovu ili njenu kategoriju može biti eliminisan/a iz daljeg takmičenja.
23. Bilo koji takmičar koji nema adekvatnu težinu će imati najviše do trideset minuta da je i dostigne. Ukoliko, iz bilo kog razloga, se takmičar ne vrati u roku od trideset minuta, on ili ona će biti eliminisan/a iz daljeg takmičenja. Opterećenje je na takmičaru da se vrati u navedenom roku, a IFBB nije u obavezi da upućuje upozorenje pre isteka vremena ili da sprovodi potragu za samim takmičarem / takmičarkom.
24. Takmičar koji ima težinu koja prevazilazi njegovu odabranu kategoriju može da izabere da se takmiči u sledećoj višoj kategoriji, pod uslovom da ne dovodi do većeg broja od maksimalno dozvoljeni broja takmičara iz iste Nacionalne federacije u toj kategoriji.
25. Glavni sudija IFBB i njegov pomoćnik (pomoćnici) će kontrolisati mašine za merenje i uređaja za merenje i provere telesne težine i / ili visinu svakog takmičara, počev od najmanje kategorije telesne težine / visine i tako sve do najviše kategorije.
26. Svi takmičari moraju da poseduju važeći pasoš, inače takmičar neće biti registrovan.
27. Sudijski sekretar i njegov pomoćnik (pomoćnici), će sastaviti listu svih takmičara po kategoriji, kada njihove telesne mase i / ili visine budu verifikovane od strane glavnog sudije IFBB koji će potom pripremiti fotokopije ovih lista za predsednika žirija IFBB, za glavnog ceremonijal organizatora IFBB-a i njegovog ili njenog pomoćnika, vodeći delegati za Nacionalne federacije, organizatora ceremonije, za različito medijsko osoblje koje trenutno prisustvuje i za druga lica po potrebi.
28. Tokom Zvanične registracije sportista, članovi žirija IFBB će određivati redosled kojim će se takmičari pojavljivati ispred žirija. Sudijski sekretar ili pomoćnik, će doneti svakom takmičaru takmičarski broj, kao broj koji je nasumično odabran od strane sportiste i koji će nakon toga odgovarati redosled kojim takmičar treba da se pojavi ispred žirija. Ovaj broj mora da bude priložen sa leve strane prilikom poziranja, ili bikini, i moraju da se nose tokom prejudiciranja i finala.
29. Svi takmičari će biti u obavezi da predaju svoje muzičke CD-ove, pravilno naznačeni za početak muzike, uz Zvaničnu registraciju sportista, tako da CD mora biti smešten u zaštitni plastični predmet sa imenom takmičara koji je zalepljen na predmet sa CD-om. Sudijski sekretar ili pomoćnik, će zalepiti na muzički CD, broj koji odgovara istom broju koji je takmičaru dat da priložite pre njegovog ili njenog poziranja u odelu.
30. Upotreba bezbožničkog, vulgarnog ili uvredljivog jezika u sklopu muzike koja se koristi za poziranje je zabranjena. Ukoliko takmičar koristi takav jezik tokom njegovog ili njenog poziranja ili muzike, glavni sudija IFBB-a će takvu muziku odmah zaustaviti i direktno naložiti takmičaru da napusti binu. Takmičaru neće biti data još jedna prilika da ponovi svoje rutinsko poziranje.
31. U vreme zvanične registracije sportiste, juniorski ili seniorski takmičar mora priložiti dokumentarne dokaze sa njegovim datumom rođenja (npr.: pasoš, izvod iz matične knjige rođenih, itd.)
32. Sportista, muško ili žensko, mogu da konkurišu kao JUNIORSKI takmičari do i uključujući i 31. decembra godine u kojoj sportista proslavi svoj 21. rođendan.
33. Sportista:
 - Mogu da konkurišu kao glavni konkurent u kategoriji 40-49 godina, od 1. januara godine u kojoj sportista dostigne svoj 40. rođendan do 31. decembra u kojoj sportista dostiže 49

godina. Od 1. januara iduće godine, on može da konkuriše samo u kategoriji od 50-59 godina starosti.

- Mogu da konkurišu kao SENIORSKI takmičari u kategoriji od 50-59 godina, od 1. januara godine u kojoj sportista dostiže svoj 50. rođendan do 31. decembra u kojoj sportista puni 59 godina. Od 1. januara iduće godine, on može da konkuriše samo u kategoriji preko 60 godina.

- Mogu da konkurišu kao glavni konkurent u kategoriji preko 60 godina starosti od 1. januara godine u kojoj sportista dostigne svoj 60. rođendan.

34. Sportista mogu da konkurišu kao glavni konkurent od 1. januara na godine, u kojoj sportista dostigne njegov 35. rođendan.

35. Bilo koji takmičar, pošto je zvanično nominovan od strane svoje Nacionalne federacija za učešće u međunarodnoj konkurenciji, i koji je zapravo prisutan na samom događaju, koji je kasnije odustao od događaja, iz bilo kog razloga, bez izričite dozvole glavnog sudije IFBB-a, može biti suspendovan na period do jedne godine i njegova ili njena Nacionalne federacija može biti kažnjena sa novčanom kaznom do 1.000 evra.

36. Medijsko izuzeće od odgovornosti:

Sa registracijom kao takmičara na međunarodnom takmičenju takmičar pristaje da njegove lične i / ili stvari mogu biti snimane, fotografisane i / ili na drugi način snimljene, elektronskim ili drugim sredstvima za korišćenje od strane IFBB i promovisane preko IFBB i bodibilding sporta, fitnesa i bodifitnesa.

37. Kontrola pristupa:

IFBB zadržava pravo da kontroliše pristup Zvaničnoj registraciji sportista (merenju težine i / ili merenju visine). IFBB može da izda jednu ili više pristupnih, kontrolnih propusnica (zelenih karti) za svaku Nacionalnu federaciju. Ove propusnice će normalno biti distribuirane na sastanku timskih menadžera, koji se odvija neposredno pre Zvanične registracije sportista, kao što sledi:

a. Do 5 takmičara - 1 zelena karta

b. Do 10 takmičara - 2 zelene karte

* Zelena karta omogućava ograničen pristup određenim lokacijama i ne oslobađa nosioca zahteva od karata za prejudiciranje i finalne i / ili propusnice.

Pravilo 12 - Doping kontrole

12.1 Doping kontrole:

Doping kontrole će se sprovoditi pod nadzorom medicinske komisije IFBB-a, na svim međunarodnim takmičenjima. Testiranje će se rukovoditi i biće sprovedeno u skladu sa, IFBB antidoping pravilima, koja su u skladu sa odredbama kodeksom Svetske anti-doping agencije (WADA).

12.2 Deklaracija:

Kao učesnik na Međunarodnom takmičenju, sportista pristaje da se pridržava IFBB pravilnika koji se odnosi na doping kontrole. Ukoliko sportista bude proglašen krivim za antidoping i ukoliko se dokaže da je došlo do kršenja pravila, sportista pristaje da prihvati bilo kakvu kaznu ili vrstu sankcija može se izrekne u skladu sa antidoping pravilnikom IFBB-a. Sportista se slaže da on ili ona mogu biti privremeno suspendovani odmah kada „A“ rezultati testiranja budu poznati.

12.3 Testiranje:

1. Tokom takmičenja testiranje će se vršiti na sledeći način:

a. SLUČAJNO: Određen broj sportista koji su izabrani slučajnim izborom za vreme takmičenja na primer, posle merenja težine i / ili merenja visine i Zvanične registracije sportista i / ili

b. PONDERISANO: Određeni broj sportista koji su izabrani slučajnim izborom iz redova

vrhunskih finalista npr., u finalu, i / ili

c. CILJANO: IFBB zadržava pravo na ciljano testiranje bilo kog sportiste.

2. Van konkurencije testiranje će se vršiti tokom 2009. godine iz skupa Zvanično registrovanih sportista, iz skupa koji će biti osnovan tokom 2008. godine, iz redova vrhunskih finalista na svim Svetskim prvenstvima IFBB-a.

12.4 Kontinentalne i Nacionalne federacije:

Doping kontrola na kontinentalni i nacionalnom nivou spada u nadležnost, i upravlja, odgovarajući kontinentalni ili Nacionalne federacije. Antidoping programi svih nacionalnih i kontinentalnih federacija mora biti u skladu sa odredbama antidoping pravilnika IFBB-a.

12.5 Saglasnost na testiranje za drogu i obrazac za odricanje od odgovornosti:

Svaki takmičar mora da popunite i potpiše pristanak na test za drogu i obrazac za odricanje od odgovornost koji je priložen kao Prilog 5 za ta pravila.

12.6 Informacijski formular o spostistima:

Svaki takmičar mora da popuni i potpiše obrazac sa informacijama o sportistima koji je priložen kao Prilog 6 na ta pravila.

12.7 Odgovornost:

Sve Nacionalne federacije i sportisti, sudije i zvaničnici su isključivo odgovorni za preostali tok i ispunjenje pravila tokom takmičenja. Nacionalne federacija i njihovi predstavnici su u potpunosti svesni da su sva ova pravila dostupna na IFBB službenom sajtu, www.ifbb.com. IFBB ne prihvata tvrdnju člana da zbog neznanja pravila bude razlog za suprotno delovanje na način koji je u potpunoj suprotnosti sa tim pravilima.

Pravilo 13 - Sudije

13.1 Opšti principi:

Sve sudije koje žele da sude na Međunarodnim takmičenjima moraju biti članovi pridruženim Nacionalnim federacijama i prvo moraju biti kvalifikovan da bi mogli uopšte da budu sudije na nacionalnom nivou pre testiranja njihovog načina suđenja ili prethodno iskustvo na Međunarodnom nivou.

13.2 Nacionalne sudijske licence:

Svaka Nacionalna federacija je odgovorna za izdavanje licence sudijama kao kvalifikovanim pojedincima u okviru svoje nadležnosti. Kontinentalne federacije su odgovorne za izdavanje sudijskih licenci na kontinentalnom nivou.

13.3 Nominacije za međunarodne sudijske licence (sudijski test):

Svaka Nacionalna federacija je odgovoran za kandidovanje kvalifikovanog domaćeg sudije koji je prethodno bio na potrebnom testiranju za sudije na međunarodnom nivou. Nacionalne federacija moraju da navedu krajnji rok za prijavu imena svih pojedinaca koji se imenuju za testiranje sudija koje treba da se pojave na takmičenju. Pojedinci koji traže dozvolu za testiranje sudija u pojedinačnom slučaju neće imati pravo da to i učine.

13.4 Procedure za sudijsko testiranje:

Zahtevi za sudijsko testiranje su sledeći:

13.4.1. Da biste dobili sudijsku licencu u bilo kom sudeći Svetskom prvenstvu, testiranje sudija mora uspešno završili prejudiciranjem radova iz kategorija po izboru glavnog sudije IFBB-a.

13.4.2. Testirani sudija je dužan da završi test radove samo za **Prejudiciranje**.

13.4.3. Organizator treba da pripremi stolice i stolove (ukoliko je to moguće) za testiranje

sudija. Ove stolice i stolovi treba da budu centrirano u odnosu na binu u redu samo iza sudijskog panela i fotografa. Ukoliko ovo podešavanje nije moguće, Organizator treba obezbedi na sredini (ili desni) deo prvog reda za testiranje sudija. Ova mesta će biti zauzeta samo tokom prejudiciranja.

13.5 Međunarodne sudijske licence:

Nakon uspešnog testiranja sudija (prosek tačnost bora biti najmanje 80%) potreban broj kategorija, a svaka kategorija ima najmanje dvanaest takmičara, i uz plaćanje naknade za jednokratne sudije, tako da će naknade biti u iznosu koja određuje s vremena na vreme od strane sudijskog skupa IFBB-a, pojedinac će dobiti izdatu IFBB međunarodnu licencu kao sudija i službenu sudijsku IFBB oznaku.

13.6 Suđenje na međunarodnim takmičenjima:

Svaki pojedinac koji želi da sudi na Međunarodnom takmičenju prvo mora posedovati važeće licence za IFBB međunarodne sudije i treba da je učestvovao najmanje 3 godine u Službenom sudijskom seminaru koji se održavao u organizaciji sudijske skupštine IFBB-a. Sudijske licence svih nominovanih sudija moraju biti predate sudijskoj skupštini IFBB-a, na tehničkom sastanku koji će se održati neposredno pre Zvanične registracije sportista i pre prejudiciranja. IFBB sudijska skupština će odabrati one pojedince za koje smatraju da su najkvalifikovaniji da rade na godišnjem sudskom panelu. Licence će im biti vraćene po završetku finala. Jednom izabrani za panela, sudija će morati da bude prisutan na kompletnom panelu odnosno tokom celog prejudiciranja i finala.

13.7 Određivanje krajnjeg roka za prijavu:

Nacionalna federacija mora da obezbedi do krajnjeg roka za prijavu imena svih pojedinaca koji se imenuju za sudije ovog takmičenja, inače pojedincima neće biti dozvoljeno suđenje.

13.8 Redovni sastav žirija:

Devet sudija obično imenuje sudijska skupština IFBB-a kako bi opslužili redovni sudijski panel. Svaki pokušaj koji je napravljen kako bi se osiguralo da sve kvalifikovane sudije koje su prisutne na tehničkoj konferenciji, imaju priliku da prisustvuju panelu i da sve zemlje podjednako i pravično budu zastupljene bez zemlje koje imaju dva ili više sudija na istom panelu. Tamo gde nije moguće da se imenuje devet sudija, imenuje se njih sedam. Ni u jednom trenutku broj sudija na panelu ne sme da bude manji od pet. Glavni sudija IFBB-a ima konačno ovlašćenje da odredi ko će se naći u sastavu sudijskog panela.

13.9 Alternativne sudije:

Glavni sudija IFBB-a može, po svom nahođenju, da omogući određeni broj alternativnih sudija, koji ne prelazi četiri, da sede za panelom.

13.10 Preciznost prilikom suđenja:

Sledeća pravila odnose se na tačnost suđenja:

1. Etički kodeks obavezuje sportskog zvaničnika da osigura da se svim sportistima sudi od strane najviše kvalifikovanih sudija koji su trenutno na raspolaganju. Sudijska skupština IFBB-a ovlašćena je da preduzme sve mere koje smatra neophodnim kako bi se osiguralo da ova obaveza bude ispunjena tako što ćete izabrati i odabrati samo one sudije koje zadovoljavaju ili premašuju minimum koji je prihvaćen kao standard za suđenje prema njihovoj tačnosti koja je odobrena od strane IFBB-a.

2. Minimalno prihvatljiv standard je ukupna prosečna ocena od **70** % na Prejudiciranju.

3. Tačnost suđenja se obračunava korišćenjem „metoda devijacije“. Ovaj metod izračunava „devijaciju“ između plasmana sudije kao pojedinca koji ocenjuje sportiste i plasman celog

redovnog sudijskog panela tog istog sportiste.

Pravilo 14 – Službena odela sudija i žirija

14.1 Službena odela:

Sudije će biti obučene na sledeći način:

1. Zvanična IFBB uniforma za muške sudije na svim međunarodnim takmičenjima se sastoji od plavog blejzera sa zvaničnim IFBB grbom koji se nalazi na levoj džepu, na grudima, svetlo plave ili bele košulje sa zvaničnom IFBB kravatom, crne svečane pantalone, crne čarape i crne svečane cipele.
2. Zvanična IFBB uniforma za ženske sudije na svim međunarodnim takmičenjima sastoji se od plavog blejzera sa zvaničnim IFBB grbom koji se nalazi na levom džepu na grudima, svetloplava ili bela bluza (zvanična IFBB kravata je opciona), siva suknja ili svečane pantalone, i crne svečane cipele.
3. Glavni sudija IFBB ima ovlašćenje da ukloni iz panela bilo kog sudiju koji nije pravilno obučen u zvaničnu uniformu IFBB-a.
4. IFBB može da usvoji opuštenu kodeks oblačenja na primer golf ili polo majica sa IFBB logotipom na levoj strani grudi, koju mogu nositi sudije, organizatori i drugi zvaničnici IFBB radnog dela takmičenja. Odluka o tome kada se nosi opuštena odeća donosi glavni zvaničnik IFBB-a od slučaja do slučaja, npr., u tropskim klimatskim uslovima ili toplim uslovima.

14.2 Zvaničnici:

Sledeći zvaničnici su potrebni radi obavljanja kontrole na međunarodnim takmičenjima:

1. glavni sudija IFBB-a;
2. scenski direktor IFBB-a
3. sudijski sekretar;
4. Sudije iz što je više različitih zemalja moguće, njihov broj mora biti u skladu sa Pravilom 13.8. Ukoliko je dovoljno kvalifikovanih sudija na raspolaganju, dva ili više sudijskih panela može biti imenovano.
5. dva statističara
6. sertifikovani menadžer IFBB-a i odgovarajući broj asistenata i
7. organizator ceremonije, ili spiker-voditelj programa.
8. Muzičku kontrolu sudija obavlja sa tonskim operaterom koji kontroliše redosled reprodukcije CD koji se daje za takmičareve rutine slobodnog poziranja i muzike u pozadini koja je odabrana za minut slobodnog poziranja.

14.3 Glavni sudija IFBB-a:

Glavni sudija IFBB-a će koordinirati i kontrolisati sve aspekte Zvanične registracije sportista, prejudiciranja i finala. Nijedan drugi zvaničnik neće donositi bilo kakve odluke koje mogu uticati na nesmetano odvijanje takmičenja, bez prethodnog traženja odobrenja glavnog sudije IFBB-a.

14.4 Sudijski plasman:

Postavljanju sudija će se pristupiti na sledeći način:

1. Sudijski sekretar će postaviti sudije za njihove stolove, koji će se nalaziti u prednjem centru bine, a potom će sedeti i dva statističara kraj njihovih stolova, koji će se nalaziti na kraju reda stolova sudijama koji su najbliži organizatoru ceremonije. Sudijski sekretar će zatim obezbediti odgovarajuće obrasce za sudije koji će biti podeljeni svakom sudiji pojedinačno.
2. Svaka sudijska pozicija na panelu će biti numerisana uz koristešćenje malih kartica (crni brojevi na beloj pozadini) koji se nalaze na prednjem delu stola sudije. Brojevi će biti odštampani na obe strane kartice tako da su vidna i za takmičare i sudije. Redovne panel sudije će

sedeti tako da ima najbolji pogled na sportiste; alternativni sudija će sedeti na jednom kraju redovnog panela.

14.5 Ponašanje sudija:

Kada sudijski panel zaseda sudijski sekretar će podsećati sudije na pravila ponašanja, odnosno na već pomenuta pravila koja moraju biti strogo praćena kroz prejudiciranje i finale. Pod pretnjom neposrednog otpuštanja iz žirija, tako da ni jedan sudija ne sme:

1. Razgovarati sa bilo kojim drugim sudijom, odnosno sudijama;
2. Pokušati da se utiče na odluke bilo kog drugog sudije ili sudija;
3. Fotografiše dok god je suđenje u toku;
4. Daje instrukcije bilo kom konkurentu
5. Presuđivati pod uticajem droge ili alkohola, ili konzumirati alkoholna pića tokom ocenjivanja takmičara.

14.6 Statističari:

Sudijski sekretar će se pobrinuti da izborni statističari budu postavljeni, po mogućstvu na istoj strani scene kao i organizator ceremonije, i da u svom posedu imaju odgovarajuće statističke izveštaje sa krajnjim ocenama.

14.7 Osveženja:

Organizator je dužan da obezbedi osvežavajuće napitke (npr. vodu) tako da bude dostupna svakom sudiji tokom prejudiciranja i finala.

Pravilo 15 – Novčane nagrade

26.1 Novčane nagrade:

Nacionalne, regionalne i kontinentalne federacije su slobodne da predstave novčane nagrade za određeni događaj. Za događaje na i ispod nacionalnog nivoa, odgovarajuće Nacionalne federacija odlučuju o pravilima i propisima koji regulišu novčane nagrade, i uslove i odredbe za učestvovanje, osim što Nacionalna federacija ne može da pozove druge zemlje, ili sportiste iz drugih zemalja, a da pritom i učestvuje u takmičenju na ovom nivou. Za događaje iznad nacionalnog nivoa i na, ili ispod kontinentalnog nivoa, odgovarajuće kontinentalne federacije odlučuju o Pravilniku i propisima koji regulišu novčane nagrade, kao i uslove samog regulisanja učešća.

Pravilo 16 - IFBB kotizacija

16.1. Prvi tim

Svaki zvanični takmičar (sportisti prvog tima i delegati, uključujući i delegati bez takmičara), moraju da plate IFBB kotizaciju u iznosu od 150, osim za seniorske takmičare, koji plaćaju IFBB kotizaciju od 200 evra. Ova taksa se plaća IFBB-u po dolasku u zvanični hotel(e). IFBB kotizacija je potpuno odvojena od depozita za hotelsku bezbednost. Morate da platite hotel uz sigurnosni depozit i IFBB kotizaciju pre nego što se članovi tima budu imali uslove za smeštaj.

16.2. Drugi tim

IFBB kotizacija za drugi tim sportista je uključen u pun paket usluga za takmičare koji nastupaju kao drugi tim.

17.3 Ukoliko sportista ili delegat stigne bez svog timskog menadžera ili vodećeg delegata, onda sportista ili delegat moraju da plate sigurnosni depozit u hotelu i IFBB kotizaciju PRE nego što im soba bude dodeljena.

Pravilo 17 - Izmene i dopune

17.1 Izmene i dopune:

Ustavno, Izvršno veće ima ovlašćenje da propiše i dopuni Pravilnik. Između godišnjih sastanaka skupštine, ova nadležnost je poverena četvorici službenih lica: predsedniku, izvršnom pomoćniku predsednika, izvršnom direktoru i generalnom sekretaru. Bilo koja odluka od strane skupštine, ili delegiranog organa, ima snagu i dejstvo samo do sledećeg godišnjeg sastanka generalne skupštine, u tom trenutku odluka će ili biti ratifikovana ili odbijena. U vanrednim situacijama, u kojoj je vreme za suštinu i nije praktično da se dobije većinska saglasnost u skupštini ili njen delegirani autoritet, predsednik će imati ovlašćenje da propiše ili izmeni pravilo.

Pravilo 18 - Ostala pravila o Svetskom prvenstvu

18.1 Smeštaj:

1. Organizacioni komitet će obezbediti besplatan smeštaj i tri (3) obroka dnevno za sve službene učesnike (sportiste i delegate) iz Nacionalne federacija prema sledećem IFBB Pravilniku:

- Tri (3) ili više takmičara: dva (2) delegati
- Jedan (1) ili dva (2) takmičara: jedan (1) delegat
- Nacionalne federacije bez sportista mogu da pošalju jednog (1) delegat, koji će biti odgovoran za sve svoje sopstvene troškove.

* Termin „zvanični takmičar“ znači: 1) sportista koji je propisno ovlašćen od njegove ili njene Nacionalne federacije i koji je registrovan od strane IFBB da se takmiči na Prvenstvu, i 2) delegat, koji je propisno ovlašćen od strane svoje Nacionalne federacije i koji je registrovan od strane IFBB da učestvuje na Prvenstvu u skladu sa IFBB Pravilnikom (pogledajte gore).

2. Sve zvanični takmičari reprezentacija (sportisti i delegati) moraju se prijaviti PRE početka merenja težine i registracije. Svaki zvanični takmičar koji se nije prijavio do krajnjeg navedenog roka, koji će biti jasno naveden za svaki događaj i tako da se obično jedan (1) sat pre početka obavlja merenje težine i registracija, će biće klasifikovano kao „ekstra delegat“ i biće odgovoran za sve svoje troškove.

3. Svaki sudija, trener ili pomoćni trener koji nije zvanični učesnik (sportista ili delegat) će biti odgovorni za sve svoje troškove. Ukoliko vaša Nacionalna federacija želi da dovede sudiju, trenera ili pomoćnog trenera, preporučuje se da vaša Nacionalna federacija izaberite ovog pojedinca da bude zvanično delegat svoje Nacionalne federacije, u suprotnom, ovaj pojedinac će biti odgovoran za sve svoje sopstvene troškove. Ova odluka se odnosi i na članove porodice. Nema izuzetaka ni pod kakvim okolnostima.

18.2 Hotelski sigurnosni depozit:

Hotelski sigurnosni depozit od 100 evra po osobi je potreban u slučaju prijave slučajnih i ličnih troškova koji mogu da nastanu (telefon, mini-bar, perionica veša, sobne usluge, itd.) Neiskorišćeni deo ovog depozita će biti vraćen prilikom odjavljivanja u istoj valuti kao i što ste i uplatili. Da bi se olakšali stvari, glavni delegat ili timski menadžer će tražiti da obezbedite kreditne kartice ili gotovinu kako bi pokrili depozit za ceo tima. Ova osoba će biti u potpunosti odgovorna za sve troškove nastale od strane bilo kog člana njegovog tima. Molimo vas da obavestite svoj tim pre polaska da ne stvara dodatne troškove.

87.3 Rani dolasci / kasni polasci:

Sve Nacionalne federacije, uključujući i neke od njenih pojedinih članova tima pre dolaska na zvanični datum dolaska i / ili boravka posle zvaničnog datuma odlaska, biće odgovorni za sve svoje troškove, uključujući i organizovanje sopstvenog prevoza između aerodroma i hotela. Morate obavestiti Organizacioni odbor o bilo čijem ranijem dolasku i / ili kasnijem

odlasku.

18.4 Merenje težine, visine i zvanična registracija sportista:

1. To je odgovornost glavnog delegata ili vođe tima svake Nacionalne federacije da biste se uverili da su svi sportisti došli na vreme i da su pravilno izmerili svoje težine, merenje visine i zvanična registracija sportista. Ukoliko je sportista zakasno, on / ona može biti diskvalifikovan i moraće da plate sve svoje troškove.

2. Svaki sportista mora da donese svoj pasoš i muziku za poziranje pre merenja težine / merenja visine i Zvanične registracije sportista, inače sportista neće biti registrovan.

18.5 Parada nacija:

Kodeks odevanja za sve delegate i / ili zvaničnike koji učestvuju u paradi nacija IFBB-a je zvanična uniforma. U kodeksu odevanja za sve sportiste koji učestvuju u paradi nacija je pozirajuća odevna kombinacija. Jedan (1) delegat i jedan (1) takmičar po zemlji mora učestvovati na paradi nacija.

18.6 Sudije:

Sve sudije moraju prisustvovati sudijskom / sastanku tim menadžera. Ukoliko sudija nije prisutan na ovom sastanku, on ili ona neće suditi.

18.7 Medijska akreditacija:

Sve medijske akreditacije, pored lokalnih medija, biće pod kontrolom IFBB-a. Sva lica koja žele da dobiju akreditacije za medijski događaj moraju se registrovati kod IFBB popunjavanjem i potpisivanjem IFBB Medijskog formulara za akreditaciju, prezentovani obrazac koji mora biti dobijen preko IFBB i-mejla na info@ifbb.com. Primerak ovog formulara je dostupan na www.ifbb.com.

18.8 Sportisti bez delegata:

Svi sportisti koji se takmiče na Svetskom prvenstvu IFBB moraju biti članovi adekvatnih udruženja svojih Nacionalnih federacija. Bilo koji sportista koji dolazi bez delegata mora nositi zvanično pismo za ovlašćeno učešće svoje Nacionalne federacije, inače sportisti neće biti dozvoljeno da učestvuju.

18.9 Propust u ispunjavanju krajnjeg roka za prijavu:

1. Rokovi su postavljeni da pomognu Organizatoru pri ugovaranju smeštaja, hrane, prevoza do lica mesta i druge aktivnosti tokom prvenstva. Nepoštovanjem ovih rokova se krši Pravilnik IFBB i Etički kodeks IFBB.

2. Ukoliko Nacionalna federacija ne ispoštuje rok koji je naveden kao krajnji rok za prijavu, svaki „zvanični takmičar“ iz tih federacija će morati da plati sve svoje lične troškove, uključujući i smeštaj, ishranu, prevoz do lica mesta, i pristup prejudiciranju, finalu i oproštajnom banketu.

18.10 Lažno predstavljanje:

1. Lažno predstavljanje je ozbiljno kršenje Etičkog kodeksa IFBB i javlja se kada se „zvaničnik“ iz Nacionalne federacije namerno pogreši broj sportista i delegata, kako bi dobili besplatno pravo na smeštaj, ishranu, prevoz do lica mesta, pristup prejudiciranju, finalu i oproštajnom banketu, i ostale pogodnosti na račun Organizatora.

2. Deo ovog pogrešnog predstavljanja može biti lažna tvrdnja da je osoba samo sportista da bi tzv. sportista odbio da se zvanično registruje kao takmičar i da bi se obavilo merenje težine ili, pošto je zvanično registrovan, da se ne takmiči.

3. Sve Nacionalne federacije se proglašavaju krivim za lažno predstavljanje i biće odmah diskvalifikovani iz prvenstva i da biće kažnjeni prema iznosu Specijalnog paketa mera za svaku

osobu koja je uključena u prevaru.

18.11 Medicinsko plovlačenje:

1. Kada je jednom zvanično registrovan, sportista se ne može povući iz takmičenja, bez prethodnog odobrenja Glavnog sudije IFBB-a. To nije prihvatljivo za Nacionalne federacije koje jednostrano povlače sportistu, bez prethodnog odobrenja Glavnog sudije IFBB-a, koji ima pravo da proveriti razlog povlačenja.

2. Svaka Nacionalna federacija koja ne traže prethodno odobrenje Glavnog sudije IFBB-a pre povlačenja sportiste, može da posle sportistovog neučestvovanja, biti kažnjena i novčanom kaznom do 1.000 evra.

18.12 Prisustvo na Međunarodnoj skupštini IFBB:

To je dužnost i odgovornost svake Nacionalne federacije kako bi se osiguralo da je predstavljena na sastanku Međunarodne skupštine IFBB-a. Sve Nacionalne federacije koje zvanično učestvuju na prvenstvu moraju da prisustvuju skupštini, uključujući i Nacionalne federacije sa sportistima i bez delegata. U ovom slučaju, sportisti moraju prisustvovati i predstavljati svoju zemlju na skupštini.

18.13 Pravila i propisi

1. To je odgovornost predsednika ili opšteg-sekretara svake Nacionalne federacije kako bi se osiguralo da svi reprezentativci (sportisti, delegati, ekstra delegati) budu u potpunosti svesni pravila i propisa koji regulišu učešće na Svetskom prvenstvu IFBB, uključujući i Ustav IFBB, Etički kodeks IFBB, Pravilnik za bodibilding, fitnes i bodifitnes IFBB, Antidoping program IFBB i izjave sadržane u inspekcijskom izveštaju.

2. Ukoliko bilo koji od vaših sportista i / ili delegati su putovali i dolaze odvojeno od Vašeg tim menadžera ili šefa delegacije, morate se uveriti da su upoznati sa svim navedenim pravilima i propisima.

3. Svi ovi dokumenti su dostupni na adresi www.ifbb.com.

PRILOG 1

ETIČKI KODEKS IFBB

Uvod:

Etički kodeks IFBB postoji kao skup verovanja koji su napisani da bi poslužili kao smernice za način na koji svi članove, bilo da su sportisti, sudije, funkcioneri, administratori ili neki drugi, treba nastojati da se ponašaju kao članovi IFBB porodice. Nacionalne federacije i drugi članovi koji su povezani sa IFBB, njihovae slobodna volja i, na taj način, saglasno se pridržavaju Ustava i Pravilnika IFBB koje Etički kodeks čini njihovim sastavnim delom. Bilo koji član koji je utvrđeno prekršio Etički kodeks može biti predmet disciplinske mere.

Sportisti:

Mi, sportisti, shvatajemo da naše ponašanje utiče na ugled sporta, i ostvarivanja na taj način preuzimamo sopstvenu odgovornost u sledećim namerama:

1. da ispunimo naše odgovornosti prema društvu, drugim sportistima, sudijama, funkcionerima i administratorima IFBB.

2. u čast, udostojenje i podršku sportu na kome se takmičimo u najboljem izdanju i da sa najboljim sposobnostima, i u top formi kada pristupamo egzibicijama ili seminarima.

3. da poštujemo naše protivnike pod jednakim uslovima u duhu prijateljskog i dobrog sportskog rivalstva.

4. da poštujemo Ustav i pravila IFBB, kao i pravila takmičenja i posmatramo ih iskreno u saradnji sa drugim akmičarima, sudijama, funkcionerima, administratorima i organizatorima.

5. da prihvatamo odluke sudija, službenika i administratora u duhu dobrog sporta bez sebičnih optužbi, shvatajući da su ove odluke adekvatne i prilično objektivne.
6. da pomognemo IFBB u promociji sporta delujući kao ambasadori dobre volje i sporta, promovirajući sport na pozitivan način, i štiteći dobar imidž i integritet sporta i IFBB.
7. da radimo za IFBB, a ne protiv njega, u promociji svojih vrednosti, morala i etike, da ostvarujemo naše pravo na protest na učtiv, način uz poštovanje, nakon odgovarajućeg niza odluka; da se uzdržavamo od aluzije, ogovaranja i zlonamernih tračarenja; da se uzdržavamo od ličnih napada na bilo kog drugog člana IFBB.
8. da nastavimo u težnji ka savršenstvu telesnih i pravilnim moralnim principima.
9. u čast posebnog poverenja prenetog nama nakon našeg učešća u naša zastupništva IFBB i naše zemlje, na našim međunarodnim događajima, i da se pridržavamo standardu ličnog ponašanja koje se od nas i očekuje.
10. da prepoznamo vrednosti sporta i da promoviramo svoju budućnost koja služe kao primer da inspiriše druge ljude da i oni učestvuju.
11. da saradujemo sa našim zvaničnicima i administratorima u razvoju visokih standarda i moralnih i fizičkih, za sport i u cilju progresivnih objekata na IFBB.
12. da se suprotstavimo upotrebi zabranjenih supstanci i metodama takmičenja uz konzumiranje droge.
13. da se uzdržimo od bilo kakvog ponašanja koje se može smatrati uticajnim po IFBB;
14. da sprovedemo u svakom trenutku na način koji odražava kao pozitivno slika sporta i IFBB.

Sudije:

Mi, sudije, shvatajući da naše akcije i odluke kao sudija odražava na dobro ime sporta, kao i ostvarivanje odgovornosti na taj način stavljamo se na raspolaganje da i svečano se obavezujemo da ćemo:

1. da iskreno primenjujemo, nepristrasno i objektivno sva pravila koja regulišu takmičenja.
2. da štitimo interese svih takmičara pod jednakim uslovima.
3. da saradujemo uz pružanju najboljih mogućih uslova za dobrobit takmičara, drugim zvaničnicima i administratorima.
4. da poštujemo osećanja i konkurentna osećanja kod drugih sportista, i da razumemo određeno povećanje izvesnih emocija u žaru takmičenja.
5. da poštujemo Ustav i pravila IFBB i zahteve efikasne administracije i da saradujemo dobrovoljno i bez odlaganja sa zvanično izabranim ili imenovanim administratorima i drugim funkcionerima u obavljanju njihovih dužnosti i odgovornosti.
6. da saradujemo sa organizatorima takmičenja uz pružanje odluka jasno i odmah, a u skladu sa zahtevima takmičenja ili sudijskim procedurama.
7. da se uzdržimo od pokušaja da utičemo na odluke drugih sudija ili službenika, i da poštujemo njihove individualne stavove i odluke.
8. da pomognemo IFBB u promociji sporta delujući kao ambasadori sporta i dobre volje, promovirajući sport na pozitivan način, i štiteći dobar imidž i integritet sporta i IFBB.
9. da radimo za IFBB, a ne protiv njega, u promociji svojih vrednosti, morala i etike, da ostvarivujemo naše pravo na protest uz učtivo, poštovanje, nakon odgovarajuće hijerarhije komandovanja; da se uzdržimo od aluzije, ogovaranja i zlonamernih tračarenja; da se uzdržimo od ličnih napada na bilo kog drugog člana IFBB.
10. u čast posebnog poverenja prenetog na nas kao izabranog sudiju, kao i da poštujemo standarde ličnog ponašanja koje se od nas očekuje.
11. da saradujemo sa sportistima, drugim zvaničnicima i administratorima u cilju razvoja visokih

standarda, kako moralne i fizičke, za sport i u progresivnog cilju ostvarenja ciljeva IFBB.

12. da se suprotstavimo upotrebi zabranjenih supstanci i metoda i da preduzmemo razumne mere da bi se obezbedilo da svi sportisti učestvuju u takmičenju bez droge.

13. da se uzdržimo od bilo kakvog ponašanja koje može uticati na IFBB;

14. da sprovedimo se u svakom trenutku na način koji odražava pozitivno na sliku sporta i IFBB.

Zvaničnici:

Mi, zvaničnici, shvatajući da naše smernice, odluke i akcije odražavaju na dobro ime sporta, kao i ostvarivanje odgovornost na taj način stavljamo se na raspolaganje i svečano se obavezujemo da ćemo:

1. služiti svim članovima, bilo da su sportisti, zvaničnici, sudije ili drugi administratori, u skladu sa njihovim potrebama.

2. da promovišemo kroz sportske, razumevanje svojih ciljeva, njegove vrednosti i dostignuća, ujedinjujemo sve one koji učestvuju, u bilo kom svojstvu, u osećanjima uzajamnog poštovanja i prijateljstva.

3. za zaštitu zdravlja i fizičke spremnosti sportista.

4. da obezbedimo sportistima najbolje moguće uslove za postizanje telesnih savršenstava.

5. da obezbedimo sportistima, sudijama, funkcionerima i drugim administratorima, sve najbolje moguće uslove za sprovođenje takmičenja.

6. da saradujemo sa organizatorima, sudijama, funkcioneri, i drugim administratorima, u obavljanju svojih dužnosti tokom takmičenja sa najvećim stepenom efikasnosti.

7. da poštujemo Ustav i Pravilnik IFBB i da poštuje sva pravila takmičenja i da ih primenjujemo iskreno i pošteno kada se radi o članstvu u IFBB.

8. da pomogne moIFBB u promociji sporta delujući kao ambasadori sporta i dobre volje, promovišući sport na pozitivan način, i štitići dobar imidž i integritet sporta i IFBB.

9. da radimo za IFBB, a ne protiv njega, u promociji svojih vrednosti, morala i etike, da ostvarujemo naše pravo na protest uz učtivost, poštovanje, nakon odgovarajuće hijerarhije komandovanja; da se uzdržimo od aluzije, ogovaranja i zlonamernih tračarenja; da se uzdržimo od ličnih napada na bilo kog drugog člana IFBB.

10. da prepoznamo vrednosti sporta i da saradujemo sa sportistima inspirišući druge ljude da učestvuju kako bi se osigurala budućnost sporta.

11. da saradujemo sa svim zainteresovanim stranama u razvoju visokih standarda, kako moralnih i fizičkih, za sport i progresivne ostvarivanju ciljeva IFBB.

12. da se suprotstavimo upotrebi zabranjenih supstanci i metoda i da preduzme razumne mere da se obezbedi da se svi sportisti takmiče bez korišćenja droge.

13. da se uzdržimo od bilo kakvog ponašanja koje može uticati na IFBB;

14. da sprovedimo sve u svakom trenutku na način koji se odražava pozitivno na sliku sporta i IFBB.

PRILOG 2

SUDIJSKI OBRASCI

Sudijski obrasci se mogu naći onlajn na www.ifbb.com

Obrazac 1 - Preliminarna procena-{eliminacija} (sudije)

Obrazac 2 - Preliminarna procena-{eliminacija} (statističari)

Obrazac 3 - Sudijsko pojedinačno rangiranje (prejudiciranje)

Obrazac 4 - Sudijske lične beleške

Obrazac 5 - Rang lista (statističara)

Obrazac 6 - Sudijsko pojedinačno rangiranje (finale)

Obrazac 7 - Top 6 finalista (za OC)

Obrazac 8 - Najbolje reprezentacije

Obrazac 9 – Konačna rang lista

PRILOG 3

PRISTANAK NA TESTIRANJE DROGE I FORMULAR ZA ODRICANJE OD ODGOVORNOSTI

PAŽLJIVO PROČITAJTE OVAJ FORMULAR

Da bi učestvovali, kao takmičar na ovoj manifestaciji, ja dole potpisani sportista ovim potvrđujem da se slažem sa Ustavom i Pravilnikom IFBB, Etičkim kodeksom IFBB, Pravilnikom IFBB i antidoping pravilima IFBB. Dalje, slažem se u potpunosti da ću saradivati sa IFBB i organizatorom manifestacije. Razumem, prihvatom i se slažem se sa sledećim uslovima:

ODOBRENJE TESTIRANJA NA DROGU

1. Da IFBB ima pravo da sprovede testiranje na drogu na ovom događaju, u skladu sa antidoping pravilima IFBB.
2. Da ako sam odabran za testiranje na drogu, ja ću u potpunosti da saradujem sa službenikom koji obavlja testiranje na drogu u svakom trenutku i da ću, pod neposrednim posmatranjem svedoka, obezbediti uzorak mog urina, bez nepotrebnog odlaganja.
3. Da ako sam naknadno proglašen krivim za doping prekršaj, poštovati i pridržavati se relevantnih pravila i propisa koji regulišu vođenje rezultata, uključujući i one koji se odnose na žalbe.
4. Da sam prihvatio odgovornost da ostanem u toku sa pravilima i propisima koji regulišu ovaj događaj, uključujući i one koji se tiču droge i upravljanja rezultatima testiranja.
5. Izjavljujem da se zaklinjem da ću se takmičiti na ovom događaju bez korišćenja zabranjenih stimulativnih sredstava.

ODRICANJE OD ODGOVORNOSTI

1. Da razumem da ja kao učesnik i takmičar na ovom događaju, moram se složiti da bude vezan ovim odricanjem od odgovornosti i da sam to uradio dobrovoljno i po svojoj slobodnoj volji.
2. Da se slažem da se odričem bilo koje i svih tvrdnje mogu sada i u budućnosti imam prema, i oslobađanju od svake odgovornosti i da neću tužiti Međunarodnu federaciju za bodibilding i fitness (IFBB), njene podružnice Nacionalne federacije zemlje u kojoj se organizuje Prvenstvo, organizatora ceremonije, IFBB i zvaničnika ceremonije, volontere, agente ili predstavnike, zvanični hotel i zvaničnu konkurenciju i njihovo osoblje, u daljem tekstu „ostale strane“, za sve lične povrede, smrt i imovinske štete, troškove ili gubitak koji sam pretrpeo kao rezultat mog učešća u događaju zbog bilo kog slučaja, uključujući, bez ograničenja, nemar ili kršenje zakonskih dužnosti od strane ostalih strana.
3. Da se slažem da su medicinski i telesne povrede osigurane, dok učestvujem u ovom događaju je isključivo moja odgovornost i da se slažem da se za odgovornost i za plaćanje bilo kakvih i svih troškova koji mogu nastati kao rezultat mojih medicinskih i / ili drugih posebnih usluga i u svakom slučaju, treba da se oslobode sve ostale strane od snošenja bilo kakvih troškova koji su u direktnoj ili indirektnoj vezi sa mnom snosi sve troškove za takve usluge za mene lično, u moju korist ili na moj zahtev.
4. Prilikom sklapanja ovog ugovora, nisam se oslanjao na bilo koje usmene, pismene ili vizuelne izjave koje su objavile ostale strane kako bi me navele na učestvujem na ovom događaju.
5. Potvrđujem da sam punoletan ili, alternativno, sam naveo da Ja sam staratelj maloletnog

učesnika po imenu, i da sam pročitao i razumem ovaj sporazum pre nego što obavim potpisivanje i slažem se da će ovaj sporazum biti obavezujući po mene (kao učesnika ili staratelja), moji naslednici, rodbina, izvršioci i administratori.

ODŠTAMPANO IME I PREZIME

ZEMLJA

POTPIS

DATUM

OVAJ OBRAZAC MORA BITI POTPISAN OD STRANE SPORTISTE I PREDSTAVLJEN IFBB PRE ZAVRŠETKA MERENJA TEŽINE I ZVANIČNE REGISTRACIJE SPORTISTE, U ČIJEM NEDOSTATKU ĆE SPORTISTI BITI ONEMOGUĆEN DALJI NASTAVAK TAKMIČENJA.

PRILOG 4

OBRAZAC SA INFORMACIJAMA O BORAVIŠTU SPORTISTE

U skladu sa antidoping pravilima IFBB i kao rezultat odluka donetih 2005. godine, na IFBB Međunarodnoj skupštini (Šangaj, Kina, 27. novembar, 2005. godine) u vezi sa Registrovanom bazom za testiranje sportista (da bude osnovan 2006. godine) i program doping kontrole van takmičenja (koje će se sprovesti 2007. godine), svaki sportista koji se takmiči na Svetskom prvenstvu IFBB mora da obezbedi tačne i adekvatne informacije o trenutnom boravištu.

Pravila koja će regulisati Registrovana baza za testiranje sportista i program doping kontrole van takmičenja mogu se naći na www.ifbb.com.

POPUNITE ČITKO ŠTAMPANIM SLOVIMA

1 PREZIME (ONAKO KAKO JE NAPISANO U PASOŠU):

2 IME I SREDNJE IME(NA) (ONAKO KAKO JE NAPISANO U PASOŠU):

3 BROJ PASOŠA

4 NACIONALNOST

5 POL (MUŠKI ILI ŽENSKI)

6 DATUM ROĐENJA (DD.MM.GGGG)

7 MESTO ROĐENJA (GRAD / OPŠTINA / DRŽAVA)

8 KOMPLETNA KUĆNA / POŠTANSKA ADRESA (BROJ ULICE / STANA #, GRAD, DRŽAVA, POŠTANSKI BROJ)

9 BROJ FIKSNOG (KUĆNOG) TELEFONA

10 BROJ MOBILNOG TELEFONA

11 I-MEJL ADRESA

12 NAZIV POSLODAVCA / KOMPANIJE

13 KOMPLETNA RADNA ADRESA (BROJ ULICE / STANA #, GRAD, DRŽAVA, POŠTANSKI BROJ)

14 BROJ TELEFONA NA POSLU

15 NAZIV TRENING OBJEKTA (TERETANA, KLUB, FITNES CENTAR)

Sve informacije u ovom formularu su strogo poverljive i koristi se samo za predviđenu svrhu uspostavljanja Registrovane baze za testiranje sportista i program doping kontrole van takmičenja.

Potpis sportiste Datum

MUŠKI I ŽENSKI BODIBILDING

Pravilo 19 - Uvod

Muški bodibilding je zvanično priznat kao sportska disciplina u savremenoj verziji 1970. godine na Skupštini IFBB u Beogradu, Jugoslavija. Ženski bodibilding je zvanično priznat od strane sportskih disciplina 1982. godine na Skupštini IFBB u Brižu, Belgija.

19.1 Opšti principi:

Pravilnik IFBB za muški i ženski bodibilding se sastoji od propisa, politike, direktive i odluke kako treba da vodi IFBB i njenih pripadnika u administraciji sporta muškog i ženskog bodibilinga.

19.2 Pravilnik:

Pojedina administrativna i tehnička pravila koja se pojavljuju u odeljku sa Opštim pravilima su ista za muški i ženski bodibilding i stoga ih neću ponavljati u ovom delu.

Pravilo 20 - Obaveze organizatora prema sportistima i delegatima

20.1 Odgovornosti

Organizator Svetskog prvenstva će se obavezati da pokrije troškove dupliranja smeštaja i obroka (doručak, ručak i večera) za sportiste i delegate na sledeći način:

1. Svetsko bodibilding prvenstvo za muškarce:

Za pet dana (četiri noćenja) po sledećem rasporedu:

- a. Tri ili više takmičara - dva delegata
- b. Jedan ili dva takmičara - jedan delegat

Napomena 1: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara po prvom timu Nacionalne federacije ne može biti veći od broja kategorija otvorenih na ovom prvenstvu, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

Napomena 2: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara po prvom timu Nacionalne federacije u jednoj disciplini ne može biti veći od broja kategorija te discipline.

Napomena 3: Osim ukoliko je drugačije navedeno, maksimalno osam takmičara je dozvoljeno po prvom timu (osam muških bodibildera), i da će biti prihvaćeni po Nacionalnoj federaciji sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

Napomena 4: Delegati bez sportista će biti odgovorni da po punoj ceni plate za njihovo učešće na ovom događaju.

Napomena 5: Po dogovoru između IFBB-a i Organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena kao deo takmičenja.

2. Svetsko prvenstvo u bodibildingu, fitnessu i bodifitnessu za žene i SP u fitnessu za muškarce:

Za četiri dana (tri noćenja) po sledećem rasporedu:

- a. Tri ili više takmičara - dva delegata
- b. Jedan ili dva takmičara - jedan delegat

Napomena 1: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara po prvom timu Nacionalne federacije ne može biti veći od broja kategorija otvorenih na ovom prvenstvu, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

Napomena 2: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara po prvom timu Nacionalne federacije u jednoj disciplini ne može biti veći od broja kategorija te discipline.

Napomena 3: Maksimalno devet takmičara je dozvoljeno u prvom timu (dve bodibilderke, dve u ženskom fitnessu, četiri u ženskom bodifitnessu i jedan u muškom fitnessu) će biti prihvaćeni po Nacionalnoj federaciji sa najviše dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

Napomena 4: Delegati bez sportista će biti odgovorni da po punoj ceni plate za njihovo učešće na ovom događaju.

Napomena 5: Po dogovoru između IFBB-a i Organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena kao deo takmičenja.

3. SP u bodibildingu za juniore i seniore, fitnessu i bodifitnessu:

Za četiri dana (tri noćenja) po sledećem rasporedu:

a. Tri ili više takmičara - dva delegata

b. Jedan ili dva takmičara - jedan delegat

Napomena 1: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara po prvom timu Nacionalne federacije ne može biti veći od broja kategorija otvorenih na ovom prvenstvu, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

Napomena 2: Maksimalan dozvoljeni broj takmičara po prvom timu Nacionalne federacije u jednoj disciplini ne može biti veći od broja kategorija te discipline.

Napomena 3: Maksimalno devetnaest takmičara u prvom timu (jedna juniorka u bodibildingu, dva juniora u bodibildingu, dve juniorke u fitnessu, jedan junior u fitnessu, dve juniorke za bodifitness, jedan junior u kategoriji klasičnih bodibildera, jedan senior u kategoriji bodibildera, sedam seniora u kategoriji bodibildera, jedan senior u kategoriji klasičnih bodibildera, jedna seniorka u kategoriji bodifitnessa) će biti prihvaćen kao jedna Nacionalne federacija sa najviše dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj drugoj kategoriji.

Napomena 4: Delegati bez sportista će biti odgovorni da po punoj ceni plate za njihovo učešće na ovom događaju.

Napomena 5: Po dogovoru između IFBB-a i Organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena kao deo takmičenja.

4. Juniori koji se takmiče u bodibildingu, imaju Nacionalnu federaciju koja može učestvovati na takmičenju sa maksimalno dva takmičara prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

5. Juniorke koje se takmiče u bodibildingu, imaju Nacionalnu federaciju koja može učestvovati na takmičenju sa maksimalno jednom takmičarkom iz prvog tima.

6. Osim ukoliko je negde drugačije naznačeno, u muškom bodibildingu, svaka Nacionalna federacija može učestvovati sa maksimalno osam takmičara prvog tima, uz maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

7. U ženskom bodibildingu, svaka Nacionalna federacija može učestvovati sa maksimalno dva takmičara iz prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

8. U bodibildingu za seniore, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa najviše sedam takmičara iz prvog tima, sa maksimalno dva takmičara kojima je dozvoljeno da se takmiče u bilo kojoj kategoriji.

9. U bodibildingu za seniorke, svaka Nacionalne federacija može učestvovati sa najviše jednom takmičarkom iz prvog tima.

10. Bodibilding za mešovite parove trenutno nije otvoren na nivou Svetskog prvenstva; međutim, Kontinentalna i Nacionalne federacija može, po sopstvenom nahođenju, da bude domaćin takmičenju i za mešovite parove.

Pravilo 21 - Kategorije

21.1 Kategorije:

Bodibilding takmičenje na Svetskom prvenstvu je otvoreno po sledećim kategorija:

1. Postoji osam kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za muškarce, prema sledećem rasporedu:

- a. Polulaka: do i uključujući 65 kg.
- b. Laka: do i uključujući 70 kg.
- c. Velter: do i uključujući 75 kg.
- d. Polu-srednja: do i uključujući 80 kg.
- e. Srednja do i uključujući 85 kg.
- f. Polu-teška: do i uključujući 90 kg.
- g. Teška: do i uključujući 100 kg.
- h. Super-teška: Preko 100 kg.

Napomena 1: Po dogovoru između IFBB i organizatora, jedna dodatna kategorija može biti otvorena za takmičenje.

2. Postoje dve kategorije svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za žene, prema sledećem rasporedu:

- a. Laka: do i uključujući 55 kg.
- b. Teška: Preko 55 kg.

3. Postoje 2 kategorije svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za juniore, prema sledećem rasporedu:

- a. Laka: do i uključujući 75 kg.
- b. Teška: preko 75 kg.

4. Postoji jedna apsolutna kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za juniorke.

5. Postoji sedam kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za seniore, prema sledećem rasporedu:

Isključivo od 40 do 49 godina starosti:

- a. Laka: do i uključujući 70 kg.
- b. Srednja: do i uključujući 80 kg.
- c. Polu-teška: do i uključujući 90 kg.
- d. Teška: preko 90 kg.

Isključivo od 50 do 59 godina starosti:

- a. Srednja: do i uključujući 80 kg.
- b. Teška: preko 80 kg.

Od 60 godina i stariji: Jedna apsolutna kategorija

6 Postoji jedna apsolutna kategorija svetskog ranga takmičenja u bodibildingu za seniorke (35 godina i starije).

Pravilo 22 - Krugovi

22.1 Krugovi:

Muški i ženski bodibilding će se sastojati od sledeća tri kruga:

1. Prejudiciranje - krug 1 (poređenje obaveznih poza)
2. Finale - krug 2 (obavezne poze i minut slobodnog poziranja)
3. Finale - krug 3 (slobodna kombinacija rutinskih poza).

Pravilo 23 - Prejudiciranje: eliminacioni krug

23.1 Opšti principi:

Prejudiciranje, koji je otvoren za javnost, održaće se dan posle Zvanične registracije sportista. Vremenski okvir za prejudiciranje svake kategoriju trebalo bi da bude objavljen tako da se ujedno i omogući oko 30 minuta za ocenjivanje svake kategorije. Da bi se dalo dovoljno vremena i za zagrevanje i promene odeće u kojoj se pozira, takmičari treba da se u bekstejdzu

zagrevaju najmanje 30 minuta pre početka vremena ocenjivanja po kategorijama. Svi takmičari će biti samo odgovorni za prisutnost i spremnost da se takmiče kada se njihova kategorija prozove na sceni u suprotnom oni mogu biti eliminisani iz daljeg takmičenja.

23.2 Procedure eliminacionog kruga:

Kada postoji više od 15 sportista koji se takmiče u kategoriji, eliminacioni krug će se održati u cilju smanjenja broja do 15. Eliminacionom krugu će se pristupiti na sledeći način:

1. Svi takmičari se postavljaju u jednu liniju na bini, po redu ili u dve linije, ukoliko je potrebno, na spoljnom položaju.
2. Grupa je podeljena na dve jednake po veličini grupe i postavljena je na bini tako da jedna grupa se nalazi levo od bine, druga grupa je sa desne strane bine. Centralni deo scene ostaje otvoren za poređenje.
3. Po numeričkom redosledu, a u grupama ne više od pet takmičara u isto vreme, svaka grupa je usmerena ka centralnom prostoru bine i izvodi sledeće četiri obavezne poze:
 - a. prednji dupli biceps;
 - b. bočna poza za grudi;
 - c. dupli biceps leđni i
 - d. trbušni mišići i butine
4. Po završetku četiri obavezne poze, cela postava je reformisana u jednu liniju, po redu, pre izlaska sa bine.

Pravilo 24 - Prejudiciranje: Poziranje u odelu u svim krugovima

24.1 Poziranje u odelu: poziranje u odelu mora zadovoljiti sledeće smernice:

1. Muški takmičari će nositi kupaće gaće za poziranje od čvrstog materijala, ne odvlačeći pažnju svojom bojom koja mora biti pastelna i jednobojna. Metalni delovi, kao što su zlatni ili srebrni lame, ne može biti korišćen za pravljenje kupaćih gaća. Upotreba boja mimo gaćica je zabranjena. Prednja površina mora biti pokrivena i sa strane treba da bude bar 1 cm širine.
2. Ženski takmičari
 - U prvom krugu, ženski takmičari će nositi bikini od čvrstog materijala, koji ne odvlači pažnju svojom bojom koja treba da u skladu sa prihvaćenim standardima ukusa i pristojnosti. Bikini na dnu mora pokrivati najmanje polovinu gluteus maximusa. Klipse na bikiniju će biti obične bez ukrasne priloge. Metalni delovi, kao što su zlatni i srebrni lamei, ne mogu se koristiti na bikiniju. Upotreba delova za dopunu u bilo kom delu bikinija je strogo zabranjena.
3. U drugom i trećem krugu, ženski takmičari će nositi dvodelni bikini; boju i stil koji će biti prepušten naodređenju takmičara, osim ukoliko nije drugačije naznačeno u ovim pravilima. Tanga gaćice su strogo zabranjene. Dno bikinija moraju da pokrije najmanje jednu polovinu zadnjice tokom čitavog vremena dok je takmičarka na bini.
4. Bikini će biti pregledan u toku registracije i u bekstejdžu pre takmičarkinom dozvoljenog izlaska na binu. Ukoliko bikini ne ispunjava standarde IFBB, takmičarka će dobiti pet (5) minuta da ga ispoštuje, inače će takmičarka biti diskvalifikovan.
5. Osim burme, takmičari neće moći da nose obuću, naočare, satove, brezletne, priveske, ogrlice, narukvice, minduše, perike, ometajuće ili ornamenta veštačka pomagala za figuru.
6. Takmičari neće žvakati žvake ili bombone dok su na bini.
7. Upotreba rekvizita tokom prejudiciranja ili finalne prezentacije je strogo zabranjeno.
8. Veštačko bojenje tela može se koristiti pod uslovom da se primenjuje najmanje dvadeset četiri sata pre prejudiciranja. Štavljenje losion i / ili kreme treba ravnomerno primenjivati po celom telu i na taj način da bi ne izazivali oštećenja. Sjaj, šljokice, sjajni biseri metalik zlatne boje su

zabranjeni bez obzira da li su deo losiona koji se koristi i / ili kreme ili su primenjeni odvojeno.

8. Prekomerna primena ulja na telu je strogo zabranjeno, ali ulja za telo, kreme ili losioni za kožu se mogu koristiti umereno.

9. Tokom prejudiciranja, kosa ne sme padati na ramena i na taj način sakrivati muskulaturu ramena i gornji deo leđa. Kosa može da bude stilizovana za finale.

10. Glavni sudija IFBB ili delegirani predstavnik, ima pravo da utvrdi da li je takmičareva odevna kombinacija ispunila prihvatljiv standard ukusa i pristojnosti.

Pravilo 25 - Prejudiciranje: Bodovanje za eliminacioni krug

25.1 Bodovanje za eliminacioni krug

Bodovanje za eliminacioni krug se vrši na sledeći način:

1. U ovom trenutku, sudije će ocenjivati ukupan stas uz stepen proporcija, simetriju, mišiće i kvalitet (gustinu, razdvajanje, definiciju), kao i ton kože. Bodovanje za eliminacioni krug će se obaviti na sledeći način:

2. Ukoliko postoji više od 15 takmičara, sudija će izabrati najboljih 15 stavljanjem „X“ pored njihovog broja, koristeći Obrazac # 1, pod nazivom „Eliminacioni krug“.

3. Korišćenje Obrasca # 2, pod nazivom „Eliminacioni krug“ statističari će prepisati sudijsku selekciju na ovaj list i potom će evidentirati sudijske ocene za izbor 15 najboljih takmičara.

4. Ukoliko postoji veza između dva ili više takmičara na 15. mestu, povezani sportisti će se vratiti na binu i ponoviti četiri obavezne poze u cilju određivanja dominacij ejednog od njih.

5. Samo prvih 15 takmičara će ući u krug 1.

Pravilo 26 - Prejudiciranje: Prezentacijski krug 1 (poređenje obaveznih poza)

26.1 Prezentacijski krug 1:

Krug jedan će uslediti odmah nakon eliminacionog kruga i pristupa mu se na sledeći način:

1. Svih 15 polufinalista koji će biti na sceni zovu se grupa, u jednom redu i numeričkom redosledu i treba da ostanu u isturenom položaju. Žiriju treba da bude dati trenutak da obrati pažnju na brojeve takmičar zbog zapisnika.

2. U grupama od ne više od 5 takmičara u vreme i po redu, takmičari će biti usmereni na izvođenje sledeće četiri poze na centralnom delu bine:

- a. prednji dupli biceps;
- b. bočna poza za grudi;
- c. dupli biceps leđni i
- d. trbušni mišići i butine

Ovo početno grupisanje takmičara i performansi četiri obavezne poze imaju za cilj da pomognu sudijama u određivanju koji takmičari će učestvovati na poređenjima koja slede.

3. Sudije mogu sada podneti pojedinačne zahteve za poređenje sa scenskim rediteljem. Ne manje od tri i ne više od pet takmičara će biti poređeno u svakom trenutku. Glavni sudija IFBB ili scenski reditelj će imati diskreciono pravo da odbaci ili dopuni zahtev za pojedinačna poređenja, ukoliko za to garantuju sudije.

4. U krugu 1, sudije će uporediti takmičare dok su usmereni na obavljanje narednih sedam obaveznih poza (pet za žene):

- a. prednji dupli biceps;
- b. prednji latisimus (samo muškarci);
- c. bočna poza za grudi;
- d. dupli biceps leđni;
- e. latisimus leđni (samo muškarci);

f. bočna triceps poza

g. trbušni mišići i butine.

5. Sva individualna poređenja će se odvijati na centralnom delu bine i po redosledu, s leva na desno, po zahtevu sudije.

6. Ukupan broj poređenja će biti odlučeno od strane glavnog sudije, ili scenskog reditelja. Sve sudije će biti data mogućnost da podnesu bar jedan zahtev za poređenje. Bez obzira da li ili ne koriste poređenje nahođenju glavnog sudije ili scenskog reditelja.

7. Svaki sudija se očekuje da gleda svako poređenja, a ne samo one koje je određeni sudija zatražio. Smernice o „Kako oceniti fizičku pripremljenost sportiste“ koja je priložena kao Prilog 2.

8. Svi takmičari će proći najmanje jedno poređenje.

9. Po završetku poslednjeg poređenja, svi takmičari će se vratiti na jednu liniju, po redu, pre izlaska na binu.

Pravilo 27 - Prejudiciranje: Bodovanje kruga 1

27.1 Bodovanje kruga 1:

Bodovanju kruga 1 će se postupiti na sledeći način:

1. Korišćenje Obrasca # 3, pod nazivom „Sudijski individualni plasmani (prejudiciranje)“, svaki sudija će nagraditi svakog takmičara kao pojedinca rangiranjem od 1 do 15, osiguravajući da ne postoje dva ili više takmičara koji dobijaju istu poziciju. Sudije mogu koristiti Obrazac # 4, pod nazivom „Sudijske lične beleške“ da zabeleže svoje procene o svakom takmičaru pojedinačno.

2. Statističari će prepisati plasmane svakog sudije na Obrazac # 5, pod nazivom „Rang lista (statističara)“, pod sekcijom prejudiciranje. Oni će eliminisati dve najviše i dva najniže ocene za svakog takmičara, pa će dodati do preostalih pet bodova i zabeležiti rezultat u koloni „Krajnji rezultat Kruga 1“. Kada svi rezultati budu određeni, oni će zatim beležiti poziciju za svakog takmičara u koloni „Mesto u Krugu 1“. Takmičaru sa najnižim rezultatom se dodeljuje 1. mesto, dok takmičaru sa najvećim skorom se dodeljuje 15. mesto.

3. Ukoliko se javljaju isti rezultati u okviru kolone „Krajnji rezultat za Krug 1“, povezanost će biti rešena korišćenjem metode „Relativnog plasmana“. Svaki pojedinac koji od sudije dobije istodobne ocene sa još nekim sportistom u baznoj koloni se beleži sa tačkom na vrh broja sportiste sa nižom ocenom eksponiranja. Svih devet redovnih panela sudijskih rezultata su uključeni u rešavanje proračuna. Broj tačaka je sabiran za svaku sportistu za kog se pojavila nedoumica zbog istog broja bodova. Sportista sa većim brojem tačaka je proglašen pobednikom i zbog toga, dobija bolji plasman.

4. Statističar ocenom stanja i rezultati takmičara moraju biti strogo čuvani kao poverljivi i poznati su samo statističarima i glavnom sudiji IFBB, a sudijski sekretar je dužan da nikome ne otkrije bilo koji rezultat, ili rezultate, bilo takmičara, sudija, drugih službenika, administratora, organizatora ili članova Izvršnog veća IFBB, osim predsedniku.

5. Bodovanje posle prejudiciranja će se koristiti za mesto najboljih 15 takmičara od 1. mesta do 15. mesta. Na vrhu 6 takmičara iz prejudiciranja će napredovati u Finale i početi u finalu sa nula poena.

6. Diskreciono pravo glavnog sudije IFBB, najboljih 6 finalista može biti proglašeno odmah posle prejudiciranja i pre finala.

Pravilo 28 - Prejudiciranja: Ocenjivanje kruga 1

28.1 Opšti principi:

Prilikom procene izgledu takmičara, sudija treba da sledi rutinske procedure koji će omogućiti sveobuhvatnu procenu izgleda kao celine. Tokom poređenja obavezne poze, sudija bi trebalo da prvi pogled zadrži na osnovnoj grupi mišića koju takmičari prikazuju. Sudija bi trebalo da onda sagleda celu figuru tela, počev od glave i pogleda na svaki deo sekvence, počevši sa opštim utiscima, i tražeći razvijene mišiće, uravnotežen razvoj, jaku gustinu mišića i definiciju.

Posmatranje tela odozgo na dole treba da se počne od glave, vrata, ramena, grudi, sve ramenih mišića, prednji deltoidni oblik grudnog mišića, trbušni mišići, struk, butine, noge i listove i stopala. Ista procedura važi i sa leđnim pozama koja će takođe uzeti u obzir i gornji i donji trapezoid, teres i infraspinatus, rameni podizač, gluteus grupe, nožni biceps kao grupa mišića na zadnjem delu butine i listova i stopala.

Detaljnu procenu različitih mišićnih grupa treba da bude u toku poređenja, u to vreme pomaže sudiji za upoređivanje mišićnog oblika, gustine i definicije, dok još uvek imaju u vidu krajnje uravnotežen razvoj mišićnih grupa kod takmičara.

Poređenje obavezno postavlja da vrhunski takmičari ne smeju biti sa prenatlaženim razvojem, jer ova poređenja će pomoći da se sudija odluči koji takmičar ima vrhunsku figuru sa stanovišta mišićnog grananja, uravnotežen razvoj, mišićna definicija i gustina samog mišića.

28.2 Ocena muške telesne građe:

U proceni prejudiciranja, ukupnog oblika i da od različitih mišićnih grupa je važno. Sudija bi trebalo da koristi harmoničnost građe takmičara i one sa klasičnim stasm. Sudija bi trebalo da izgleda za dobro držanje i atletski stav, ispravna anatomskih struktura (uključujući telesni okvir, široka ramena, visoko podignute grudi, ispravne kičmene krive, ekstremiteti i trup sa dobrom proporcijom, prave noge, da nisu krive).

Sudija bi trebalo da posmatra i kožu uz odsustvo ili hirurško uredno uklonjene druge ožiljke, fleke, akne ili tetovaže, što IFBB smatra kožnim manama, sa urednom kosom, dobro oblikovana stopala i prsti. Kada imate poteškoća u postavljanju dva ili više takmičara, koji izgleda da su na istom nivou, sudija bi trebalo da posmatra greške u tim navedenim aspektima koja će pomoći da se napravi razlika među takmičarima.

Detaljan opis obaveznih muških poza mogu se naći u Prilogu 2, tačka 1.1

28.3 Ocena ženske telesne građe:

Prvo i najvažnije, sudija mora imati na umu da je ovo bodibilding u ženskoj konkurenciji i da je cilj je da pronađe idealno razvijen ženski stas. Dakle, većina važnih aspekta jeste oblik-mišićnog ali ipak ženskog oblika. Drugi aspekti su sličnim onima opisanim za procenu muškog stasa, ali mišićni razvoj ne mora da se sprovodi na takav višak da podseća na velike mišićave muške stasove. Definicija mišića žena ne sme biti mešana sa iznurenošću rezultata od ekstremnog gubitka telesne težine. Takmičari će takođe biti procenjivani da li ili ne one same nose takav stav na skladan način, dok hodaju do i od njihove pozicije na sceni. Detaljan opis obaveznih ženskih poza mogu se naći u Prilogu 2, tačka 1.2

Pravilo 29 - Finale: Svečano otvaranje

29.1 Svečano otvaranje:

Svečano otvaranje na svim međunarodnim takmičenjima će normalno biti nastavljeno na sledeći način:

1. Sve učesnice Nacionalnih federacija će se na bini pojaviti po abecednom redu sa domaćinom kao Nacionalnom federacijom koja se pojavljuje poslednja.

2. Glavni delegat ekipe svake Nacionalne federacije će nositi zastavu te zemlje i / ili ime na čelu tima i formiraće kolonu ispred bine sa članovima tima iza njega (obično po jedan takmičar Nacionalne federacije) glavni delegat mora biti obučen u zvanično odelo IFBB. Takmičari će se pojaviti na bini spremni da poziraju u odelu.
3. Nacionalne zastava zemlje domaćina Nacionalne federacije i IFBB zastava će se podići dok himna zemlje domaćina Nacionalne federacije bude izvođena.
4. Sledeći pojedinci će biti pozvani da govore, redosled će biti kao što sledi:
 - a. Predsednik domaće Nacionalne federacije, i / ili
 - b. IFBB Potpredsednik te oblasti, i / ili
 - c. Počasni gost domaćin Nacionalne federacije, i / ili
 - d. Predsednik IFBB, ili glavni sudija IFBB, koji će proglasiti prvenstvo otvorenim i započeti samo takmičenje.
5. Ovi zvučnici će napustiti fazi sledi Nacionalne federacije timova.
6. Domaćin Nacionalne federacija može da predstavi kulturne emisije, vreme koje ne bi trebalo da prelazi 20 minuta.

Pravilo 30 - Finale: Prezentacijski krug 2 (obavezne poze i minut slobodnog poziranja)

30.1 Prezentacijski krug 2:

Procedure za krug 2 će biti kao što sledi:

1. Top 6 finalista će biti na bini u jednom redu i prema rednom broju. Svaki finalist će biti uveden po broju, zemlji i imenu.
2. Top 6 finalista nastupiće sa 7 obaveznih poza, kao grupa i istovremeno, na sredini bine. Posle 7. poze, glavni sudija će unazad tražiti od takmičara da izvode redosled ponavljanja uz sedam obaveznih poza koje takmičari treba da izvedu još jednom. Ovaj krug će biti ocenjivan.
3. Čim se obavezno postavlja završnica, glavni sudija IFBB će pozvati na 60 s za slobodno poziranje uz muziku po izboru organizatora. Ovaj krug će biti ocenjivan.
4. Nakon minuta slobodnog poziranja, top 6 finalista su reformisani u jednu liniju, prema numeričkom broju kako bi se formirali pre izlaska na binu.

Pravilo 31 - Finale: Bodovanje kruga 2

31.1 Bodovanje kruga 2:

Bodovanje kruga 2 će se postupiti na sledeći način:

1. Sudije će, koristeći Obrazac # 6, pod nazivom „Sudijski individualni plasmani (finale)“, i koristeći iste kriterijume za procenu koji se koriste tokom prejudiciranja, koje će staviti konkurente na pozicije od 1. do 6., dajući nemogućnost pozicioniranja dvojicu istih sportista na istu poziciju.
2. Statističari će prepisati plasmane po svakom sudiji na Obrazac # 5, pod nazivom „Rang lista (statističara)“, u okviru finala kruga 2. Oni će zatim eliminisati dve visoke i dve niske ocene (sa devet sudija), ili jedna visoka i jedna niska (manje sa devet sudija) za svakog takmičara, pa će dodati preostale rezultate. Ovi rezultati se množe sa 2 i biće zabeleženi u koloni označenoj kao „Krajnji rezultata krug 2“.
3. Veza sa „Krajnji rezultata krug 2“ ne treba da bude odmah prekinut, kao „Krajnji rezultata krug 2“ će biti dodat na „Krajnji rezultat kruga 3“ da proizvedu „KRAJNJI REZULTAT“.

Pravilo 32 - Finale: Ocenjivanje kruga 2

32.1 Ocenjivanje kruga 2

Isti kriterijumi se koristi u ocenjivanju kruga 1 će se koristiti u ovom kolu. Međutim, sudije moraju biti svesni činjenice da se može i takmičar predstaviti u drugačijem izdanju u finalu, u odnosu na prejudiciranje. Dakle, sudije moraju da obezbede da ovaj krug bude ocenjen sa potpuno „nove“ perspektive, osiguravajući da svi takmičari dobiju fer procenu na osnovu njihovih prezentacija u ovom krugu.

Pravilo 33 - Finale: Prezentacijski krug 3 (rutinsko poziranje)

33.1 Procedure:

Krug tri će uslediti odmah nakon kruga dva. Krug tri će se nastaviti na sledeći način:

Svaki od prvih 6 finalista, po redu, nastupiće pojedinačno uz rutinsko poziranje sa muzikom po svom izboru, do maksimalno 60 sekundi. Ovaj krug će se bodovati.

Pravilo 34 - Finale: Bodovanje kruga 3:

34.1 Bodovanje kruga 3 (rutine):

Bodovanje kruga 3 će se obaviti na sledeći način:

1. Koristeći Obrazac # 6, pod nazivom „Sudijski individualni plasmani (finale)“, svaki sudija će označiti takmičare po plasmani od 1 do 6, i da neće više davati isti broj bodova većem broju sportista.

2. Sudije mogu koristiti Obrazac # 4, pod nazivom „Sudijske lične beleške“, dok pišu beleške o sportistima.

3. Statističari će objediniti Obrazac # 3 od sudija i prepisaće njihove plasmani na Obrazac # 5, pod nazivom „Rang lista (statističara)“, za krug 3. statističari će evidentirati plasmane po svakom sudiji na Obrazac # 5, pod nazivom „Rang lista (statističara)“, u okviru finala kruga 3. Oni će eliminisati dve najviše i dve najniže ocene (sa devet sudija), ili jedne visoke i jedne najmanje (ukoliko je angažovano manje od devet sudija) za svakog takmičara, te će se dodati preostali rezultate i rezultati će biti sačuvani u koloni „Krajnji rezultati kruga 3“.

4. Oni će dodati „Krajnje rezultate kruga 3“ i „Krajnje rezultate kruga 3“ za kreiranje „Krajnjih rezultata“. Poeni od prejudiciranja (krug 1) se ne uzimaju u obzir za finale. Svaki takmičar počinje finale sa „nula poena“.

Oni će zatim evidentirati pozicioniranje za svakog takmičara pod kolonom „KRAJNJA POZICIJA“. Takmičar sa najmanjim „KRAJNJIM REZULTATOM“ je dobio 1. mesto, dok takmičaru sa najvećim „KRAJNJIM REZULTATOM“ je dodeljeno 6. mesto.

5. Veza sa „Krajnjim rezultatom kruga 3“ ne treba da bude odmah prekinuta, kao i „Krajnji rezultat kruga 3“ koji će biti „Krajnji rezultat kruga 2“ da bi formirali „KRAJNJI REZULTAT“.

6. Ukoliko isto pozicioniranje dođe i do „KRAJNJE REZULTATA“, veza će biti prekinuta koristeći krajnji rezultat kruga 2. Ukoliko veza i dalje postoji, metoda „Relativni plasman“ će se koristiti na krajnje rezultate sportista iz kruga 2.

7. Tokom prejudiciranja i finale, sudijski sekretar će biti odgovoran za prikupljanje pojedinačnih listova sa ocenama od sudija i, zajedno sa glavnim sudijom IFBB će proveravati oznake u cilju utvrđivanja njihove tačnosti. Ukoliko svaki sudija dobije oznake koje su u velikoj meri u suprotnosti sa onim drugim sudijom, glavni sudija može da postavi pitanje sudiji za objašnjenje njegovih ili njenih oznaka. Glavni sudija IFBB ima ovlašćenje da ukloni iz panel svaki sudija koji je nepravedno pristrasan ili nekompetentan, ili koji se bavi zloupotrebom ili neprihvatljivim ponašanjem.

Pravilo 35 - Finale: Ocenjivanje kruga 3

35.1 Ocenjivanje kruga 3:

Krug 3 će se procenjivati koristeći sledeće kriterijume:

1. U finalu, sudije će ocenjivati svakog takmičara po tome koliko dobro prikažu svoje stas uz muziku. Sudija će tražiti glatko, umetničke i dobro koreografski usaglašene rutine koje mogu da sadrže bilo koji broj predstavljanja, međutim, predstavljanje obavezno mora biti uključeno. Takmičar mora da predstavi isprekidane pauze kako bi se prikazali svoj razvoj mišića njegovog ili njenog stasa. „Mesec“ poze i poziranje u odelu, kako bi se prikazali unutrašnjost kvadricepsa ili gluteus maksimusa biće strogo zabranjeno. U takmičenju mešovutih parova - takmičari će se oceniti i individualno i kao jedinice sa posebnom pažnjom gledajući dobro njihove pojedinačne prezentacije i na koji način oni dopunjuju jedni druge i kako se oni kreću i koliko su usklađeni.
2. Sudije su napomenute da, tokom ovog kruga, oni su daju ocene i to 50 % za stas i 50 % za rutinsko izvođenje elemenata prilikom samog poziranja.
3. Upotreba rekvizita je zabranjena.

Pravilo 36 - Finale: Svečana dodela nagrada

36.1 Procedure:

Ceremonija dodele nagrada će se normalno nastaviti na sledeći način:

1. Najboljih 6 finalista će biti pozvani na binu da učestvuju u ceremoniji dodele nagrada.
2. Organizator ceremonije, koristeći Obrazac # 7, pod naslovom „Top 6 finalista (za OC)“, biće najavljen uz broj, ime i zemlju konkurenta na 6. mestu i da takmičar će stajati sa desne strane (kada se gleda sprema) od pobeđe postolja i mora dobiti svoju nagradu. Organizator ceremonije će zatim najaviti redni broj, ime i zemlju takmičara na 5. mestu i tada će takmičar stajati sa desne strane pobeđničkog postolja i treba da primi ili dobije nagradu. Organizator ceremonije će najaviti broj, ime i zemlju takmičara na 4. mestu i da takmičar stoji na levoj strani pobeđničkog postolja i dobiće svoju nagradu. Organizator ceremonije će nastaviti da objavljuje rezultate iz 3., 2. i na kraju, pobeđniku.
3. Predsednik IFBB, ili njegov predstavnik, će predstaviti zvanične IFBB takmičare koji su osvojili zlatnu medalju na 1. mestu, zvanični IFBB takmičari srebrna medalja za 2. mesto takmičara, a zvanična IFBB takmičara bronzana medalja za 3. mesto na takmičenju. Zvanični IFBB medalje su obavezni nagrade na Svetsko prvenstvo i mora da se kupi od IFBB šefa kancelarije od strane organizatora. Pored toga, organizator mora da obezbedi šest trofeja za šest finalista, trofeje koji će biti uručivani od strane predsednika, odnosno njegov zastupnik, kao svako mesto na koje je pobeđnik prozvan da dođe do pobeđničkog postolja. Organizator će dodeliti i potvrde o izvrsnosti koja će biti predstavljena od 6. do 1. mesta finalista.
4. Nacionalna himna zemlje pobeđnika koji je na 1. mesto će biti intonirana neposredno nakon njegovog ili njenog prijema nagrade za 1. mesto. U isto vreme kao i izvođenje Nacionalne himne, zastave na vrhu 3 zemlje će polako biti podizane, sa zastavom zemlje koje je na 1. mesto na nešto većoj visini za 2. mesto i 2. mesto zemlje zastava mora biti više od one za 3. mesto.
5. Nakon Nacionalne himne i kada se ceremonija podizanja zastave, mogu finalisti biti zatraženo da na sceni ostanu kratak vremenski period za fotografske snimke.

Pravilo 37 - Sveobuhvatni rezultati po kategorijama i nagrade

37.1 Sveobuhvatni rezultati po kategorijama i nagrade:

Na muškarce i žene prvenstvu Bodibilding svet, celu tu kategoriju će se odvijati na sledeći način:

1. Odmah nakon dodele nagrada za poslednju kategorije telesne težine, svi kategorijski pobeđnici

će biti na bini u jednom redu.

2. Glavni sudija IFBB će usmeravati takmičare kroz obavezne poze (7 za muškarce, 5 za žene) i poređenje, ukoliko je potrebno. Tada će poziv trajati 60 s – kao minut slobodnog poziranja.

3. Sudije će koristiti Obrazac # 6, pod naslovom „Sudijski pojedinačni plasmani (finale)“, prema rangiranju svakog sportiste od 1. do 8. (od 1. do 2. za žene). Sudije moraju da postave svakog sportistu i da samo izaberete jednog sportistu koga oni smatraju je sveobuhvatnim šampionom.

4. Statističari, koristeći Obrazac # 5, pod nazivom „Rang lista (statističara)“, biće evidentirane uz rezultate i određeno rangiranje takmičara, od 1. do 8..

5. „Sveobuhvatni šampion“ će biti objavljen i shodno tome će mu biti uručena zlata medalja IFBB i trofej čemu uručiti predsednik IFBB-a ili glavni službenik IFBB na takmičenju. Medalja i trofej će biti dostavljeni od strane organizacije Nacionalne federacije.

Pravilo 38 - Timska klasifikacija rezultata i nagrada

38.1 Najbolja reprezentacija:

Najbolje reprezentacije posle bodovanja uključuju prve timove takmičara samo će pristupiti dodeli nagrada na sledeći način:

1. Sudijski sekretar će koristiti „Rang listu (statističara)“ za sve kategorije kako bi ušla imena prvih 10 zemalja sportista u svakoj kategoriji na Obrascu # 8, pod naslovom „Najbolja reprezentacija“, a zatim će se koristiti za ovo rangiranje i izračunavanje svake zemlje u koloni „Ukupno“ i „Pozicija“. Raspob dodeljenih bodova može biti kao što sledi: 1.-16, 2.-12, 3.-9, 4.-7, 5.-6, 6.-5, 7.-4, 8.-3, 9.-2, 10.-1.

Kada su prve tri reprezentacije određena, pobednička ceremonija je slična sa onom ceremonijom kategorije pobjeda koja je već bila održana. Predsednik, ili njegov predstavnik, će uručiti nagrade za najbolje reprezentacije, tako da će nagrada biti obezbeđena za tri vodeće Nacionalne federacije, odnosno zemlje.

2. Šef delegata ili vođe tima najbolje 3 zemlje će prihvatiti nagrade u ime svoje zemlje.

3. Ukoliko postoji isti broj bodova između dve ili više zemalja, ujednačenost će biti prelomljena sa utvrđivanjem koja zemlja ima „najveći broj za jedno mesto, najveći broj-dva mesta, veći broj-trećeg mesta“, itd. Ukoliko izjednačenost i dalje postoji, zemlje koja je ušla sa najviše takmičara će imati prednost i automatski će imati i bolju poziciju u tom slučaju.

Pravilo 39 - Objavljivanje rezultata

39.1 Rezultati:

Sudijski sekretar će prikupljati rang listu sa ocenama koju su statističari evidentirali za svaku kategoriju i zatim sjedinili sve rezultate na Obrazac # 9, pod naslovom „Konačni zapisnik“. Kopije ovih listova će biti distribuirani nacionalnim delegacijama, novinskim medijima, radijima i televizijama odmah posle takmičenja (obično na oproštajnom banketu).

39.2 Sadržaj:

„Konačni zapisnik“ će sadržati broj, ime i zemlju svakog sportiste koji je učestvovao u svakoj kategoriji, spisak prvih 15 finalista prema takmičarskom broju, zajedno sa svojim ukupnim plasmanom u svakom krugu pojedinačno, a zatim i preostali sportista po brojevima, imenima i zemljama.

39.3 Drugi sadržaji:

Potpuni rezultati ukupne kategorije i krajnje klasifikacija nacionalnih timova će takođe biti navedena u „Konačnom zapisniku“.

39.4 Dopune i izmene:

IFBB će objaviti na internetu na adresi www.ifbb.com sve naknadne izmene i dopune od početnih rezultata takmičenja, npr., kao rezultat doping kontrole.

Pravilo 40 - Takmičenje mešovityh parova

40.1 Takmičenje mešovityh parova:

Gde se održava takmičenje mešovityh parova, sudjenje će slediti iste procedure kao što su se koristile i za ostale kategorije takmičenja, osim za sledeće:

1. Ukoliko postoji više od 15 mešovityh parova, eliminacioni krug izbora biće održan za cilju smanjenja broja na 15, pa će tek onda eliminacioni krug biti sproveden po pravilima od 23 - 25.
2. Prejudiciranje (krug 1) će se sprovesti po pravilima 26 - 28, osim što maksimalan broj mešovityh parova koje može da se uporedi u jednom trenutku neće premašiti tri.
3. Mešoviti parovi obavljaju istih 5 obaveznih poza koje se koriste u predstavljanju žena u bodibildingu.
4. Najboljih 6 plasiranih na kraju prejudiciranja će se kvalifikovati za finale.
5. Finale će se sprovesti po pravilima 30 - 35. Najboljih 6 finalista nastupiće obavezno i predstavljaće se sa minutom slobodnog poziranja. Ovo će biti praćeno njihovo slobodno poziranje na rutinski način, dužina koja će biti do maksimalno 90 sekundi.
6. Ceremonija dodele nagrada za mešovite parove će se sprovesti kao po pravilu 36.
7. Isti sudijski obrasci koji se koriste za suđenje u drugim kategorijama takmičenja će se koristiti i za sudije mešovityh parova.

Pravilo 41 - Procena fizičke pripremljenosti mešovityh parova

41.1 Sudija će proceniti svaki mešoviti par kao entitet. Oni čija se fizička pripremljenost podudara, harmonizuje i dopunjuju jedni druge će dobiti najviše pozicije pre nego mešoviti parovi čija fizička pripremljenost izgleda kao izrazito različita i neuravnotežena, kako bi se slučaj visoke ektomorfije čovek i kratke mezomorfije žena, ili obrnuto.

Ovaj faktor će i dalje biti od značaja u drugom krugu, podjednako kao i u prvom. Kada slične poze i pokreti udova budu koristili oba partnera, kao obavezne poze, najviše pozicije će biti dodeljene za veću preciznost u postizanju identične linije. Ovih pet mešovityh parova se predstavlja kao što sledi:

- (a). prednji dupli biceps;
- (b). bočna poza za grudi;
- (c). dupli biceps leđni i
- (d). bočna triceps poza
- (e). trbušni mišići i butine

41.2 Poziranje u odelu u kategoriji mešovityh parova

Pravila za poziranje u odelu za muškarce i žene će se primenjivati i za mešovite parove, Međutim, prednost se daje od strane sudije za podudaranje i komplementarne fiziologije i bikinija koji poboljšavaju fizički izgled i pripremljenost mešovityh parova i njihov izgled kao kombinovane jedinice. Oba člana svakog mešovitog para će nositi isti broj pričvršćene na levu stranu muških kupaćih gaćica ili bikinija.

41.3 U finalu mešovityh parova će se procenjivati pojedinačno i kao pojedinca sa posebnom pažnjom se daje na koliko dobro njihove pojedinačnu fiziologiju dopunjuju jedni druge i koliko dobro se oni zajedno kreću.

PRILOG 5

DETALJAN OPIS OBAVEZNIH POZA

1.1 OBAVEZNE POZE ZA MUŠKARCE:

1. Prednji dupli biceps (pogledajte Sliku 1)

Licem okrenutom ka sudijama, sa nogama i stopalima u liniji i kratkom rastojanju osim kod takmičara će podići obe ruke na ramena i saviti ih u laktovima. Ruke treba da budu stisnute i odbijene tako da izazovu kontrakciju bicepsa i podlaktice mišića, koje su glavne grupe mišića koje treba da se ocene u ovoj pozi. Pored toga, takmičar treba da pokuša da što veći broj kontrakcija izvede i sa drugim mišićima što je moguće više kako bi sudije dobije realniju sliku celog stasa, od glave do pete.

Sudija će prvo tražiti pun razvoj biceps mišića, ističući da li postoji ili ne postoji definisana podela između prednjih i bočnih delova bicepsa, i da će nastaviti od glave do pete istraživanje posmatranja razvoja podlaktice, deltoida, pektoralna, trapezoidnog oblika grudnog mišića, trbušnih mišića, butina i listova. Sudija će takođe tražiti mišićnu gustinu, definiciju i ukupni balans.

2. Prednji latisimus (pogledajte Sliku 2)

Licem okrenutom ka sudijama, sa nogama i stopalima u liniji i kratkom rastojanju osim kod takmičara će podići obe ruke u pesnicama, protiv, uz, niže stavljanje na bokove uz oblikovanje i da će proširiti latisimus mišića. U isto vreme, takmičar treba da pokuša da kontraktuje i mnoge druge frontalne mišića što je više moguće. Biće strogo zabranjeno za konkurenta podići kupaće gaćice za poziranje kako bi se prikazala i gornja unutrašnjost kvadricepsa.

Sudija prvo treba videti da li može da takmičar pokaže dobro širenje latisimus mišića, stvarajući torzo u obliku slova V. Tada sudija treba da nastavi posmatranje od glave do stopala, naglašavajući prve opšte aspekte stasa, a zatim usredsređivanje na detaljnije aspekte različitih mišićnih grupa.

3. Bočna poza za grudi (pogledajte Sliku 3)

Takmičar može da izabere bilo koju stranu za poziranje, kako bi se prikazali „bolju“ ruku. On će stajati sa leve ili desne strane u pravcu sudije i savijati ruke Najbliži sudija sa desnog ugla i pozicije, sa stisnutom pesnicom i, sa drugom strane, posmatrača zglob. Noge najbliži sudijama će biti savijene u kolenu i da će odmoriti na prstima. Takmičar će proširiti grudi i naviše pritiskati na prednjem delu savijene ruke i kontraktovane bicepse koliko je to moguće. On će takođe kontraktovati bedrene mišića, a posebno m. biceps femoris grupe, kao i dole pritisak na prste na nogama, da li će prikazati ugovorene mišića potkolenice.

Sudija će posvetiti posebnu pažnju na grudni mišići i luk na između rebara, bicepsa, noge bicepsa i listova, i da će zaključiti sa direktora za stopalima. U ovom predstavljaju sudiju će moći da posmatraju bedro i listove mišića u profilu, koji će pomoći u ocenjivanju takmičarovog razvoja na što precizniji način.

4. Dupli biceps leđni (pogledajte Sliku 4)

Licem okrenutim prema sudijama, takmičar će se saviti ruke i zglobove, kao u prednjoj duploj biceps pozi, i da će se vratiti na jednoj nozi, uz odmar na prstima. On će onda kontraktovati mišića ruku, kao i mišića ramena, gornji deo i donji deo leđa, butina i mišića listova nogu.

Sudija će prvo posmatrati mišića ruku, a zatim opšti stas od glave do stopala, tokom kojeg je potrebno kontraktovati što više mišićnih grupa nego u svim drugim pozama. Ovo uključuje vrat, deltoid, bicepse, tricepse, podlaktice, trapezius, teres, infraspinatus, podizač podlaktice, spoljni oblik, latisimus dorsi, gluteus, biceps butine i lista na nozi. Ova poza, verovatno više od ostalih, pomoći će sudijama da se odrede poseban kvalitet gustine mišića kod takmičara, kao i njihovu definiciju i opštu ravnotežu.

5. Latisimus leđni (pogledajte Sliku 5)

licem okrenutim ka sudijama, takmičar će staviti svoje ruke na njegov struka sa svojim laktovima široko postavljenim, jednu nogu unazad i odmarajući prste. On će onda kontraktovati latisimus dorsi što je moguće i prikaz kontrakcije lista od pritiskom na dole na zadnjem delu lista nogu. Takmičar treba da napravi što veće napore za prikaz suprotnog dela lista sa onim što je prikazano u toku poze duplog bicepsa leža kao poze, pa sudija može proceniti podjednako oba mišića potkolenice. Biće strogo zabranjeno za konkurenta podići kupaće gaćice za poziranje kako bi se prikazala i gluteus maximus.

Sudija će tražiti dobro širenje latisimus dorsi, ali i za dobru mišićnu gustinu i opet će napraviti posmatranje svih kontrakcija od glave do stopala.

6. Bočna triceps poza (pogledajte Sliku 6)

Takmičar može da izabere bilo koju stranu za ovu pozu kako da pokaže „bolju“ ruku. On će stajati sa leve ili desne strane u pravcu sudija i da će se obe ruke iza njegovih leđa, bilo povezivanje prstiju ili ruku hvatajući prednje strane zglobova sa njegovog zadnjeg dela ruku. Najbliža noga sudijama će biti savijena u kolenu i stopalu. Takmičar će vršiti pritisak na njegovu ruku, čime se izaziva kontrakcija triceps mišića. On će takođe povećava grudi i kontrakcije trbušne mišiće, kao i bedra i mišića lista.

Sudija će prvo istraživati mišićni triceps i posmatrač ceo stas od glave do stopala takmičara. U ovoj pozi, sudija će moći da posmatra bedrene i telesne mišiće iz profila, koji će pomoći u ocenjivanju njihovog komparativnijeg razvoja.

7. Trbušni mišići i butine (pogledajte Sliku 7)

Licem okrenuti takmičar ka sudijama, takmičar će sa obe ruke staviti iza glave i staviti jednu nogu napred. On će onda kontraktovati trbušne mišiće uz blago savijanje trbušnih mišića ka napred. U isto vreme, on će kontraktovati butne mišići nogu unapred.

Sudija će posmatrati abdominalne mišiće i butine, a zatim posmatrati način na koji se izvodi kontrakcija od glave do stopala takmičara.

1.2 OBAVEZNE ŽENSKE POZE:

1. Prednja Dupla biceps (vidi sliku 8)

Licem okrenuta takmičarka ka sudijama, sa nogama i stopalima u liniji i desnoj nozi koja se nalazi blago u stranu, takmičarka će podići obe ruke na ramena i saviti ih u laktovima. Ruke treba da budu stisnute i odbijene, kako bi se uzrokovala kontrakcija bicepsa i podlaktice mišića, koje su glavne grupe mišića koje će se ocenjivati u ovoj pozi. Pored toga, takmičarka treba da pokuša da ugovora kao i mnoge druge mišiće moguće kao i sudije će tokom ove poze posmatrati i ceo stas, od glave do pete.

Sudija će prvo posmatrati biceps mišiće tražeći pun, dostignut razvoj mišića, ističući da li postoji ili ne postoji definisana podeljenost između prednjih i bočnih delova bicepsa, i da će nastaviti sudije i dalje posmatranje od glave do pete posebno gledajući razvoj podlaktice, deltoida, pektorijala, trapezoidni oblik grudnog koša, trbušnih mišića, butina i listova. Sudija će takođe tražiti mišićnu gustinu, definiciju i ukupni balans.

2. Bočna poza za grudi (pogledajte Sliku 9)

Takmičarka može da izabere bilo koju stranu za poziranje, kako bi se prikazala „bolja“ ruka. Ona će stajati sa leve ili desne strane u pravcu sudije i savijati ruke Najbliži sudiji sa desnog ugla i pozicije, sa stisnutom pesnicom i, sa drugim strane, posmatrač zglob. Noge najbliži sudijama će biti savijene u kolenu i da će odmoriti na prstima. Takmičarka će proširiti grudi i naviše pritiskati na prednjem delu savijene ruke i kontraktovane bicepse koliko je to moguće. Ona će takođe

kontraktovati bedrene mišiće, a posebno m. biceps femoris grupe, kao i dole pritisak na prste na nogama, da li će prikazati ugovorene mišića potkolenice.

Sudija će posvetiti posebnu pažnju na grudni mišići i luk na između rebara, bicepsa, noge bicepsa i listova, i da će zaključiti sa direktora za stopalima. U ovom predstavljaju sudiju će moći da posmatraju bedro i listove mišića u profilu, koji će pomoći u ocenjivanju takmičarčinog razvoja na što precizniji način.

3. Dupli biceps leđni (pogledajte Sliku 10)

Licem okrenutim prema sudijama, takmičar će se saviti ruke i zglobove, kao u prednjoj duploj biceps pozi, i da će se vratiti na jednoj nozi, uz odmar na prstima. Ona će onda kontraktovati mišiće ruku, kao i mišiće ramena, gornji deo i donji deo leđa, butina i mišića listova nogu.

Sudija će prvo posmatrati mišiće ruku, a zatim opšti stas od glave do stopala, tokom kojeg je potrebno kontraktovati što više mišićnih grupa nego u svim drugim pozama. Ovo uključuje vrat, deltoid, bicepse, tricepse, podlaktice, trapezius, teres, infraspinatus, podizač podlaktice, spoljni oblik, latisimus dorsi, gluteus, biceps butine i lista na nozi.

4. Bočni triceps poza (pogledajte Sliku 11)

Takmičarka može da izabere bilo koju stranu za ovu pozu kako da pokaže „bolju“ ruku. On će stajati sa leve ili desne strane u pravcu sudija i da će se obe ruke iza njenih leđa, bilo povezivanje prstiju ili ruku hvatajući prednje strane zglobova sa njenog zadnjeg dela ruku. Najbliža noga sudijama će biti savijena u kolenu i stopalu. Takmičarka će vršiti pritisak na njegovu ruku, čime se izaziva kontrakcija triceps mišića. Ona će takođe povećava grudi i kontrakcije trbušne mišiće, kao i bedra i mišića lista.

Sudija će prvo istraživati mišićni triceps i posmatraće ceo stas od glave do stopala takmičara. U ovoj pozi, sudija će moći da posmatra bedrene i telesne mišiće iz profila, koji će pomoći u ocenjivanju njihovog komparativnijeg razvoja.

5. Trbušni mišići i butine (pogledajte Sliku 7)

Licem okrenuti takmičarka ka sudijama, takmičar će sa obe ruke staviti iza glave i staviti jednu nogu napred. Ona će onda kontraktovati trbušne mišiće uz blago savijanje trbušnih mišića ka napred. U isto vreme, ona će kontraktovati butne mišići nogu unapred.

Sudija će posmatrati abdominalne mišiće i butine, a zatim posmatrati način na koji se izvodi kontrakcija od glave do stopala takmičarke.

PRILOG 6

SLIKE SVIH OBAVEZNIH POZA: BODIBILDING ZA MUŠKARCE, ŽENE I MEŠOVITE PAROVE:

Sportisti rade na razvijanju svojih mišića teže da pojedini delovi njihovih tela imaju maksimalnu veličinu, ali i ravnotežu i harmoniju. Ne bi trebalo da imaju „slabe tačke“ odnosno nerazvijene mišiće. Pored toga, oni treba da prate specijalne cikluse pre takmičenja takmičenja, za smanjenje nivoa telesnih masti što je moguće niže i uklanjanje zadržavanja vode kako bi se pokazao pravi kvalitet mišića: gustina, odvajanje i definicija. Ko može da prikaže više detalja na mišiću ima bolje bodovanje i bolju krajnu poziciju. I druga stvar koja ocenjuje opšti stav stasa, koji bi trebalo da bude proporcionalno izgrađen jesu široka ramena i uzak struk, kao i adekvatno duge noge i kraći gornji deo tela.

Ovi kvaliteti su prikazana u toku dva kruga fizičke i telesne procene kada takmičari izvode 7 (muškarci) ili 5 (žene) obaveznih poza tokom poređenja sa od 3 do 5 sportista koje je predložio sudija. Sportisti izvode poze bosu, u kupaćim gaćicama za poziranje (muškarci) i bikiniju (žene). Postoji 8 kategorija za muškarce prema njihovoj telesnoj težini: 65 kg, 70 kg, 75 kg, 80

kg, 85 kg, 90 kg, 100 kg i preko 100 kg kao i 2 kategorije prema telesnoj težini za žene: 55 kg i preko 55 kg.

Kod žena bodibilding manje pažnje se posvećuje tvrdoći mišića, detaljima i definiciji. Veći naglasak se stavlja na opšti pogled na stas, oblik mišića, nivoa masti (adekvatno nizak za žene, a ne tako nizak kao u bodibilding za muškarce) i atraktivne pojedinačne faze prezentacije.

Tu je rutinski krug kada sportisti mogu da pokažu svoje stas tokom 60s rutinskog niza poza koje izvode uz muziku po svom izboru. To je atraktivna, umetnička prezentacije, uključujući i obavezne i neobavezne vežbe i druge vrste pokreta. Postoje tri kruga. U svakom krugu svaki panel sudija mora da stavi što veću konkurenciju, kako bi, dajući im pojedinačna mesta od prvog do poslednjeg.

Klasični bodibilding:

To je verzija bodibildinga za muške sportiste koji ne žele da razviju svoje mišiće na svojim „ekstremitetima“ sa punim potencijalom, već preferiraju blaži „klasičniji“ stas. Da biste kreirali jednake šanse da su telesne težine takmičara ograničena u skladu sa njihovim telesnim visinama, nakon posebne IFBB formule za svaku kategoriju telesne visine (trenutno postoje četiri kategorije: 170 cm, 175 cm, 180 cm i preko 180 cm). Kako je i mišićna masa ograničena, posebna pažnja je posvećena ukupnom pogledu na stas, telesnim proporcijama i linijama, obliku mišića i njihovom stanju (gustini, nivou telesnih masti, definicijama i detaljima). Ove vrednosti procenjuju sudije tokom kruga 1 i 3. U krugu 2, kao i u bodibilding, slobodno poziranje se izvodi uz muziku po izboru sportiste.

Ženski fitness:

Ovaj koncept je uveden od strane IFBB još ranih 80-tih, prošlog veka, počevši kao zvanično takmičenje još 1996. godine, kao odgovor na povećanu potražnju za takmičenje za žene koje vole, za razliku od žena bodibilderki, da se razviju kao manje mišićave, ali uz sportski i estetski stas i takođe da prikažu njihovog izgleda u pokretu. Kod ženskog fitnesa, naglasak je stavljen na lepo oblikovani, atletski izgled stasa, ocenjuje se i poredi sa četiri kvartala i atletske sposobnosti okreta, ocenjuje se i veoma atraktivan i dinamična rutina fitnesa stila.

Sudije traže prednost i elemente fleksibilnog pokreta, visok ritam, tehničku perfekciju, eleganciju i gracioznost. Takmičarke mogu da koriste male rekvizite, u vezi sa njihovim odevnim kombinacijama.

Kao što je i ovo sport koji se bavi telesnim razvojem, takođe postoje dve procene stasa po krugovima pored ovog umetničkog kruga rutine. U krug 1 i 3 takmičarke izvode četiri kvartalna profila u bikiniju, u kojem sudije procenjuju njihove figure i telesne konture, telesni oblik, nivo masti (koje takođe mogu biti malo veća nego kod slučaja bodibilderki), telesna čvrstina i tonus mišića, opšte faze prezentacije (samopouzdanje, pribranost, koordinacija pokreta), kao i kose i lepota lica.

Eliminacija (ukoliko je više od 15 sportistkinja), 1 krug se (pravi poređenje u kvartalnim profilima) i krug 2 (90 sekundi rutinskih elemenata) koje se sve sprovedene tokom prejudiciranja. U finalu, prvih 10 takmičarki ponavlja svoj rutinski fitness (koji se ovaj put ne ocenjuje), a zatim najboljih 6 finalistkinja ulazi u krug 3 (kvartalni profili). Krajnji rezultati iz sva tri kruga se sumiraju i formiraju krajnje pozicije takmičarki.

Muški fitness:



Ova je nova sportska disciplina sa sličnom strukturom kao i ženski fitness, međutim, telesna masa je ograničena u skladu sa formulom koja je uspostavljena za sve četiri kategorije telesne visine (170 cm, 175 cm, 180 cm, a preko 180 cm). Takmičenje uključuje i tri kruga, sa umetničkim fitness rutinama u krugu 2 i kvartalnim profilima u krugu 1 (polufinale) i krug 3 (finalni). Tokom kvartalnih profila takmičari se okreću pri tom noseći kupaće gaće kako bi sudija mogao da proceni ukupne muške atletske sposobnih 10 takmičara koji bi trebalo da obuhvate poteze snage i poteze fleksibilnosti, gimnastičku okretnost ili drugih načina prikazivanja njihovog talenta i atletske sposobnosti. Na kraju, krajnji rezultat iz sva tri kruga daju konačni rezultat i ukazuju na konačnu rang listu takmičara.

Ženski bodifitnes:

Bodifitnes je uveden od strane IFBB-a u 2002. godine koje treba da pruže priliku da se takmiče za široku grupu žena bez rutina kola, već samo onaj stas. Ova formula se pokazala korisnom, a broj takmičara koji učestvuju povećavanje svake godine, ali je i dalje raspravlja kako da ih kreira mogućnost da pokaže svoju figuru u pokretu. Trenutno, postoje tri kruga kvartalnih profila, sa različitim odevnim kombinacijama. U krugu 1 svi takmičari moraju nositi crni bikini i crne klasične cipele. U krugu 2 menjaju odevnu kombinaciju sa jednodelnim kupaćim kostimom-po sopstvenom izboru i klasičnim stilet trikoom bilo koje boje.



U krugu 3 opcioni bikini kostim i visoke štikle se mogu nositi. U svim krugovima sudije treba da procene ukupni atletske izgled i fizički stas, uzimajući u obzir simetrično razvijenu ličnost, mišićni tonus i oblik sa malom količinom masti u telu, kao i kosu i lepotu lica i individualni stil prezentacije, uključujući samouverenost, staloženost i blagost u koraku. Ova sportska disciplina je široko otvorena za sve žene sa dobro oblikovanim telom koje rade u fitness centrima i posle zdrave sportstke ishrane. One od svega ovoga mogu imati samo dodatne koristi! Kao i u fitness, tri krajnja rezultata iz svakog pojedinačnog kruga dovode do krajnjeg rezultata i mesta koje

takmičarka zauzima na takmičenju. Postoje četiri kategorije prema telesnoj visini: 158 cm, 163 cm, 168 cm i preko 168 cm.

Predsednik SSBBFBFA
Goran Ivanović