

Pravidla a podmínky NUTREND Fitness Cup

Pořadatel:

NUTREND DS. a s,

Chválkovice 604, 779 00 Olomouc

Pojmy: NFC – NUTREND Fitness Cup

1. Pravidla vstupu

Všichni sportovci bez výjimky musí uhradit startovní poplatek před jakoukoli účastí na pódiu.

Startovné činí 500,- Kč a každému přihlášenému budou zaslány podklady pro platbu nejpozději 14 dní před zahájením soutěže.

Pro účast na soutěžích NFC není nutná registrace v žádné sportovní organizaci nebo federaci.

Je odpovědností soutěžících sportovců seznámit se se všemi příslušnými pravidly soutěže a dodržovat je.

Sportovci mohou soutěžit pouze v jedné jediné kategorii.

Minimální věk pro účast na jakékoli akci NFC je 16 let.

Žádná hudba na pozadí nesmí obsahovat nadávky, rouhání ani propagovat násilí či rasovou nenávist. Ve všech případech, kdy k tomu dojde, bude hudba zastavena.

Oplzlé nebo bezdůvodné pózování není povoleno.

Sportovci nesmí ležet na pódiu jako součást svých individuálních rutin.

Hlavní rozhodčí má ve výjimečných případech pravomoc odvolat nebo nepovolit sportovci vstoupit na pódium, pokud má pocit, že sportovec nedosáhl základního minimálního standardu požadovaného pro soutěžícího sportovce.

2. Mediální práva

Jakákoli fotografie, videozáznam nebo jakýkoli jiný obrázek účasti sportovce na akci NFC bude považován za přidělený obrázek a NFC bude držitelem autorských práv k těmto výše uvedeným dílům nebo obrázkům.

NFC si vyhrazuje právo kontrolovat jakoukoli a veškerou tiskovou akreditaci pro mediální organizace ve všech případech, kdy se provádí formální mediální pokrytí.

Registrací na akci NFC účastníci berou na vědomí a souhlasí se zveřejněním svého jména v příslušných příspěvcích na sociálních sítích nebo v publikacích souvisejících s akcí.

Účastníci mají právo svůj souhlas se zveřejněním svého jména kdykoli před akcí odvolat.

Odvolání souhlasu musí účastníci oznámit pořadatel NFC (před akcí) písemně nebo prostřednictvím oficiálních komunikačních kanálů.

3. Soutěžní kategorie

Na všech akcích NFC budou nabízeny následující kategorie:

MUŽSKÉ KATEGORIE

MEN'S PHYSIQUE bez omezení výšky

CLASSIC PHYSIQUE bez omezení výšky

ŽENSKÉ KATEGORIE

BIKINI FITNESS NÍZKÉ do 165 cm/VYSOKÉ nad 165 cm

3.1. Mužské kategorie

3.1.1. Kritéria posuzování

Na NFC nejsou určena pravidla pózování dle federací

Všechny kategorie kulturistiky budou posuzovány podle svalového rozvoje, symetrie, rovnováhy v proporcích, připravenosti a prezentace.

Vystupování na jevišti, etiketa a soutěžní nástřík budou tvořit základy všech posuzovatelských rozhodnutí.

3.1.2. Všechny kategorie mužů budou mít stejný formát

Oblečení pro kategorii Classic Physique

pózující trenky bez loga nebo motivů jednobarevné, neprůhledné plavky, které jsou čisté a decentní. Šíře plavek je minimálně 15 cm a plavky musí zakrývat celé hýžděové svaly. Tanga nejsou povolena.

Barva plavek je ponechána na uvážení soutěžícího. Plavky nesmí být plastové, kožené nebo latexové. Kovové materiály (jako jsou zlaté nebo stříbrné okraje) a zdobené (řetízky, kameny, flitry) nejsou povoleny.

Použití vycpávek v plavkách je zakázáno. Sportovci by měli být bez chloupků na těle. Nejsou povoleny žádné tělové šperky.



Obrázek 1: Oblečení muži kategorie Classic Physique

Oblečení pro kategorii Men's Physique

neprůhledné volné šortky ke kolenům, které jsou čisté a decentní. Nejsou povoleny žádné těsné šortky.

Barva a látka šortek bude ponechána na uvážení soutěžícího. Šortky mohou mít geometrické vzory a motivy, ale žádné vyklenuté zdobení.

Loga osobních sponzorů nejsou na šortkách povolena, jsou akceptována pouze loga výrobců. Použití vycpávek v šortkách je zakázáno. Sportovci by měli být bez chloupků na těle. Nejsou povoleny žádné tělové šperky.



Obrázek 2: Oblečení muži kategorie Men's Physique

3.1.3. Průběh pózování

Sportovci vstoupí na pódium v číselném pořadí a postaví se do řady. Sportovci budou provádět čtvrtobraty.

Sportovci předvedou povinné pózy.

Sportovci budou provádět jednotlivé volné sestavy.

Sportovci mohou být požádáni, aby provedli volný styl „posedown“ jako skupina.

Sportovci pak obdrží pozvánky do finále, medaile, poháry atp...

Sportovci poté opustí pódium.

Ve všech případech budou sportovci řízeni a instruováni hlavním rozhodčím, panelem rozhodčích a případně určenými pomocníky na pódium.

Čtvrtobraty:

Hlava musí směřovat stejným směrem jako nohy

Ruce musí být drženy mírně od trupu

Žádné kroucení trupu

Nohy musí být rovné na podlaze

Povinné pozice jsou následující:

Dvojitý biceps zepředu

Široký sval zádový zepředu

Hrudník z boku

Triceps z boku

Dvojitý biceps zezadu

Široký sval zádový zezadu

Břicho a stehna

Klasická póza dle vlastní volby

*Ve většině případů budou sportovci požádáni, aby ukázali pouze jednu stranu na pozicích Triceps & Biceps, ale při srovnání mohou být vyzváni, aby konkrétně ukázali každou stranu jednotlivě.

3.1.4. Jednotlivé rutiny pózování

3.1.4.1. CLASSIC PHYSIQUE

Jedna kategorie

Kritéria posuzování

Classic physique bude hodnocena podle svalového rozvoje, symetrie, proporcí, připravenosti a prezentace.

Rozhodčí odmění postavu, která nejlépe představuje ladný balíček se všemi svalovými skupinami vycházejícími ze širokých ramen. Sportovci by měli být v ideálním případě úzcí v pase a mít silné nohy, které ladí a doplňují horní část těla.

Jednotlivé sestavy pózování budou sledovány a rozhodčí by je měli vzít v úvahu při hodnocení celkového hodnocení sportovce.

Vystupování na jevišti, etiketa a soutěžní barva budou tvořit základy všech posuzovatelských rozhodnutí.

Ve všech případech budou sportovci řízeni a instruováni hlavním rozhodčím, panelem rozhodčích a případně určenými pomocníky na pódiu.

Čtvrtobraty

Hlava musí směřovat stejným směrem jako nohy.

Ruce musí být drženy mírně od trupu

Žádné kroucení trupu

Nohy musí být rovné na podlaze

Povinné pózy jsou následující;

Dvojitý biceps zepředu

Široký sval zádový zepředu

Hrudník z boku*

Triceps z boku*

Dvojitý biceps zezadu

Široký sval zádový zezadu

Břicho a stehna

Klasická póza dle vašeho výběru

*Ve většině případů budou sportovci požádáni, aby ukázali pouze jednu stranu na pozicích Triceps & Biceps, ale při srovnání mohou být vyzváni, aby konkrétně ukázali každou stranu jednotlivě.

Volné sestavy

Každý sportovec bude mít 60 sekund individuálního volného pózování na hudbu dle vlastního výběru. Ve VŠECH případech začne hrát hudba a sportovec vstoupí na pódium, aby provedl svou rutinu.

Oplzlé nebo bezdůvodné pózování není povoleno. Poloha „úplněk“ v předklonu není povolena.

Sportovci nesmí během své rutiny ležet na jevišti.

Abychom zopakovali pravidla pro přihlášení, žádná hudba nesmí obsahovat vulgární výrazy, rouhat se nebo propagovat násilí.

V případě technického problému zajistí pořadatel akce hudební doprovod.

3.1.4.1. MEN'S PHYSIQUE

Jedna kategorie

Kritéria posuzování

Všechny třídy Men's Physique budou posuzovány u sportovce, který má atletický vzhled, svalnatost, symetrii, proporce, připravenost a prezentaci.

Vystupování na jevišti, etiketa a úprava pokožky budou tvořit základy všech posuzovatelských rozhodnutí.

Posouzen bude každý aspekt výkonu sportovce, včetně odstínu a stavu pleti, vlasů a rysů obličeje.

Ve všech případech budou sportovci řízeni a instruováni hlavním rozhodčím, panelem rozhodčích a případně určenými pomocníky na pódiu.

Čtvrtobraty

Hlava musí směřovat stejným směrem jako nohy

Ruce musí být drženy mírně od trupu bez zatínání pěstí.

Žádné kroucení trupu

Nohy musí být rovné na podlaze

Povinné pózy jsou následující

Čelní, paže nad hlavou, s otevřenou rukou

*Levá strana ukazuje břišní a šikmé svaly s levou rukou za hlavou

Zadní póza, paže nad hlavou, s otevřenou rukou

*Pravá strana ukazuje břišní a šikmé svaly s pravou rukou za hlavou

Přední pozice břicha

*V bočních pózách může být volná ruka na bocích nebo mimo ně. I-walk bude provedena následovně;

Sportovci budou vybráni v číselném pořadí

Sportovec odstartuje ze zadní části jeviště s přední pozicí dle výběru.

Sportovec se přesune do čela jeviště a znovu předvede zvolenou přední pozici.

Sportovec poté provede čtyři čtvrtobraty s vlastní interpretací. Ve všech případech mohou být ruce vysoko nebo nízko, ale musí být otevřené. Sportovec se vrátí do řady v číselném pořadí a čeká na pokyny.

Celý I-walk by měl trvat maximálně 60 sekund.

3.2. Ženské kategorie

Dámské kategorie jsou rozděleny na kategorie vysoké a nízké. Vyhlášovatel může učinit předem nebo v den soutěže rozhodnutí kategorie sloučit do jedné.

Na NFC nejsou určena pravidla pózování dle federací.

Výškové kategorie:

Nízká: do 165 cm včetně

Vysoká: nad 165 cm

Pokud počet přesáhne určité množství v nízkých a vysokých, budou třídy rozděleny na nízké/médium/vysoké.

3.2.1. BIKINI FITNESS ŽEN

Kritéria posuzování

Oblečení budou dvoudílné bikiny jakékoli barvy, látky nebo textury, které mohou být zdobeny krystaly nebo podobně. Spodní díl bikin musí pokrývat celou přední část a být vkusný a ženský zezadu. Tanga nejsou povolena.

Boty mohou být jakéhokoli stylu, s výškou podpatku ne více než 12,7 cm. Žádáme, aby všechny boty byly vhodné pro daný účel a bezpečnou chůzi.

Sportovkyně nesmí nosit čelenky ani jiné pokrývky hlavy.

Šperky lze nosit, ale musí být vkusné a nesnižovat postavu.

Bikiny, šperky a boty nebudou hodnoceny.



Obrázek 3: Oblečení ženy kategorie Bikini fitness

Všechny třídy Bikini Fitness žen budou mít stejný formát:

Sportovkyně vstoupí na pódium v číselném pořadí a postaví se do řady.

Sportovkyně budou provádět čtvrtobraty.

Sportovkyně předvedou povinné pózy.

Sportovkyně budou provádět individuální I-walk.

Sportovkyně mohou být požádány, aby provedly ženský posedown jako skupina.

Sportovkyně pak obdrží medaile, trofeje, pozvánky do finále atd...

Sportovkyně poté opustí pódium

Ve všech případech budou sportovci řízeni a instruováni hlavním rozhodčím, panelem rozhodčích a případně určenými pomocníky na pódiu.

Čtvrtobraty

Přední pozice – Sportovkyně s jednou rukou na boku a druhou paží dolů. Sportovkyně může také předvést přední pozici s oběma rukama v bok nebo oběma rukama dole.

(Čtvrtobrat doprava)

Boční pozice – Sportovec ukazuje levou stranu – pravá noha rovná, levá noha pokrčená, pravá ruka v kyčli, levá paže dolů. Střídavě – levá noha rovná, pravá pokrčená, pravá ruka v kyčli, levá paže dolů.

(Čtvrtobrat doprava)

Zadní postoj – Sportovec s jednou rukou na boku a druhou paží dolů. Sportovec může také předvést zadní pozici s oběma rukama v bok nebo oběma rukama dolů.

(Čtvrtobrat doprava)

Boční pozice – Sportovec ukazuje pravou stranu – levá noha rovná, pravá noha pokrčená, levá ruka v kyčli, pravá paže dolů. Střídavě – pravá noha rovná, levá pokrčená, levá ruka v kyčli, pravá paže dolů.

(Čtvrť odbočka doprava)

I-walk bude provedena následovně

Sportovkyně budou uvedeny na stranu pódia.

Sportovkyně zahájí I-walk tím, že se vydá do zadní části jeviště v pouze jedné libovolné pozici.

Sportovkyně se přesune do čela jeviště a znovu předvede zvolenou pozici.

Sportovkyně poté předvede pózy svou vlastní interpretací, přičemž po celou dobu bude udržovat vhodné PCA bikini fitness pózy.

Sportovkyně se vrátí do řady na straně jeviště a čeká na instrukce.

Celý i-walk by měla trvat maximálně 60 sekund.

BIKINI FITNESS NÍZKÉ/MÉDIUM/VYSOKÉ

Dámy z Bikini Fitness budou hodnoceny podle atleticky zpevněného těla podporujícího zdravý životní styl. Dámy budou znatelně fit a projeví známky svalového tréninku, aniž by byly přehnaně vyrýsované. Symetrie, proporce, připravenost a prezentace budou hodnoceny rozhodčími.

Důležitá je také prezentace na pódiu, etiketa a úprava pokožky.

4. Průběh soutěže

Eliminace – soutěží-li v jedné kategorii více než 15 soutěžících, je možné provést, pro redukci počtu soutěžících na 15, eliminaci.

Na pokyn hlavního rozhodčího nastoupí soutěžící na pódium v pořadí startovních čísel (z pohledu rozhodčích zleva od nejmenšího startovního čísla) a postaví se do řady (případně do dvou řad).

Poté hlavní rozhodčí předvolá do středu pódia před rozhodčí vždy skupinu zpravidla 5 soutěžících, kteří předvedou současně 4 postoje – oba bicepsy zepředu, hrudník z boku, oba bicepsy zezadu, břicho a stehna.

Každý rozhodčí označí 15 nejlepších soutěžících na určeném formuláři. 15 nejčastěji označených soutěžících postupuje do semifinále. V případě shody na 15. místě jsou ti, jejichž počty označení se shodují, přivedeni zpět na pódium, kde opět předvedou určené postoje, a rozhodčí postupují, jak je uvedeno výše.

Semifinále – 1. kolo – všichni semifinalisté na pokyn hlavního rozhodčího nastoupí na pódium v pořadí startovních čísel (z pohledu rozhodčích zleva od nejmenšího startovního čísla).

Jako skupina pak soutěžící provedou na povel hlavního rozhodčího v uvolněném kulturistickém postoji obrat čelem vzad a zpět.

Poté hlavní rozhodčí předvolá před hodnotící rozhodčí skupiny soutěžících podle startovních čísel (zpravidla 5 jednotlivců), kde provedou společně povinné postoje. Toto počáteční porovnávání má pomoci rozhodčím při rozhodování o tom, kteří soutěžící budou vybráni do prvního vyvolávání.

Následně budou předvolány skupiny vybraných soutěžících (zpravidla 5 jednotlivců), a to na základě zpracovaných individuálních požadavků jednotlivých rozhodčích. Každý rozhodčí vždy sleduje všechna porovnávání. Soutěžící ve skupině opět předvedou společně povinné postoje.

Finále – 2. kolo – závodníci, kteří postoupili do finále, provedou postupně (v pořadí od nejnižšího startovního čísla) svou volnou sestavu na vlastní hudbu v délce 1 minuty (čas se počítá od chvíle spuštění hudby).

Pro kategorii Men's physique a Bikini fitness platí prezentace I-walk.

Volná sestava je hodnocená individuální disciplína bez účasti spoluúčinkujících s libovolnou choreografií a náplní dle vlastní fantazie. Volná sestava může obsahovat prvky kulturistické, taneční, bojového umění a další prvky bez omezení, vždy však odpovídající obecným normám vkusu a slušnosti.

Finále – 3. kolo – na pokyn hlavního rozhodčího nastoupí na pódium finalisté v pořadí startovních čísel. Po představení společně předvedou povinné postoje (viz semifinále).

Poté hlavní rozhodčí finalisty postaví v jiném pořadí startovních čísel a opět společně předvedou povinné postoje (stejně jako v semifinále). Podle momentální situace mohou soutěžící provést tyto postoje na levé i pravé straně pódia. Poté následuje společné „volné pózování“ finalistů v délce 1 minuty (toto pózování již není hodnoceno).

5. Hodnocení

Při hodnocení postavy soutěžících, ať již individuálně, nebo při porovnávání, se rozhodčí snaží hodnotit postavu jako celek. U povinných postojů nejprve sleduje konkrétně demonstrované svalové skupiny. Poté rozhodčí hodnotí celou postavu, počínaje hlavou přes jednotlivé svaly směrem dolů. Začíná obecným dojmem, prohlíží objem svalů, vyváženost jejich utváření, jejich hustotu a kresbu. Postupně prohlíží hlavu, šíji, ramena, hrudník, všechny svaly paží, přední část trupu a prsní svaly, vazbu ramenních a prsních svalů, břišní svaly, pas, stehna, lýtka, kotníky a nártý. Tentýž postup použije při hodnocení postojů zády k rozhodčímu. Postupně prohlíží horní a dolní části trapézového svalu, svaly oblé, sval podhřebenový, vzpřimovače páteře, skupinu hýžďových svalů, hamstringy, lýtko, kotníky a nártý. Podrobné hodnocení různých svalových skupin rozhodčí provádí během porovnávání, které mu umožní srovnávat tvar svalů, jejich objem, hustotu a kresbu při současném sledování celkové vyrovnanosti a vyváženosti rozvoje postavy.

Sbor rozhodčích určuje v každém kole pořadí soutěžících, hodnotí je umístěním od nejlepšího po nejhoršího, přičemž nesmí dát dvěma nebo více sportovcům stejné umístění. Škrtají se jedno nejvyšší a jedno nejnižší pořadí (u pěti nebo sedmi rozhodčích) nebo dvě nejvyšší a dvě nejnižší pořadí (u devíti a více rozhodčích) a sečtou se zbývající umístění.

Do finále postupuje 6 nejlépe hodnocených soutěžících ze semifinále. Pokud je pouze 7 a méně soutěžících, je možné provést jen finále.

Výsledné pořadí je určeno následovně. Bodové hodnocení každého závodníka ve 3. kole se vynásobí dvěma a vzniklé hodnocení se přičte k jeho součtu z 2. kola. Soutěžící s takto vzniklým nejvyšším celkovým součtem za obě finálová kola se umístil na prvním místě.

Dojde-li ke shodnému součtu umístění ve finále, lepší závodník bude ten, který byl lépe hodnocen ve finále ve 3. kole (v hodnocení postavy).