

REGLAMENTO DE COMPETENCIA

CLASSIC PHYSIQUE





Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



CONTENIDO

1. CATEGORÍAS Y DIVISIONES
2. PROCEDIMIENTO Y NORMAS PARA REALIZAR LAS FASES DE COMPETICIÓN
 - 2.1 Eliminatorias
 - 2.2 Semifinales
 - 2.3 Finales
 - 2.4 Premiación
 - 2.5 Campeón Absoluto
3. INDUMENTARIA PARA COMPETIR Y DETALLES DE PRESENTACIÓN DE LOS COMPETIDORES
4. NORMAS PARA LA EVALUACIÓN DEL FÍSICO Y DESCRIPCIÓN DE LAS POSES
 - 4.1 Evaluación del físico

IMPORTANTE

Los Jueces son la autoridad en los temas pertinentes al desarrollo normativo y reglamentario de los eventos y el Director de Jueces (Juez de más alto rango) es su máxima autoridad, por lo que Directivos y Organizadores no pueden revertir resultados o cambiar lo dispuesto por los Jueces, antes o después de que las planillas de juzgamiento hayan sido tabuladas.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



La categoría **CLASSIC PHYSIQUE** fue creada en 2018.

Está dirigida a los hombres que prefieren desarrollar un físico musculoso, atlético y estéticamente agradable, manteniendo una relación de talla – peso específica.

Se siguen los mismos criterios de juzgamiento que las demás modalidades de fisiculturismo. Se evalúa la apariencia general masculina y atlética del físico. La evaluación comienza por la cabeza extendiéndose hacia abajo, teniendo en cuenta el conjunto del cuerpo completo, los rasgos faciales, el desarrollo general atlético, la presentación de un físico equilibrado, simétricamente desarrollado con el agregado de una superior, pero ligera densidad muscular, sin perder la esteticidad. Recordemos que esta categoría por encima de todo busca la estética muscular en un cuerpo atlético donde la cintura pequeña y abdomen plano o vaciado, músculos redondos simétricos y armónicos, la condición y el tono de la piel, y por supuesto la habilidad de presentarse en el escenario con confianza.

El enfoque entonces, para esta nueva modalidad será observar al atleta de manera integral y que mantenga todos los parámetros: cintura pequeña, simetría, proporción y muscularidad, cumpliendo con la relación talla-peso.

1. Categorías y Divisiones

1.1 Categorías

JUNIOR: atletas hasta 23 años, pueden incluirse aquellos que cumplan ésta edad en el mismo año en que se realice el campeonato y competir hasta el 31 de diciembre. Deben presentar su documento de identificación.

Divisiones
Hasta e incluido 168 cm (- 100 + 2 = Peso Máximo Kg)
Hasta e incluido 171 cm (- 100 + 3 = Peso Máximo Kg)
Hasta e incluido 175 cm (- 100 + 4 = Peso Máximo en Kg)
Hasta e incluido 180 cm (- 100 + 6 = Peso Máximo en Kg)
Hasta e incluido 190 cm (- 100 + 7 = Peso Máximo en Kg)
Hasta e incluido 198 cm (- 100 + 8 = Peso Máximo en Kg)
Mas de 198 cm (- 100 + 9 = Peso Máximo en Kg)



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



SENIOR: atletas mayores de 23 y menores de 40 años, sin embargo pueden incluirse en la competencia atletas junior o master si es su deseo participar como senior, aclarando que no es posible participar en dos categorías de edad en el mismo campeonato. Cada división se abrirá con tres atletas.

Divisiones
Hasta e incluido 168 cm (- 100 + 4 = Peso Máximo Kg)
Hasta e incluido 171 cm (- 100 + 6 = Peso Máximo Kg)
Hasta e incluido 175 cm (- 100 + 8 = Peso Máximo en Kg)
Hasta e incluido 180 cm (- 100 + 11 = Peso Máximo en Kg)
Hasta e incluido 190 cm (- 100 + 13 = Peso Máximo en Kg)
Hasta e incluido 198 cm (- 100 + 15 = Peso Máximo en Kg)
Mas de 198 cm (- 100 + 17 = Peso Máximo en Kg)

MASTER: se dividen en tres grupos según su edad: atletas de 40 a 44 años, atletas de 45 a 49 años y atletas de más de 50 años. Si hay pocos inscritos (menos de tres por división) compiten en categoría unificada. Deben presentar su documento de identificación. La limitación en la relación talla/peso será la misma aplicada para las divisiones Senior.

Divisiones
División única en cada grupo de edad

2. Procedimientos y normas para realizar las fases de competición

2.1 Eliminatorias

Esta fase de competencia se realiza cuando el número de participantes es mayor a 15 atletas.

El director de la competencia solicita a los atletas que ingresen por el costado izquierdo del escenario (tomando como referencia la ubicación de los jueces) y se formen en una sola línea mirando hacia el público, a continuación, todo el grupo realizará dos poses de simetría: armados de frente y de espaldas.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



Inmediatamente los jueces de tarima procederán a rotar la línea, haciendo que el atleta con el número más bajo gire a su lado izquierdo y los demás lo sigan caminado hasta el extremo opuesto del escenario, ubicando el número más bajo a la izquierda del panel de jueces; a continuación, todo el grupo de frente al público realizará dos poses de simetría: armados de frente y de espaldas.

El director de la competencia continuará solicitando a los jueces de tarima que posicionen a los atletas en dos filas diagonales en los costados del escenario, dividiendo en grupos proporcionales de acuerdo al total de competidores.

Luego los atletas divididos en grupos pequeños (4, 5 ó 6 de acuerdo al total de participantes), serán llamados por el director de competencia al centro del escenario para que realicen en conjunto 4 poses que se detallan a continuación, mientras tanto los demás atletas se mantienen formados en las diagonales, guardando una postura adecuada:

- De frente, doble de bíceps.
- De perfil, pectoral de perfil.
- De espalda, doble de bíceps.
- De perfil, extensión de tríceps..

Terminados los grupos, el panel de jueces NO puede solicitar comparaciones entre los atletas. Los jueces de tarima proceden a unir las dos diagonales y forman a los atletas en una sola línea en orden numérico, para su saludo final al público.

Los atletas son invitados a salir del escenario, finalizando la ronda eliminatoria, una vez que se realice la estadística de los resultados individuales de los jueces, se dará inicio a las semifinales con los 15 mejores.

Los jueces eligen los 15 semifinalistas marcando una X en su papeleta, tomando en cuenta la siguiente normativa:

Si en la categoría participan entre 16 y 21 competidores, los jueces marcaran con una X a los atletas que consideran deben ser eliminados.

Si en la categoría participan más de 21 competidores, los jueces marcaran con una X a los 15 atletas que consideran deben pasar a semifinales.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



2.2 Semifinales

Esta fase de competencia se realiza cuando existen de 7 a 15 atletas participantes.

Los jueces de tarima formarán detrás del escenario a los 15 atletas que pasaron de las eliminatorias o los atletas participantes si no hizo falta esta fase.

El director de la competencia solicita a los atletas que ingresen por el costado izquierdo del escenario (tomando como referencia la ubicación de los jueces) y se formen en una sola línea mirando hacia el público, a continuación todo el grupo realizará dos poses de simetría: armados de frente y de espaldas.

Inmediatamente los jueces de tarima procederán a rotar la línea, haciendo que el atleta con el número más bajo gire a su lado izquierdo y los demás lo sigan caminado hasta el extremo opuesto del escenario, ubicando el número más bajo a la izquierda del panel de jueces; a continuación, todo el grupo de frente al público realizará dos poses de simetría: armados de frente y de espaldas.

El director de la competencia continuará solicitando a los jueces de tarima que posicionen a los atletas en dos filas diagonales en los costados del escenario, dividiendo en grupos proporcionales de acuerdo al total de competidores.

Luego los atletas divididos en grupos pequeños (4, 5 ó 6 de acuerdo al total de participantes), serán llamados por el director de competencia al centro del escenario para que realicen en conjunto las 4 poses comparativas que se detallan a continuación, mientras tanto los demás atletas se mantienen formados en las diagonales, guardando una postura adecuada:

- De frente, doble de bíceps.
- De perfil, pectoral del perfil.
- De espalda, doble de bíceps.
- De perfil, extensión de tríceps.

Terminadas las comparaciones en los grupos, cada juez integrante del panel entregará inmediatamente el formulario de TOP FIVE, donde coloca los números de los atletas que considera son los 5 mejores, en orden numérico.

Los jueces estadísticos en conjunto con el director de competencia realizan el promedio de estas calificaciones, para conformar dos o tres grupos de acuerdo al número de participantes que serán llamados para comparación. En el primer grupo se colocan los atletas con más votación o pedido de los jueces, quienes por lógica pasarán a ser los 5 mejores; tomando en cuenta el mismo criterio se definirán los siguientes grupos.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



Una vez preparados los grupos el director de competencia solicita que se ubiquen en el centro del escenario los 5 mejores atletas, a quienes llamará en orden numérico, estos realizarán los 4 cuartos de giro y las 6 poses reglamentarias de competencia y regresaran a ubicarse encabezando la diagonal de la izquierda (tomando como referencia la ubicación de los jueces).

Cuartos de giro

Cuarto de giro a la derecha, muestran el costado izquierdo.

Cuarto de giro de espalda, muestran la espalda.

Cuarto de giro a la derecha, muestran el costado derecho.

Cuarto de giro hacia el frente, muestran el frente.

Poses reglamentarias

De frente, doble de bíceps.

De perfil, pectoral del perfil.

De espalda, doble de bíceps.

De perfil, extensión de tríceps.

De frente, vacío abdominal, muslos y abdominales.

Pose clásica a elección del atleta.

Pose de vacío abdominal

Esta es una pose obligatoria que se realiza en dos tiempos.

De frente a los jueces, el competidor colocara ambos brazos detrás de la cabeza, con los pies juntos; luego posara al primer pedido del director de competencia (vacío abdominal), el atleta debe realizar la pose de vacío y al mismo tiempo debe contraer los músculos de los muslos, torso y brazos.

A continuación el director de competencia hará el segundo pedido (abdominales y muslos) el atleta contraerá los músculos abdominales con el tronco ligeramente hacia delante y mostrando una pierna hacia adelante. Al mismo tiempo, contraerá los músculos del muslo y de la (s) pierna (s).



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



El director de competencia continuará llamando los grupos siguientes (6 al 10 y 11 al 15) siguiendo el procedimiento antes señalado; terminadas las comparaciones cada grupo se ubicará en la diagonal a continuación de los atletas que les antecederon en la participación.

Terminados los grupos, los jueces de tarima proceden a unir las dos diagonales y forman a los atletas en una sola línea, para su saludo final al público.

Los atletas son invitados a salir del escenario, finalizando la ronda de semifinales, una vez que se realice la estadística de los resultados individuales de los jueces, se dará inicio a las finales con los 6 mejores, quienes iniciaran la nueva fase con puntaje cero.

Los jueces entregaran su papeleta ubicando a los atletas del 1 al 15 de forma obligatoria.

2.3 FINALES

Esta fase de competencia se realiza cuando existen de 3 a 6 atletas participantes; si estos pasaron de semifinales inician con puntaje cero, es decir no acumulan puntuación anterior.

En esta fase los atletas tendrán dos rounds de competencia con puntuación independiente.

Para el primer round denominado POSES COMPARATIVAS, los atletas ingresan al escenario formados en orden numérico, ubicándose el número más bajo a la izquierda del panel de jueces; a continuación, con todo el grupo de frente al público el director de competencia solicitará dos poses de simetría: armados de frente y de espaldas.

Luego procederán a realizar los cuartos de giro:

Cuartos de giro

Cuarto de giro a la derecha, muestran el costado izquierdo

Cuarto de giro de espalda, muestran la espalda.

Cuarto de giro a la derecha, muestran el costado derecho.

Cuarto de giro hacia el frente, muestran el frente.

Y las 6 poses comparativas de competencia

De frente, doble de bíceps.

De perfil, pectoral del perfil.

De espalda, doble de bíceps.

De perfil, extensión de tríceps.

De frente, vacío abdominal, muslos y abdominales.

Pose clásica a elección del atleta.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



El director de competencia continuará llamando los grupos siguientes (6 al 10 y 11 al 15) siguiendo el procedimiento antes señalado; terminadas las comparaciones cada grupo se ubicará en la diagonal a continuación de los atletas que les antecedieron en la participación.

Terminados los grupos, los jueces de tarima proceden a unir las dos diagonales y forman a los atletas en una sola línea, para su saludo final al público.

Los atletas son invitados a salir del escenario, finalizando la ronda de semifinales, una vez que se realice la estadística de los resultados individuales de los jueces, se dará inicio a las finales con los 6 mejores, quienes iniciaran la nueva fase con puntaje cero.

Los jueces entregaran su papeleta ubicando a los atletas del 1 al 15 de forma obligatoria.

2.3 Finales

Esta fase de competencia se realiza cuando existen de 3 a 6 atletas participantes; si estos pasaron de semifinales inician con puntaje cero, es decir no acumulan puntuación anterior.

En esta fase los atletas tendrán dos rounds de competencia con puntuación independiente.

Para el primer round denominado POSES COMPARATIVAS, los atletas ingresan al escenario formados en orden numérico, ubicándose el número más bajo a la izquierda del panel de jueces; a continuación con todo el grupo de frente al público el director de competencia solicitará dos poses de simetría: armados de frente y de espaldas.

Luego procederán a realizar los cuartos de giro:

Cuartos de giro

Cuarto de giro a la derecha, muestran el costado izquierdo

Cuarto de giro de espalda, muestran la espalda

Cuarto de giro a la derecha, muestran el costado derecho

Cuarto de giro hacia el frente, muestran el frente

Y las 6 poses comparativas de competencia

De frente, doble de bíceps.

De perfil, pectoral del perfil.

De espalda, doble de bíceps.

De perfil, extensión de tríceps.

De frente, vacío abdominal, muslos y abdominales.

Pose clásica a elección del atleta.

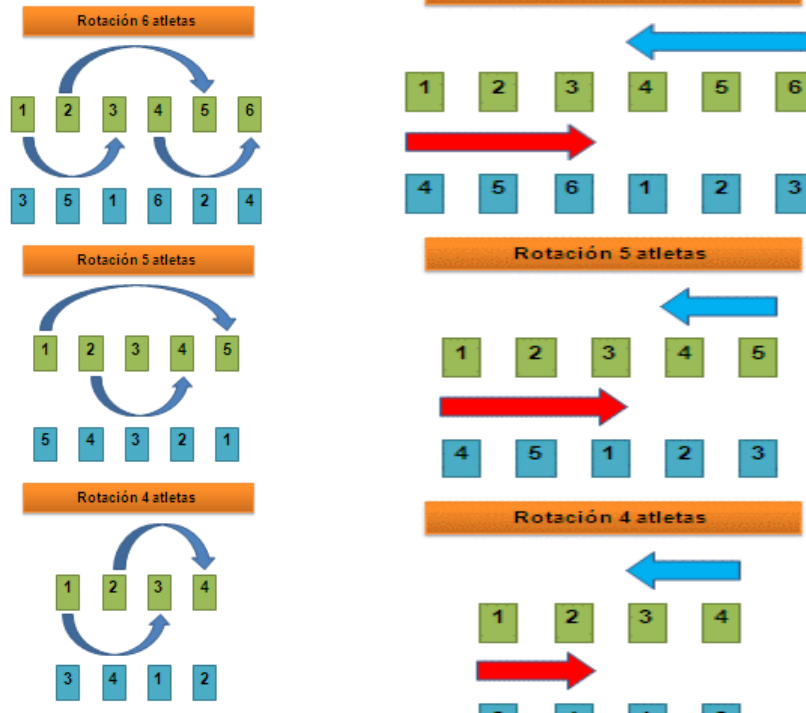


Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



A continuación, los jueces de tarima procederán a ROTAR la posición de los atletas, la misma que es obligatoria y se realiza de acuerdo a los gráficos siguientes:



Cuando los atletas hayan tomado la nueva ubicación, el director de competencia solicitará una vez más las poses reglamentarias.

Finalizada la segunda comparación, el director de competencia tendrá la opción de invertir la ubicación de los atletas para volver a la posición inicial o solicitar directamente el pose down; en el primer caso procederá de forma inversa a la que se explica en los gráficos.

Continuando la competencia, el director del evento solicitará que todos los atletas en conjunto realicen un POSE DOWN, que durará hasta 60 segundos, en este los atletas podrán posar libremente en cualquier lugar del escenario, guardando siempre la distancia y el respeto entre ellos.

El round de poses comparativas equivale al 66,66% de la calificación del atleta en las finales; por lo que en este momento de la competencia cada integrante del panel de jueces deberá entregar su papeleta donde ubica a los competidores del 1 al 6.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



El pose down no es calificado, es una exhibición de todos los atletas para el público y se realizará con música de libre elección.

En el segundo round denominado POSES LIBRES, los atletas son llamados por el director de competencia individualmente y en orden numérico, para que realicen un minuto de poses libres.

Al llamado cada atleta se ubicará en el lugar del escenario donde tiene planificado realizar su presentación, de preferencia deberá ser en el centro y aprovechando toda la luz disponible; seguidamente con el inicio de la música presentarán una rutina artística y coreografiada donde resalte lo mejor de su físico, utilizando poses reglamentarias y de fantasía que se acoplen perfectamente con la canción preparada; esto se conoce como el arte de posar o plasticidad.

Finalizada su participación regresarán al camerino, donde esperarán la ceremonia de premiación.

El round de poses libres equivale al 33,33% de la calificación del atleta en las finales, por lo que en este momento de la competencia cada integrante del panel de jueces deberá entregar su papeleta donde ubica a los competidores del 1 al 6.

Los jueces estadísticos procederán a tabular las calificaciones de los dos rounds para entregar la ubicación final de los atletas y continuar con la ceremonia de premiación.

Como recomendación general, los atletas NO podrán estar masticando chicle en ningún momento de la competencia.

2.4 Premiación

Se procederá con la ceremonia de premiación de acuerdo al programa preparado para el evento, procurando dar el tiempo suficiente para que los estadísticos preparen los resultados.

En el momento, el director de competencia llamará a la división que va a ser premiada, de inmediato los jueces de tarima permitirán el ingreso de los atletas que conforman la misma, quienes ingresaran formados uno tras otro en orden numérico y avanzaran para ubicarse de frente al público en la línea de premiación, que estará marcada 3 metros atrás de la línea de competencia.



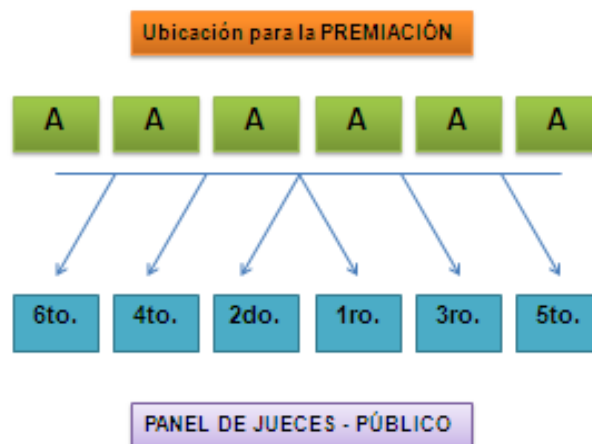
Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



Será necesario tener preparados los premios a entregar (medallas, trofeos, diplomas, etc.), así como a las personas que realizarán la premiación.

Siempre se iniciará premiando al atleta con la última ubicación y se continuará en forma descendente hasta llegar a premiar al primer lugar o campeón. Para esto los atletas que obtuvieron lugares pares (6 – 4 – 2) recibirán su premio al costado izquierdo del escenario (tomando como referencia el panel de jueces), y los lugares impares (5 – 3 – 1) al costado derecho, como se muestra en la gráfica.



Durante toda la premiación los atletas deberán guardar una actitud correcta y recibir el resultado de su participación con profundo respeto, será necesario que permanezcan en el escenario hasta que el director de competencia anuncie la salida, no podrán quitarse las medallas o abandonar los premios, así como realizar gestos o expresiones de inconformidad. El incumplimiento de esta norma será considerado como una falta disciplinaria y deberá ser sancionada de acuerdo a lo establecido en el estatuto y reglamento de la institución deportiva.

La IFBB recomienda que las autoridades que realizan la premiación no levanten los brazos de los atletas al finalizar la misma, debido a que los productos de bronceado y aceite que utilizan podrían manchar su vestimenta, además esta posición no brinda una imagen homogénea para las fotografías; por lo que sugiere que las autoridades se ubiquen junto a los atletas, intercalándose entre ellos, y mantengan todos los brazos abajo.

En eventos internacionales deberá entonarse el himno nacional del atleta campeón, una vez que se hayan ubicado como se describe en el numeral anterior, este momento es solemne, por lo que es importante que todos los asistentes se pongan de pie y guarden silencio.



Reglamento de Competencia

CLASSIC PHYSIQUE



2.5 Campeón Absoluto

Inmediatamente después de la ceremonia de premiación, los ganadores de cada categoría serán llamados al escenario en orden numérico y formarán una sola línea.

El Juez director de competencia llamará a los competidores en orden numérico al centro del escenario, donde realizarán las siete poses reglamentarias.

Al término de las poses, los competidores se retiran del escenario.

Seguidamente el ganador absoluto *overall* se dará a conocer y la premiación le será entregada por la principal autoridad de la IFBB del evento.

3. Indumentaria y detalles de presentación de los competidores

Los atletas deben usar short unicolor, no brillante, color a elección, debe cubrir 100% los glúteos.

No están autorizados, bañadores tipo tanga.

Las prendas utilizadas, tienen que ser de colores lisos sin brillos o dibujos que distraigan, deben ajustarse a las normas de decencia y buen gusto, y estar totalmente exentas de la suciedad producida por bronceadores, tintes, cremas, etc.

Los competidores no pueden llevar calzado, relojes, anillos, pulseras, gafas, pendientes, ni adornos que distraigan o realcen artificialmente la figura.

Los atletas no deben masticar chicle, o ingerir alimentos en el momento mismo de la competencia.

Todos los competidores deben presentarse perfectamente depilados o rasurados.

Puede utilizarse productos de bronceado artificial, quedando prohibidos los maquillajes con colores metálicos o pinturas corporales que manchen.

Se permite el uso moderado de aceites, cremas dérmicas y productos hidratantes, prohibiéndose estrictamente su aplicación excesiva.

Los atletas deben llevar el número distintivo sujeto de forma segura en el lado izquierdo del bikini o bañador, y tienen que utilizarlo en todo momento de la competencia.



REGLAMENTO DE COMPETENCIA CLASSIC PHYSIQUE



4. Normas para la evaluación del físico y descripción de las poses obligatorias

En la evaluación del físico de los competidores, los jueces deben seguir un procedimiento rutinario que permita una apreciación completa del mismo como un todo.

En cada una de las poses obligatorias han de fijarse en primer lugar en los grupos musculares que la pose pone especialmente de relieve, para a continuación estudiar el físico completo, comenzando por la cabeza e inspeccionando en dirección descendente cada parte del cuerpo, iniciando este examen con una toma general de impresiones en las que observen la masa, la densidad y la definición muscular, así como el equilibrio en el desarrollo.

La inspección completa, en las poses de frente, debe incluir el cuello, los hombros, el pecho, todos los músculos de los brazos, los pectorales y su unión con los deltoides, los abdominales, la cintura, los muslos y los gemelos.

En las poses de espalda, siguiendo el mismo procedimiento, se estudian el cuello, los deltoides, los bíceps, los tríceps, los antebrazos, los trapecios, los teres, los infra espinosos, los dorsales, los lumbares, los oblicuos externos, los glúteos, los bíceps femorales y los gemelos.

Durante las comparaciones pueden realizarse valoraciones más detalladas de los diversos grupos musculares, cuando se contrasten: densidades, tamaños y definiciones musculares, pero siempre teniendo en cuenta el desarrollo general equilibrado.

4.1 Evaluación del físico

En este round son importantes la silueta general y la forma de los distintos grupos musculares.

Los jueces deben favorecer a los competidores con las siguientes características:

Físicos armoniosos y clásicos, buscando también buena postura, disposición atlética y estructura armónica en X (hombros amplios - cintura pequeña - grandes piernas).

Buena constitución, amplios hombros, pecho amplio, curvas espinales fisiológicas, miembros y tronco en buena proporción, piernas con bombeo muscular.

Buen tono de la piel sin manchas, acné o tatuajes, que son considerados por los jueces como defectos cutáneos.