

FITNESSMALLIKILPAILU

Fitnessmalli on mallikilpailu, jossa etsitään urheilullista mallia erilaisiin tehtäviin. Kilpailu sopii kunnostaan ja ulkonäöstään huolta pitävälle naisille. Kilpailu ei ole minkään fitnessliiton tai -järjestön alainen. Kilpailu on myös kustannusrakenteeltaan järkevä, koska kilpailijoiden ei tarvitse laittaa paljon rahaa asuihin.

FYSIIKKAKRITEERIT

Lihakset antavat pohjan naisellisen urheilulliselle vartalolle.

1. Lihasmassaa voi olla jaloissa, pakaroissa, olkapäissä ja käsivarsissa, mutta ei niin paljon kuin fitnesskilpailuissa.
2. Pakaroiden pitää olla kiinteät mallin kävellessä lavan takaosaan. Pakaroissa ja reiden takaosissa ei saa olla lihaserotuvuutta.
3. Olkapäät voivat olla pyöreät lihaksistoltaan, mutta niissä ei saa näkyä lihaserotuvuutta (lihassäikeitä).
4. Keskivartalossa vatsalihakset voivat piirtyä kevyesti, mutta niissä ei saa olla terävää lihaserotuvuutta.
5. Kokonaisvaikutelma lihasmassan suhteen on pienempi kuin tämän hetken bikini fitness -kilpailijoilla.
6. Kilpailijan arvostelussa otetaan huomioon kasvot, hiukset, rusketus, meikki ja asu.

ARVOSTELUKRITEERIT

Tuomarit pisteyttävät kilpailijat seuraavilla kriteereillä:

1. Fysiikan tasapainoisuus ja -muoto
2. Fyysinen kunto, lihaksikkuus ja yleinen esiintyminen.
3. Kehon lihaksiston tasapainoisuus ja fysiikan luonnollisuus.
4. Muita huomioon otettavia kriteereitä ovat mm. kaunis iho ja sen sävy

POSEERAUKSET

1. Etuasennossa kilpailija nojaa lantioonsa, toisen jalan ollessa suorana. Kilpailijan vapaana olevan käden pitää olla rennosti sivulla.
2. Taka-asennossa kilpailija seisoo jalat pienessä haara-asennossa, selkä ja olkapäät suorana ja ryhdikkäänä, kädet sivuilla.
3. Fysiikan pitää olla tasapainoinen ylä- ja alavartalossa.
4. Lihaserotuvuutta ei saa olla jaloissa, olkapäissä tai käsivarsissa.

MASTERS

Masters -sarjan kilpailijoiden ikäraja on 40 vuotta.

1. Kilpailija siirtyy masters -sarjaan sen vuoden aikana, kun hän täyttää 40 vuotta.
2. Masters -kilpailija ei voi osallistua yleisen sarjan kilpailuun eli kilpailla kahdessa eri ikäluokassa.
3. Masters -kilpailijoiden kilpailusäännöt ovat täysin samat kuin yleisessä sarjassa.
4. Mikäli Masters -kilpailijoita on alle kuusi (6), kilpailijat nousevat lavalle yhdessä yleisen eli avoimen sarjan kilpailijoiden kanssa.

ASU

Kilpailijan asu on kaksiosainen ja väriltään mustat bikinit.

1. Asussa ei saa käyttää kimalteita (ei kiviä, kristalleja, paljetteja tai helmiä).
2. Bikinien alaosa ei saa olla terävän V-kirjaimen muotoinen. Alareunan tulee olla hieman

pyöristetty.

3. Stringit eivät ole sallittuja.

4. Asussa ei saa olla liittimiä tai yhdistäviä naruja.

5. Asun etu- ja takaosan on oltava peittävä edestä ja takaa.

6. Kaikkien asujen tulee olla hyvänmaun mukaisia.

7. Päätuomari tarkistaa rekisteröinnissä asut. Jos asu ei vastaa standardeja, kilpailija ei saa lupaa nousta lavalle.

8. Kilpailijat käyttävät lavalla korkokenkiä. Niin sanottujen "platform" -korkojen käyttö on kielletty.

9. Korujen käyttö on sallittua.

KILPAILUN KIERROKSET

ALKUKILPAILU

1. Kilpailun alkukilpailussa on yksi tai useampi pituusluokka, riippuen kilpailijamäärästä.

2. Kilpailijat tekevät numerojärjestyksessä 4–6 kilpailijan ryhmissä vertailuasennot edestä ja takaa, jonka jälkeen päätuomari ottaa kilpailijat varsinaiseen tuomarivertailuun, jossa tuomarit antavat sijoituspisteet kilpailijoille.

3. Jokainen pituusluokka käy ensin alkukilpailun eli vertailukierroksen pituusluokittain alkaen lyhyimmästä sarjasta ja päätyen pisimpään sarjaan, joista valitaan kolme (3) parhaiten sijoittunutta kilpailijaa jatkoon. Kaikki kilpailijat arvostellaan ja he saavat sarjoistaan sijoitukset kilpailun jälkeen.

4. Kun kaikki kilpailijat ovat suorittaneet alkukilpailun vertailukierroksen, parhaat kilpailijat jatkavat finaaliin.

FINAALIKIERROS

Kilpailijoiden alkukilpailun pisteet nollataan.

1. Finaalikierroksella kilpailijat kävelevät lavalle yksitellen ja esittävät etu- ja taka-asentonsa lavan keskiosassa merkityssä neliössä. Kilpailija kävelee lavan keskelle, pysähtyy ja suorittaa etuasennon. Tämän jälkeen kilpailija tekee täyskäännöksen, esittää taka-asennon, kääntyy takaisin etuasentoon ja jatkaa kulkua lavan sivulle muodostaen kilpailijarivin.

2. Kilpailija ei saa tehdä ylimääräisiä tai tuomariarvostelua häiritseviä liikkeitä.

3. Aikaa esittelyyn on varattu 10 sekuntia.

4. Tuomaristo ei halua nähdä ns. taiteellista ja monimutkaista kilpailijan esittelyä, jossa kilpailija kiemurtelee vartalollaan ja heiluttelee ylimääräisiä liikkeitä käsillään asentojen vaihdon aikana.

5. Nimensä kuultuaan kilpailija suuntaa suoraan lavan keskelle merkittyyn alueeseen ja toimii sääntöjen mukaan tekemällä etu- ja taka-asennon.

6. Tuomareilla on mahdollisuus verrata kilpailijoita toisiinsa etu- ja taka-asennossa, kunnes kaikki tuomarit ovat nähneet kilpailijat lavalla, voidakseen sijoittaa kilpailijan arvosteluissaan.

7. Tuomarit ottavat kilpailijat vertailuun 3-4 kilpailijan ryhmissä.

8. Kilpailijoita voidaan pyytää tekemään mallikävely ryhmänä lavan takareunassa olevalle viivalle. Kilpailijat ohjataan kääntymään eteenpäin ja kävelemään takaisin vertailulinjalle.

9. Vertailujen jälkeen kilpailijat lähtevät pois lavalta ryhmässä.

10. Kun viimeinen ryhmä on tehnyt poseeraukset, kilpailijat asettuvat lavan perälle odottamaan vertailukutsuja.

TULOSTEN JULKISTAMINEN JA PALKINTOJEN JAKO

Kolmas kierros on palkintojen jako ja tulosten julkistaminen.

1. Kilpailijat tulevat numerojärjestyksessä lavalle ja asettuvat lavan vasemmalle puolelle tuomaristosta katsottuna.
2. Asuna on ensimmäisen kierroksen asu eli bikinit.
3. Päätuomari tai lavajuontaja kertoo tulokset aloittaen kuudenneksi sijoittuneesta kilpailijasta, sitten viidenneksi, neljänneksi, kolmanneksi ja toiseksi sijoittunut kilpailija.
4. Kilpailun voittaja kuulutetaan viimeiseksi ja hän ottaa paikan lavan keskeltä. Kilpailijat asetetaan tulosten julkistamisen jälkeen riviin, jossa järjestys on seuraava: kuudes, neljäs, toinen, voittaja (keskellä), kolmas ja viides.

PISTEET

1. Tuomarit antavat kilpailijalle sijoituspisteitä. Parhaaksi katsomalleen kilpailijalle tuomari antaa yhden pisteen, toiseksi parhaalle kilpailijalle kaksi pistettä, jne.
2. Tuomareiden antamien pisteiden paras ja huonoin sijoitus jätetään pois pisteistä ja jäljelle jää kolmen tuomarin antamat pisteet.
3. Jos pisteet ovat tasan, kilpailijan sijoitus ratkaistaan kilpailijalle saatujen parempien pisteiden mukaan. Jos pisteet ovat edelleen tasan, otetaan kilpailijat lavalle ja tuomarit ratkaisevat kilpailijoiden sijoituksen antamalla parhaaksi näkemälleen kilpailijalle rastin arvostelulomakkeeseen.
4. Kilpailijat, jotka ovat tasapisteissä, sijoitus ratkaistaan seuraavalla tavalla:
5. Jos kilpailijat ovat päätyneet tasapisteisiin finaalissa, määräytyy heidän sijoituksensa seuraavasti: kilpailija, joka on saanut finaalkierroksen ensimmäisellä kierroksella parempia yksittäisiä sijoituksia tuomareilta, saa paremman sijoituksen finaalissa. Jos pisteet ovat edelleen tasan, ratkaisee finaalin toisen kierroksen pisteet. Jos pisteet ovat vielä tasan, tuodaan kilpailijat uudestaan lavalle ja tuomarit saavat antaa voittajalle x-merkin arvostelusarakkeessa. Kilpailija, jolla on enemmän x-merkintöjä, voittaa kilpailun.

TUOMARIT

1. Tuomariksi koulutetaan henkilöitä, jotka ovat olleet fitnessalalla pitkään.
2. Tuomarien pitää olla riippumattomia ja lahjomattomia arvostellessaan kilpailijoita lavalla.
3. Tuomarin asu on tumma puvuntakki, naisilla bleiseri ja tummat housut.
4. Tuomaristo koostuu päätuomarista, viidestä (5) tai seitsemästä (7) tuomarista, lavaohjaajasta ja backstage managerista, joka kerää kilpailijat yhteen, laittaa numerojärjestykseen ja tuo kilpailijat lavalle.
5. Tuomari voidaan poistaa tuomaristosta, jos hän osoittaa epärehellisyyttä kilpailijoita kohtaan tai ovat kilpailijan läheisiä ystäviä tai sukulaisia tai valmentajia.