

REGLAMENTO FISICOCULTURISMO

1. CATEGORÍAS:

Para eventos con 2 categorías:

Ligero hasta e incluyendo 176 ¼ lbs (80 kg)

De peso pesado más de 176 ¼ lbs (80 kg)

Para eventos con 3 categorías:

Ligero hasta e incluyendo 165 ¼ lbs (75 kg)

Peso medio más de 165 ¼ lbs (75 kg) hasta e incluyendo 187 ¼ lbs (85 kg)

De peso pesado más de 187 ¼ lbs (85 kg)

Para eventos con 4 categorías:

Peso gallo hasta e incluyendo 154 ¼ lbs (70 kg)

Ligero más de 154 ¼ lbs (70 kg) hasta e incluyendo 176 ¼ lbs (80 kg)

Peso semipesado más de 176 ¼ lbs (80 kg) hasta e inclusive 198 ¼ lbs (90 kg)

De peso pesado más de 198 ¼ lbs (90 kg)

Para eventos con 5 categorías:

Peso gallo hasta e incluyendo 143 ¼ lbs (65 kg)

Ligero más de 143 ¼ lbs (65 kg) hasta e incluyendo 154 ¼ lbs (70 kg)

Peso medio	más de 154 ¼ lbs (70 kg) hasta e incluyendo 176 ¼ lbs (80 kg)
Peso semipesado	más de 176 ¼ lbs (80 kg) hasta e inclusive 198 ¼ lbs (90 kg)
De peso pesado	más de 198 ¼ lbs (90 kg)

Para eventos con 6 categorías:

Peso gallo	hasta e incluyendo 143 ¼ lbs (65 kg)
Ligero	más de 143 ¼ lbs (65 kg) hasta e incluyendo 154 ¼ lbs (70 kg)
Peso medio	más de 154 ¼ lbs (70 kg) hasta e incluyendo 176 ¼ lbs (80 kg)
Peso semipesado	más de 176 ¼ lbs (80 kg) hasta e inclusive 198 ¼ lbs (90 kg)
De peso pesado	más de 198 ¼ lbs (90 kg) hasta incluyendo 225 ¼ lbs (102 kg)
Súper peso pesado	más de 225 ¼ lbs (102 kg)

Para eventos con 7 categorías:

Peso gallo	hasta e incluyendo 143 ¼ lbs (65 kg)
Ligero	más de 143 ¼ lbs (65 kg) hasta e incluyendo 154 ¼ lbs (70 kg)
Peso welter	más de 154 ¼ lbs (70 kg) hasta e incluyendo 165 ¼ lbs (75 kg)
Peso medio	más de 165 ¼ lbs (75 kg) hasta e incluyendo 176 ¼ lbs (80 kg)
Peso semipesado	más de 176 ¼ lbs (80 kg) hasta e inclusive 198 ¼ lbs (90 kg)
De peso pesado	más de 198 ¼ lbs (90 kg) hasta incluyendo 225 ¼ lbs (102 kg)
Súper peso pesado	más de 225 ¼ lbs (102 kg)

BAÑADORES

- El bañador de presentación debe ser un traje de baño estándar para hombres con una cobertura trasera de al menos ½. Los trajes deben cumplir con la norma aceptable de gusto y decencia. Los tangas están prohibidos.
- Los trajes de baño de presentación deben ser de un solo color. Franjas, rallas, palabras o fluorescentes están prohibidos.
- Los competidores no pueden alterar el ajuste del traje de baño, ni subiendo los laterales ni de ninguna otra manera para las diferentes poses.

MÚSICA

- La presentación de la música debe entregarse en un CD o dispositivo USB marcado con el nombre del atleta.
- La música que se presenta debe ser la única música en el CD o dispositivo USB.
- La presentación de música no debe contener letras vulgares. Los competidores que usan música que contienen letras vulgares serán descalificados.

EN EL ESCENARIO

- Durante la evaluación, los competidores no deben usar joyas, a excepción de una posible alianza de boda.
- Gafas graduadas de vista sí están permitidas (nunca gafas de sol).
- Los números de los competidores deben ser colocados en el lado izquierdo del traje de baño durante evaluación y las Finales.

Lo siguiente está prohibido mientras está en el escenario:

- Accesorios
- Chicle
- "Pose de la media luna" (provocará descalificación)
- Tumbarse en el escenario.
- Choque y empujones (la primera y segunda persona involucrada serán descalificadas)

FORMATO

EVALUACIÓN

Presentación

- Cada atleta pasa al centro del escenario individualmente, en el orden numérico y automáticamente realiza las poses obligatorias. No se requiere señal del Juez Principal.
- Cada competidor tiene un máximo de 60 segundos para realizar las poses. Se dará una advertencia cuando queden 10 segundos.
- Los competidores no están obligados a usar los 60 segundos completos.

Las poses obligatorias son:

- Doble bíceps de frente
- Expansión frontal de espalda
- De perfil caja torácica
- De espalda doble bíceps
- De espalda expansión dorsal
- De perfil tríceps
- De frente abdominales y piernas

Comparaciones

- El Juez Principal llamará a los competidores, en pequeños grupos y en orden numérico, al centro del escenario para realizar los cuartos de giro y poses obligatorias.
- En las llamadas, el juez principal se dirige a los competidores específicos para realizar los cuartos de giro y las poses obligatorias. Los jueces tienen la oportunidad de comparar competidores entre sí.

* Los jueces evaluarán según el "paquete total", que es un equilibrio de tamaño, simetría y musculatura.

FINALES

Rutina

- Los atletas serán llamados al escenario individualmente, en orden numérico, para realizar una rutina de presentación de música a elección del competidor.
- La duración de la rutina de presentación es un máximo de 60 segundos.
- Dependiendo de la cantidad de competidores, el promotor y el Juez Principal pueden decidir que solo los mejores finalistas realicen su rutina de posar.

Confirmación (si es necesario *)

Los competidores son llamados al escenario y, bajo la dirección del juez principal, son comparados en grupos mientras realizan las poses obligatorias.

* El jurado, a su propio criterio, se reserva el derecho de volver a juzgar en una Ronda de Confirmación.

Posedown (título Overall solamente)

Los finalistas TOP tomarán parte en el escenario durante 60 segundos.

PUNTUACIÓN

El jurado califica el 100%.

Los empates se rompen con el método de Ubicación Relativa.

