

TRADUÇÃO REGRA MEN'S PHYSIQUE

IFBB RULES

SECTION 9: MEN'S PHYSIQUE & MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE

2021 EDITION

Dr. Rafael Santonja
IFBB President
Calle Dublin No. 39-I, 28232 Las Rozas, Madrid, Spain
Tel.: +34 91 535 2819; Fax: +34 91 636 1270
e-mail: headquarters@ifbb.com
Website: www.ifbb.com

TRADUÇÃO COMISSÃO DE ARBITRAGEM IFBB BRASIL

Diana Monteiro
Presidente da IFBB Brasil
e-mail: presidente@ifbb.com.br
Site: www.ifbb.com.br



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



SEÇÃO 9: MEN'S PHYSIQUE E MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE

Artigo 1: Introdução.....	3
Artigo 2: Responsabilidades dos Organizadores para com Atletas e Delegados.....	3
Artigo 3: Categorias.....	4
Artigo 4: Rounds.....	5
Artigo 5: Pré-julgamento (Prévia): Round Eliminatório.....	5
Artigo 6: Pré-julgamento (Prévia): Vestimenta para todos os Rounds.....	6
Artigo 7: Pré-julgamento (Prévia): Avaliação e Pontuação do Round Eliminatório.....	7
Artigo 8: Pré-julgamento (Prévia): Apresentação do Round 1 (Quartos de Volta).....	8
Artigo 9: Pré-julgamento (Prévia): Pontuação do Round 1.....	8
Artigo 10: Pré-julgamento (Prévia): Avaliação dos Rounds Eliminatório, 1 e 2.....	9
Artigo 11: Finais.....	9
Artigo 12: Finais: Apresentação do Round 2.....	10
Artigo 13: Finais: Pontuação do Round 2.....	10
Artigo 14: Finais: Avaliação do Round 2.....	11
Artigo 15: Finais: Cerimônia de Premiação.....	11
Artigo 16: Finais: Categoria Overall e Premiação.....	11
Artigo 17: Finais: Resultados e Prêmios da Classificação das Equipes.....	12
Apêndice 1: Descrição Detalhada dos Quartos de Volta do Men's Physique.....	13
Apêndice 2: Como Avaliar os Quartos de Volta do Men's Physique.....	14



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/0001-81



Artigo 1 – Introdução

Men's Physique foi oficialmente reconhecido como uma nova disciplina esportiva pelo Conselho Executivo da IFBB e no Congresso Internacional da IFBB em 11 de novembro de 2012, Guayaquil, Equador. A divisão Men's Physique destina-se a homens que preferem desenvolver um físico menos musculoso, mas atlético e esteticamente agradável.

Muscular Men's Physique foi apresentado como uma nova categoria em 2016 e se destina a atletas com volume muscular um pouco maior do que aceito no físico dos Men's Physique. Exceto a condição acima, as regras de desempenho e a avaliação para atletas Muscular Men's Physique são as mesmas que no Men's Physique.

Originalmente, Men's Physique fazia parte do Campeonatos Mundial de Fitness, mas começando a partir de 2017, esta divisão esportiva foi incluída no Campeonato Mundial de Bodybuilding.

1.1 Geral:

As Regras da IFBB para o Men's Physique consistem em regulamentos, políticas, diretivas e decisões destinadas a orientar a IFBB e seus membros na administração do Men's Physique.

1.2 Regras:

Certas regras administrativas e técnicas que aparecem na Seção 1: Regras Gerais são as mesmas para o Men's Physique e, portanto, não serão repetidas nesta seção.

Artigo 2 – Responsabilidades dos Organizadores para com Atletas e Delegados

2.1 Responsabilidades:

O Organizador dos Campeonatos Mundiais se comprometerá a cobrir os custos de hospedagem e alimentação em dupla ocupação (café da manhã, almoço e jantar) para os atletas e delegados da seguinte forma:

1. World Fitness Championships (incluído Women's Acrobatic Fitness, Women's Artistic Fitness, Men's Fitness, Women's Physique, Women's Bodyfitness, Women's Bikini, Women's Wellness, Mixed-Pairs, Fit-Pairs):

Por quatro dias (três noites) de acordo com a seguinte escala:

- a. Três, ou mais atletas - dois delegados
- b. Um ou dois atletas - um delegado

Nota 1: Um número máximo permitido de atletas participantes por Federação Nacional é ilimitado.

Nota 2: Delegados sem atletas, delegados extras e apoiadores terão que pagar pela tarifa especial do pacote completo.

Nota 3: Mediante acordo entre a IFBB e o Organizador, uma categoria adicional pode ser aberta para competição.

2. Campeonato Mundial Júnior de Bodybuilding e Fitness:

Por quatro dias (três noites) de acordo com a seguinte escala:



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/0001-81



-
- a. Três, ou mais atletas - dois delegados
 - b. Um ou dois atletas - um delegado

Nota 1: Um número máximo permitido de atletas participantes por Federação Nacional é ilimitado.

Nota 2: Delegados sem atletas, delegados extras e apoiadores terão que pagar pela tarifa especial do pacote completo.

Nota 3: Mediante acordo entre a IFBB e o Organizador, uma categoria adicional pode ser aberta para competição.

Artigo 3 – Categorias

3.1 Existem seis categorias na **Sênior Men's Physique**, atualmente são as seguintes:

- a. Classe A: até e incluindo 170 cm
- b. Classe B: até e incluindo 173 cm
- c. Classe C: até e incluindo 176 cm
- d. Classe D: até e incluindo 179 cm
- e. Classe E: até e incluindo 182 cm
- f. Classe F: acima de 182 cm

3.2 Há uma categoria aberta na **Muscular Men's Physique**.

Nota: A categoria Muscular Men's Physique é destinada a atletas com **volume muscular um pouco maior** do que o aceito na categoria Men's Physique.

3.3 Existem as seguintes categorias na **Júnior Men's Physique**, são as seguintes atualmente:

- 16 a 20 anos de idade, inclusive:
 - a. Uma categoria aberta

- 21 a 23 anos de idade, inclusive:
 - a. Classe A: até & incluindo 174 cm
 - b. Classe B: até e incluindo 178 cm
 - c. Classe C: acima de 178 cm

3.4 Existem três categorias no **Máster Men's Physique**, atualmente as seguintes:

- a. Classe A: 40 - 44 anos: categoria aberta
- b. Classe B: 45 - 49 anos: categoria aberta
- c. Classe C: 50 anos ou mais: categoria aberta

3.5 Uma categoria só pode ser disputada se não houver menos de 5 atletas. Se houver menos de 5 atletas, as categorias serão unificadas (combinadas), sempre que possível. No caso de categorias com menos de 5 atletas, não serão atribuídos títulos e medalhas (mais detalhes no Regulamento Geral, Artigo 11.41).

3.6 **Crossovers (Dobras de Categorias):** Os atletas do Men's Physique também podem participar da categoria Men's Fitness na mesma competição, se atenderem aos requisitos específicos obrigatórios nessa divisão.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



Artigo 4 – Rounds

4.1 Men's Physique consiste nos seguintes três Rounds

1. Pré-julgamento (Prévia): Round Eliminatório (Quartos de Volta)
2. Pré-julgamento (Prévia): Round 1 (Comparação dos Quartos de Volta)
3. Finais: Round 2 (Quartos de Volta x 2)

Artigo 5 – Pré-julgamento (Prévia): Round Eliminatório

5.1 Geral:

Um cronograma para Pré-julgamento (Prévia) em cada categoria deve ser publicado após o registro oficial do atleta. A fim de dar tempo para se aquecerem e mudarem para suas vestimentas de poses, os atletas devem estar nos bastidores da área de aquecimento pelo menos 45 minutos antes da hora de início do julgamento de sua categoria. Todos os atletas serão os únicos responsáveis por garantir que eles estejam presentes e preparados para competir quando sua categoria for chamada caso contrário, eles poderão ser eliminados da competição

5.2 Procedimento do Round Eliminatório

Um Round Eliminatório será realizado quando houver mais de 15 atletas em uma categoria. Se necessário, o Árbitro Central da IFBB pode diminuir o número de atletas qualificados para as semifinais para 10 ou aumentar este número para 17. Em tais casos, uma rodada de eliminação será realizada quando houver mais de 10 e 17 atletas de acordo. A decisão será tomada e anunciada após o Registro Oficial dos Atletas.

O Round Eliminatório será realizado da seguinte forma:

1. Toda a escalação é trazida ao palco, em ordem numérica e em uma ou duas linhas, se necessário.
2. A formação é dividida em dois grupos de tamanhos iguais e posicionada no palco de forma que um grupo fique à esquerda do palco; o outro grupo fique à direita do palco. A parte central do palco é deixada livre para fins de comparação.
3. Em ordem numérica, e em grupos de no máximo dez atletas por vez, cada grupo é direcionado para a área central do palco para realizar os quartos de volta.
4. O Árbitro Central ou diretor de palco da IFBB dirigirá os atletas durante os quartos de volta, que são:
 - a. $\frac{1}{4}$ de volta para a direita, pose de lado (perfil esquerdo)
 - b. $\frac{1}{4}$ de volta para a direita, pose de costas
 - c. $\frac{1}{4}$ de volta para a direita, pose de lado (perfil direito)
 - d. $\frac{1}{4}$ de volta para a direita, pose de frente

Nota 1: descrição detalhada dos quartos de volta do Men's Physique está fornecida no Apêndice 1 desta seção.

Nota 2: Os atletas não irão mascar chicletes ou qualquer outro produto enquanto estiverem no palco.

Nota 3: Os atletas não beberão nenhum líquido enquanto estiverem no palco.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/0001-81



5. Um atleta, que apesar de ter sido pré-avisado pelo Árbitro Chefe da IFBB, realizar quartos de volta ou ficar ou ficar de pé na pose incorreta, receberá um cartão amarelo. Um atleta que recebe este cartão deve ser informado pelo Árbitro Central porque este aviso foi dado a ele. O cartão amarelo exibido a um atleta deve servir como um aviso e significa que o próximo erro cometido por este atleta pode resultar em um cartão vermelho do Árbitro Central. Isso significa que ele será movido uma posição abaixo nos resultados desse Round, em comparação com as pontuações originais dos Árbitros.

Se continuar a fazê-lo, o atleta pode receber o segundo (ou mais) cartão (s) vermelho (s), resultando em movê-lo uma posição para baixo quando cada um dos cartões vermelhos for dado a ele. Essas correções dos resultados serão feitas pelos estatísticos, que acompanharão as instruções do Árbitro Central.

Executando a pose de frente e a pose de costas, o músculo latíssimo do dorso deve ser exposto de uma forma natural, sem a máxima contração apresentada pelos fisiculturistas.

6. Na conclusão dos quartos de volta, toda a linha é reformada em uma única linha, em ordem numérica, antes de sair do palco.

Artigo 6 – Pré-julgamento (Prévia): Vestimenta para todos os Rounds

6.1 A vestimenta para o Round Eliminatório e outros Rounds (bermuda) obedecerá aos seguintes critérios:

1. Os atletas usarão bermudas opacas e folgadas, limpas e decentes. A cor e o tecido das bermudas ficarão a critério do atleta. As bermudas podem ter padrões geométricos, mas não podem ter inscrições e ornamentação curvada. A bermuda deve cobrir toda a parte superior da perna, descendo até a parte superior do joelho (patela). É proibido o uso de enchimento na roupa de baixo (cueca).

2. Não são permitidas bermudas justos estilo lycra.

3. Logotipos de patrocinadores pessoais não são permitidos nos shorts, no entanto, o logotipo de um fabricante é aceito.

4. Exceto por uma aliança de casamento, os atletas não usarão calçados, óculos, relógios, brincos, perucas, joias, enfeites que distraiam ou ajudas artificiais para a figura. Implantes ou injeções de fluidos que causem a mudança da forma natural de quaisquer partes ou músculos do corpo são estritamente proibidos e podem resultar na desclassificação do atleta.

5. Os chapéus são geralmente proibidos, mas se for exigido pelas regras oficiais do país representado por um atleta ou devido aos princípios religiosos observados por um atleta, uma cobertura pequena e justa sem viseira pode ser usada. Esta cobertura da cabeça deve ser mostrada no Registro Oficial do Atleta e aprovado pelo oficial designado da IFBB.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/0001-81



6. O uso de bronzeadores e bronzeadores que possam ser limpos não é permitido. Se o bronzeado desaparecer com a simples limpeza, o atleta não poderá entrar no palco. Podem ser usados colorantes corporais artificiais e produtos autobronzeadores. Métodos de bronzeamento de competição profissional (bronzeamento aerógrafo, bronzeamento por spray de cabine) podem ser usados se aplicados por empresas profissionais e pessoal qualificado. Brilhos, purpurina, pérolas metálicas brilhantes ou coloração dourada são proibidos, sejam aplicados como parte de uma loção bronzeadora ou aplicados separadamente, independentemente de quem os aplicou no corpo do atleta.

6.3 A aplicação excessiva de óleo no corpo é estritamente proibida; no entanto, óleos corporais e hidratantes podem ser usados com moderação.

6.4 O Árbitro Central da IFBB, ou um delegado por ele, terá o direito de decidir se a vestimenta de um atleta atende aos critérios estabelecidos nas regras e um padrão aceitável de estética. O atleta pode ser desclassificado se a vestimenta não os atender.

Artigo 7 – Pré-julgamento (Prévia): Avaliação e Pontuação do Round Eliminatório

7.1 Avaliação do Round Eliminatório:

Os mesmos critérios usados no julgamento do Round 1 (ver Artigo 10) serão usados no julgamento do Round Eliminatório.

1. Neste momento, os Árbitros avaliarão o físico geral quanto ao grau de proporção, simetria, contornos e qualidade muscular (densidade, nível de gordura corporal), bem como tom de pele. A pontuação para o Round Eliminatório será a seguinte:

7.2 A pontuação para o Round Eliminatório é realizada da seguinte forma

1. Se houver mais de 15 atletas, os Árbitros devem selecionar os 15 primeiros colocando um "X" ao lado de seus números, usando o Formulário 1, intitulado "Round Eliminatório (Árbitros)". O Árbitro Central da IFBB decide se o Round Eliminatório será necessário.

2. Usando o Formulário 2, intitulado "Round Eliminatório (Estatísticos)", os estatísticos transcreverão as seleções do Árbitro para esta folha e, então, registrarão as pontuações do Árbitro para selecionar os 15 melhores atletas.

3. Se houver empate entre dois ou mais atletas lutando para entrar no top 15, os atletas empatados serão trazidos de volta ao palco, e mais uma vez serão orientados através das quatro poses obrigatórias para desempatar.

4. Os 15 primeiros atletas avançarão para o Round 1. Se necessário, o Árbitro Central da IFBB pode diminuir o número de atletas qualificados para as Semifinais para 10 ou aumentar este número para 17. Nesses casos, um Round Eliminatório será realizado quando houver mais de 10 e 17 atletas em conformidade. A decisão será tomada e anunciada após o Registro Oficial dos Atletas.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



Artigo 8 – Pré-julgamento (Prévia): Apresentação do Round 1 (Quartos de Volta)

O Round 1 não pode ser realizada se houver 7 ou menos atletas em uma categoria. A decisão será tomada pelo Árbitro Central e anunciada após o Registro Oficial do Atleta e será incluída na ordem de execução.

8.1 o Round 1 realizado da seguinte forma:

1. Todos os semifinalistas serão chamados ao palco como um grupo em uma única linha e em ordem numérica. Se o tempo permitir, cada semifinalista será apresentado por número, nome e país. A decisão será tomada pelo Árbitro Central, que informará o mestre da cerimônia ou o locutor.
2. A escalação será dividida em dois grupos de tamanhos iguais e posicionada no palco de forma que um grupo fique à esquerda do palco; o outro grupo fique à direita do palco. A parte central do palco ficará livre para fins de comparação.
3. Em ordem numérica, e em grupos de no máximo dez atletas por vez, cada grupo será direcionado para a área central do palco para realizar os quartos de volta. Executando os quartos de volta, os atletas permanecem imóveis.
4. Este agrupamento inicial de atletas, e desempenho dos quartos de volta, tem como objetivo auxiliar os Árbitros a determinar quais atletas participam nas comparações dos quartos de volta. A descrição detalhada dos quartos de volta do Men's Physique é fornecida no Apêndice 1 desta seção.
5. Todos os Árbitros submetem suas sugestões individuais para a primeira comparação dos cinco melhores atletas ao Árbitro Central da IFBB. Com base neles, o Árbitro Central fará a primeira comparação. O número de atletas a serem comparados será determinado pelo Árbitro Central, mas não menos que três e não mais que dez atletas serão comparados ao mesmo tempo. Em seguida, os Árbitros podem ser solicitados a enviar sugestões individuais para a segunda comparação dos próximos cinco atletas, incluindo atletas classificados no meio do grupo. O Árbitro Central da IFBB formará a segunda e a próxima comparação até que todos os atletas sejam comparados pelo menos uma vez. O número total de comparações será decidido pelo Árbitro Central da IFBB.
6. Todas as comparações individuais devem ser realizadas no centro do palco.
7. Após a conclusão da última comparação, toda a escalação é reformada em uma única linha, em ordem numérica, antes de sair do palco.

Artigo 9 – Pré-julgamento (Prévia): Pontuação do Round 1

9.1 A pontuação do Round 1 é realizada da seguinte forma:

1. Usando o Formulário 3, intitulado "Colocações Individuais do Árbitro (Pré-julgamento - Prévia)", cada árbitro concederá a cada atleta uma classificação individual do primeiro ao último, garantindo que nenhum ou mais atletas recebem a mesma colocação. Os Árbitros podem usar o Formulário 4, intitulado "Notas Pessoais do Árbitro" para registrar sua avaliação sobre cada atleta.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



2. Os estatísticos coletarão o Formulário 3 dos Árbitros e, em seguida, transcreverão as colocações de cada árbitro no Formulário 5, intitulado "Folha de Pontuação (Estatísticos)". Eles irão então descartar duas pontuações mais altas e duas mais baixas (se nove Árbitros) ou uma mais alta e uma mais baixa (se menos de nove Árbitros) para cada atleta e irão somar as pontuações restantes para produzir uma "Pontuação Secundária do Round 1" e um "Colocação do Round 1". O atleta com a menor pontuação fica com o primeiro lugar, enquanto o atleta com a maior pontuação fica com o último lugar.

3. Caso ocorra um empate na "Pontuação Parcial do Round 1", o empate será desfeito usando o "Método de Colocação Relativa".

Nota: O procedimento do Método de Colocação Relativa:

As pontuações de cada árbitro individual para os atletas empatados serão comparadas coluna por coluna com um ponto sendo colocado no topo do número para o atleta com melhor colocação. Todas as pontuações dos nove Árbitros do painel regular (exceto os Árbitros alternativos) serão incluídas nos cálculos de desempate. O número de pontos será computado para cada um dos atletas empatados. O atleta com o maior número de pontos será declarado vencedor do empate e receberá a melhor colocação.

4. A pontuação do Pré-julgamento (Prévia) será usada para colocar os 15 primeiros atletas do primeiro ao último lugar. Os 6 primeiros atletas do Pré-julgamento (Prévia) avançarão para as Finais e começarão as Finais com zero pontos.

5. Os 6 primeiros finalistas serão anunciados logo após o Pré-julgamento (Prévia).

Artigo 10 – Pré-julgamento (Prévia): Avaliação dos Rounds Eliminatório, 1 e 2 (Comparações dos Quartos de Volta)

10.1 Todas os Rounds são avaliadas usando os seguintes critérios:

1. Muscularidade e condição corporal

O Árbitro deve primeiro avaliar a aparência geral do físico atlético masculino. Essa avaliação deve começar pela cabeça e se estender para baixo, levando em consideração todo o físico. A avaliação, começando com a impressão geral do físico, deve levar em consideração o estado e o tom da pele e do cabelo. Os Árbitros procurarão atletas em boa forma que apresentem forma e proporções corporais adequadas, combinadas com musculatura e condição geral equilibradas. Os Árbitros são lembrados de que muscularidade extrema e definição devem ser reduzidas. Como avaliar os Quartos de volta do Men's Physique é explicado no Apêndice 2 desta seção.

2. Presença de palco e personalidade

Os Árbitros estão procurando o atleta com a melhor presença de palco e equilíbrio, que possa transmitir com sucesso sua personalidade para o público e sua capacidade de se apresentar no palco com confiança.

Artigo 11 – Finais

11.1 Os procedimentos para as Finais:

Os 6 melhores atletas do Pré-julgamento (Prévia) avançam para as finais, que consiste em um único Round.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



1. Round 2: Apresentação individual e quartos de volta.

11.2 A vestimenta para o Round 2 é o mesmo do Round 1.

***Nota:** Os atletas podem usar bermudas diferentes das do Round 1; no entanto, eles ainda devem estar em conformidade com os padrões de bom gosto e decência descritos no Artigo 6.*

Artigo 12 – Finais: Apresentação do Round 2

12.1 Apresentação do Round 2:

Os procedimentos para o Round 2 serão os seguintes:

1. Os 6 melhores finalistas serão chamados ao palco, um a um, e serão apresentados por número, nome e país, individualmente e em ordem numérica, e caminharão até a frente e centro do palco. Eles farão os quartos de volta, com pose opcional de mão no bolso ou no quadril, quatro dedos na frente do corpo, terminando de frente para os Árbitros. O atleta irá então proceder para um lado do palco conforme direcionado pelo Árbitro Central ou diretor de palco da IFBB.

2. Os 6 primeiros colocados serão direcionados ao centro do palco, em uma única linha e em ordem numérica.

3. O Árbitro Central ou diretor de palco da IFBB dirigirá os atletas, como um grupo, pelos quartos de volta em ordem numérica e então na ordem inversa.

4. A descrição detalhada dos quartos de volta é fornecida no Apêndice 1 desta Seção.

5. Após a conclusão dos quartos de volta, os atletas saem do palco.

Artigo 13 – Finais: Pontuação do Round 2

13.1 Pontuação do Round 2:

A pontuação para o Round será a seguinte:

1. Os Árbitros, usando o Formulário 6, intitulado "Colocações Individuais dos Árbitros (Finais)", e usando os mesmos critérios de julgamento usados durante o Pré-julgamento (Prévia), colocarão os atletas do 1º ao 6º, não dando a dois atletas a mesma colocação.

2. Os estatísticos coletarão o Formulário 6 dos Árbitros e, em seguida, transcreverão as colocações do Árbitro no Formulário 5, intitulado "Folha de Pontuação (Estatísticos)". Eles irão então descartar duas pontuações mais altas e duas mais baixas (se nove Árbitros) ou uma mais alta e uma mais baixa (se menos de nove Árbitros) para cada atleta e irão somar as cinco pontuações restantes e escreverão o total na coluna marcada "Sub-pontuação do Round 2". Os pontos do Pré-julgamento (Round 1) não são levados em consideração nas Finais. Cada atleta começa as Finais com "zero pontos".

3. Caso ocorra um empate na "Subtotal do Round 2", o empate será desfeito usando o método de "Colocação Relativa" aplicado à "Pontuação Parcial do Round 2" do atleta (ver Artigo 9, Ponto 3).



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/0001-81



Artigo 14 – Finais: Avaliação do Round 2

14.1 Avaliação do Round 2

O Round 2 é avaliado usando os mesmos critérios detalhados no Artigo 10 (Avaliação do Round 1). Mais detalhes no Apêndice 1 desta seção.

Os Árbitros devem garantir que este Round seja julgada com uma “nova” perspectiva, garantindo que todos os atletas recebam uma avaliação justa com base na condição corporal apresentada neste Round.

Artigo 15 – Finais: Cerimônia de Premiação

15.1 Cerimônia de Premiação:

Os seis melhores finalistas serão chamados ao palco para participar da cerimônia de premiação. O mestre de cerimônias anunciará o número, nome e país da atleta em 6º lugar e continuará até o 1º lugar.

O Presidente da IFBB, ou o principal oficial da IFBB nas competições, acompanhado pelo(s) outro(s) oficial(s) convidado(s) por ele para participar desta cerimônia, irá entregar as medalhas e / ou troféus aos vencedores.

O hino nacional (versão curta) do país do vencedor do 1º lugar será reproduzido imediatamente após o recebimento da premiação do 1º lugar.

Após o hino nacional, os finalistas são obrigados a permanecer no palco por um breve período para fins fotográficos, e seguir os comandos do Árbitro Central ou diretor de palco da IFBB. Durante a cerimônia de premiação, os atletas não estão autorizados a exibir a bandeira de seu país.

Espera-se que os atletas recebam suas colocações, medalhas e / ou prêmios e participem até o final da Cerimônia de Premiação (sessão de fotos). O atleta, que ostensivamente manifestar sua desaprovação e / ou deixar o palco antes do término da Cerimônia de Premiação, pode ser desclassificado.

A descrição detalhada da Cerimônia de Premiação está disponível na Seção 1: Regras Gerais, Artigo 16.

Artigo 16 – Categoria Overall e Premiação

16.1 Men's Physique, a Categoria Geral é conduzida em:

- a. Sênior Men's Physique (para um máximo de seis campeões)
- b. Júnior Men's Physique (para um máximo de quatro campeões)
- c. Masters Men's Physique (para um máximo de três campeões)

Nota: O vencedor da categoria Muscular Men's Physique não participará da Categoria Overall do Men's Physique.

16.2 A Categoria Overall procederá da seguinte forma:



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/0001-81



1. Imediatamente após a Cerimônia de Premiação da última categoria Men's Physique, todos os vencedores da categoria, exceto Muscular Men's Physique serão trazidos ao palco em ordem numérica e em uma única fila, vestindo suas bermudas.
2. O Árbitro Central da IFBB guiará os atletas durante os quartos de volta realizados no centro do palco, em ordem numérica e então na ordem inversa.
3. Após a conclusão dos quartos de volta, os atletas saem do palco.
4. Os Árbitros usarão o Formulário 6, intitulado "Colocações Individuais dos Árbitros (Finais)". Cada árbitro concederá a cada atleta uma colocação individual do primeiro ao último lugar, garantindo que dois ou mais atletas não recebam a mesma colocação.
5. Usando o Formulário 5, intitulado "Folha de Pontuação (Estatísticos)", com nove Árbitros, duas pontuações mais altas e duas mais baixas serão descartadas. As pontuações restantes serão adicionadas para produzir uma "Pontuação Geral da Categoria" e um "Colocação da Categoria Overall".
6. Caso ocorra um empate na "Pontuação da Categoria Overall", o empate será desfeito usando o "Método de Colocação Relativa" para esta categoria (ver Artigo 9, ponto 3).
7. O "Campeão Overall" será anunciado e o Troféu do Overall da IFBB será apresentado a ele pelo Presidente da IFBB ou oficial da IFBB no campeonato. O troféu será fornecido pela Federação Nacional organizadora.

Artigo 17 – Resultados e premiação da classificação das equipes

17.1 Melhores Seleções Nacionais:

A pontuação das Melhores Seleções Nacionais inclui:

- Top 4 na categoria Men's Physique e top 1 na categoria Muscular Mens Physique no Campeonato Mundial de Bodybuilding.
- Top 2 atletas Master Men's Physique no Campeonato Mundial Máster

Campeonatos Mundiais Júnior: *

- Top 1 na categoria Júnior Men's Physique de 16 a 20 anos
- Top 2 nas categorias Júnior Men's Physique de 21 a 23 anos

* - Se as categorias forem combinadas, a melhor pontuação das equipes incluirá tantos atletas principais quanto o número de categorias.

O procedimento detalhado dos cálculos da Classificação das Equipes está disponível na Seção 1: Regras Gerais, Artigo 18.

Os delegados chefes ou gerentes de equipe dos 3 principais países aceitarão os prêmios em nome de seus países.

Publicação dos Resultados - de acordo com a Seção 1: Regras Gerais, Artigo 19.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



APÊNDICE 1: DESCRIÇÃO DOS QUARTOS DE VOLTA DO MEN'S PHYSIQUE

Um atleta, que apesar de ter sido pré-advertido pelo Árbitro Central da IFBB, realizar quartos de volta ou ficar na formação incorretamente, receberá um cartão amarelo. Se continuar a fazê-lo, ele será rebaixado uma posição nos resultados desse Round. A cada quarto de volta, os atletas ficarão imóveis. Executando um quarto de volta para frente e um quarto de volta para trás, o músculo latíssimo do dorso deve ser exposto de forma natural, sem a contração máxima apresentada pelos Bodybuilders.

Pose de frente:

Postura ereta, cabeça e olhos voltados para a mesma direção do corpo, uma mão apoiada no quadril, com os quatro dedos na frente do corpo, e uma perna levemente posicionada para o lado. A segunda mão posicionada ao longo do corpo, levemente lateralmente, cotovelo levemente flexionado, palma aberta e dedos retos, esteticamente configurados. Joelhos não flexionados, músculos abdominais e grande dorsal ligeiramente contraídos, cabeça para cima. Os atletas que não adotarem a postura correta receberão um aviso, após o aviso os pontos serão deduzidos de sua pontuação.

Quarto de volta à direita (pose de lado – perfil esquerdo)

Os atletas realizarão o primeiro quarto de volta para a direita. Eles ficarão do lado esquerdo para os Árbitros, com a parte superior do corpo ligeiramente voltada para os Árbitros e o rosto olhando para os Árbitros. Mão esquerda apoiada no quadril esquerdo, braço direito pressionado para baixo e ligeiramente à frente da linha central do corpo, cotovelo levemente flexionado, palma aberta e dedos retos, esteticamente configurados. A perna esquerda (mais próxima dos Árbitros) com o joelho ligeiramente flexionado e apoiada no chão. Perna direita (mais distante dos Árbitros) com o joelho flexionado, com o pé movido para trás e apoiado na ponta dos pés.

Pose de costas:

Postura ereta, cabeça e olhos voltados para a mesma direção do corpo, mão solta apoiada no quadril, com os quatro dedos na frente do corpo, a segunda mão posicionada ao longo do corpo, levemente lateralmente, cotovelo levemente flexionado, com a palma da mão aberta e dedos retos, esteticamente configurados e uma perna levemente posicionada para trás e para o lado, apoiada na ponta dos pés. Músculo latíssimo do dorso ligeiramente contraídos, cabeça erguida.

Quarto de volta à direita (pose de lado – perfil direito)

Os atletas farão o próximo quarto de volta para a direita. Eles ficarão do lado direito dos Árbitros, com a parte superior do corpo ligeiramente voltada para os Árbitros e o rosto olhando para os Árbitros. Mão direita apoiada no quadril direito, braço esquerdo pressionado e ligeiramente à frente da linha central do corpo, cotovelo levemente flexionado, palma aberta e dedos retos, esteticamente configurados. A perna direita (mais próxima dos Árbitros) com o joelho ligeiramente flexionado e apoiada no chão. Perna esquerda (mais distante dos Árbitros) com o joelho flexionado, com o pé movido para trás e apoiado na ponta dos pés.



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE MUSCULAÇÃO FISICULTURISMO E FITNESS

Vinculada a A.B.E.C.D - Associação Brasileira de Estudos e Combate ao Doping
Filiada a I.F.B.B - International Federation of Fitness and Bodybuilding
CNPJ/ME: 15.570.999/ 0001-81



APÊNDICE 2:

COMO AVALIAR OS QUARTOS DE VOLTA DO MEN'S PHYSIQUE

Com exceção das coxas, que são cobertas por bermudas, a avaliação deve levar em consideração todo o físico. A avaliação, começa com uma impressão geral do físico, deve levar em consideração o cabelo; o desenvolvimento e a forma geral do corpo; a apresentação de um físico equilibrado, proporcional e simetricamente desenvolvido; o estado da pele e o tom da pele; e a capacidade do atleta de se apresentar com confiança e elegância.

Os Árbitros devem favorecer atletas com um físico harmonioso, proporcional e clássico masculino, boa postura, estrutura anatômica correta (incluindo estrutura corporal, curvas espinhais corretas, membros e tronco em boas proporções, pernas retas, não arqueadas ou com joelhos tortos). As proporções verticais (comprimento das pernas à parte superior do corpo) e horizontais (quadris e cintura à largura dos ombros) são alguns dos fatores-chave.

O físico deve ser avaliado quanto ao seu nível de densidade corporal geral, alcançado por meio de atividades físicas e dieta alimentar. As partes do corpo devem ter uma aparência agradável e firme com uma quantidade reduzida de gordura corporal, mas devem ter uma aparência "mais macia" e "mais lisa" do que no Bodybuilding. O físico não deve ser excessivamente musculoso nem excessivamente magro e deve estar livre de separações musculares profundas e / ou estrias agudas. Físicos considerados muito musculosos, muito duros, muito secos ou muito magros devem ser despontuados.

A avaliação também deve levar em consideração o tom da pele. O tom da pele deve ser suave e de aparência saudável. O cabelo deve complementar o "Pacote Total" apresentado pelo atleta.

A avaliação do físico do atleta pelo árbitro deve incluir toda a apresentação do atleta, desde o momento em que ele entra no palco até o momento em que sai do palco. Em todos os momentos, o atleta Men's Physique deve ser visto com ênfase em um físico "saudável e em forma", em um "Pacote Total" impressionante e atraente.

Os Árbitros são lembrados de que esta não é uma competição de Bodybuilding. Os atletas devem ter forma em seus músculos, mas não a separação, definição, nível de gordura corporal muito baixo, rigidez que são vistos nas competições de Bodybuilding. Qualquer atleta que exibir essas características deve ser desclassificado.