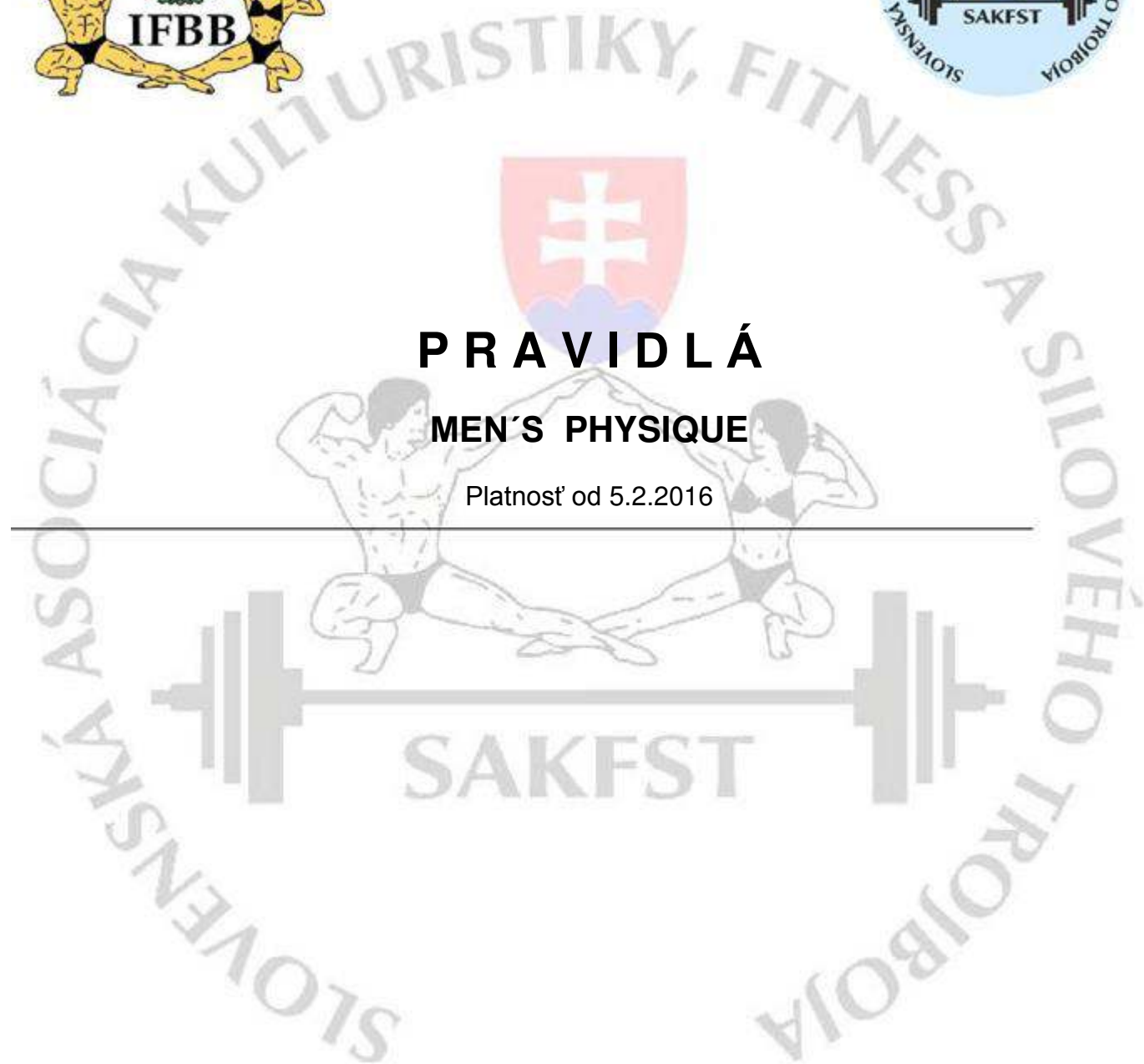




PRAVIDLÁ

MEN'S PHYSIQUE

Platnosť od 5.2.2016



Slovenská asociácia kulturistiky, fitness a silového trojboja

SÚŤAŽNÉ PRAVIDLÁ MEN'S PHYSIQUE

Tieto pravidlá nadobúdajú platnosť 5.2.2016 a platia až do odvolania.

Článok 1

Všeobecne

Kategória Men's Physique je určená pre mužov a juniorov, ktorí uprednostňujú menej svalnatú, ale atletickú a esteticky atraktívnu postavu.

Je vhodná pre mužov a juniorov ktorí posilňujú, udržiujú sa v kondícii a preferujú zdravú a vyváženú stravu, hoci uprednostňujú menej svalnatú, ale atletickú a esteticky atraktívnu postavu. Sú to fyzicky zdatní súťažiaci s vhodným tvarom a súmernosťou postavy spolu s muskularitou a celkovou dobrou kondíciou. Pretekári by mali vedieť pózovať a prezentovať sa na pódiu, ako aj vedieť sa predstaviť publiku s preukázateľnou sebaistotou.

Článok 2

Kategórie - rozdelenie pretekárov

1. Na súťažiach Men's Physique" sú pretekári rozdelení do týchto vekových a výškových kategórií:

- a) vekové kategórie
juniori: do 23 rokov*
muži:

Poznámka: * pretekár súťaži vo svojej vekovej kat. počas celého roku, v ktorom dosiahol vek 23 rokov.

- b) výškové
juniori: do 175 cm a nad 175 cm (resp. kat. A, B, C, ..*)
muži: do 174 cm; do 180 cm; nad 180 cm (resp. kat. A, B, C, ..*)
- c) * Výškové kat. v propozíciách môžu byť označené (určené) aj ako kat. A, B, C, .. (so súhlasom Komisie kulturistiky a fitness, ŠTK).
Výškové kategórie A, B, C, .. sa určia po prezentácii súťažiacich na danej súťaži tak, aby v nich súťažil rovnomerný počet súťažiacich.

Článok 3

Úbor pretekára

Oblečením pre všetky súťažné kolá sú voľné šortky, ktoré musia spĺňať nasledovné kritériá:

1. súťažiaci si môže sám zvoliť ľubovoľný materiál a farbu
2. nie sú povolené žiadne tesné ani elastické šortky
3. na šortkách nie sú povolené logá osobných sponzorov - povolené je však logo výrobcu, napr. Nike, Adidas a pod.
4. žiadna obuv
5. žiadne šperky alebo iné doplnky, s výnimkou zásnubného prsteňa

Článok 4

Časti súťaže

1. Kategória Men's Physique pozostáva z nasledovných súťažných kôl:

- a) eliminácia - vyradovanie
- b) 1. kolo – semifinále – štvrt' obraty
- c) 2. kolo – finále

Článok 5

Eliminácia

Prevedenie eliminácie:

1. Pódiový rozhodca privedie pretekárov na pódium bez trička a bosých. Zoradí všetkých pretekárov do jednej alebo dvoch línií, kde každá línia vykoná čelný a zadný postoj. Posledný obrat (postoj) sa vykoná tvárou k rozhodcom.
2. Ruku môžu mať vo vrecku alebo položenú na boku. Nie sú dovolené žiadne neslušné výstupy, akým je napr. pózovanie s odhaleným zadkom.
3. V prípade, že sa na súťaži prezentuje viac ako 15 pretekárov v kategórii, bude vykonaná eliminácia.

4. Sekretár hlavného rozhodcu (ďalej len sekretár HR) rozdá všetkým rozhodcom tlačivo Eliminácia - individuálne umiestnenie rozhodcu (Formulár 1B), do ktorého sú už vpísané štartové čísla všetkých pretekárov v kategórii.
5. Pódiový rozhodca zoradí na pódiu pretekárov v jednom rade (ak je nutné, do dvoch radov) od najnižšieho štartového čísla z ľavej strany pódia.
6. Rozhodcovia začnú rozhodovať. Potom pódiový rozhodca zmení postavenie pretekárov tak, že vymení ich poradie, t.j. od najnižšieho štartového čísla sprava doľava.
7. Pódiový rozhodca rozdelí pretekárov do dvoch rovnako veľkých skupín, ktoré sú na javisku rozmiestnené tak, že jedna skupina je na ľavej strane javiska a druhá na strane pravej.
8. Centrálna časť javiska je ponechaná voľná na porovnanie. V poradí podľa štartových čísel a v skupinkách nie väčších ako 5 pretekárov naraz je každá skupinka nasmerovaná do centra javiska/pódia, aby vykonala 2 polo obraty (postoje):
9. Ak je v kategórii viac ako 21 pretekárov, rozhodcovia vo formulári „Eliminácia – individuálne umiestnenie rozhodcu“ (Formulár 1B) označia symbolom „X“ tých pretekárov, ktorých chcú vybrať medzi najlepších 15. Ak je pretekárov od 16 do 21, rozhodcovia označia symbolom „X“ tých pretekárov, ktorých chcú vylúčiť z najlepšej 15-ky.
10. Sekretár HR v spolupráci s počtárskou komisiou použije tlačivo „Vyhodnotenie eliminácie“, do ktorého prepíše rozhodcovské výbery, na základe ktorých vyhodnotí 15 pretekárov postupujúcich do semifinále. V prípade, že sa zhoduje súčet hodnotení na 15-tom mieste u niekoľkých pretekárov, budú títo privedení na pódium k opätovnému prevedeniu povinných postojov pre výber eliminácie. Do semifinále postupuje 15 pretekárov.
11. Sekretár HR informuje hlavného rozhodcu, ktorí pretekári postúpili do semifinále podľa štartových čísel.

Článok 6

Predvedenie v 1.kole – semifinále (4 štvrt' obraty)

Prvé kolo je vykonávané pod vedením pódiového rozhodcu nasledovne:

1. Pódiový rozhodca privedie všetkých semifinalistov (15) na pódium, zoradí ich v jednej línii v poradí podľa štartových čísel. Hlásateľ postupne predstaví všetkých pretekárov podľa št. čísla, mena a oddielu.
 - a) Ako skupina potom vykonajú 2 polo obraty.
 - b) Potom zoradí pretekárov v ľavej a pravej časti pódia, stred pódia slúži na pózovanie skupín.
 - c) Pódiový rozhodca vyzve prvých 5 pretekárov od najnižšieho št. čísla, aby vykonali na jeho pokyn 2 polo obraty – predný a zadný obrat. Posledný obrat (postoj) sa vykoná tvárou k rozhodcom.
 - d) Toto „pred hodnotenie“ vykonajú všetci semifinalisti v skupine po 5 pretekárov.
2. Po „pred hodnotení“ si následne každý rozhodca vyberie 5 pretekárov do prvej skupiny, požiadavku odovzdá hlavnému rozhodcovi. Hlavný rozhodca spočíta požiadavky jednotlivých rozhodcov. Tí pretekári, ktorých rozhodcovia najviac požadujú budú vyvolaní na 1. porovnanie v počte 3-5 pretekárov. Hlavný rozhodca má právo pri zhode požiadaviek nad 5 pretekárov určiť, ktorého pretekára zaradí do 1. porovnávania v skupine. Títo pretekári na pokyn pódiového rozhodcu vykonajú **4 povinné štvrt' obraty** (postoje) v strede pódia. Po ukončení ich hodnotenia rozhodcami opustia pódium na pokyn pódiového rozhodcu. Pretekári, ktorí nie sú hodnotení v 1. porovnávaní stoja po stranách pódia.
3. Takto isto sa postupuje aj pri požiadavkách rozhodcov pre vyvolanie a určenie pretekárov do 2. a 3. skupiny pre vzájomné porovnanie.
4. Rozhodcovia hodnotia pretekárov umiestnením od 1. do 15., pričom nesmú dať dvom alebo viacerým to isté umiestnenie. Do finále postupuje 6 pretekárov s najnižším súčtom umiestnení.
5. V prípade zhody v umiestnení u viacerých pretekárov, bude o umiestnení v semifinále rozhodnuté metódou „relatívneho umiestnenia“ vo vzájomnom porovnávaní pretekárov pred škrtním (rozhoduje vyšší počet lepších umiestnení).
6. Semifinálové hodnotenie rozhodcov určuje poradie pretekárov od 1. do 15. miesta. Pretekári na 1. – 6. mieste postupujú do finále bez určenia konečného umiestnenia. Umiestnenie pretekárov od 7. až po 15. miesto je konečné.

Článok 7

Popis povinných postojov (4 štvrt' obraty)

Pretekári vstúpia na pódium bez trička a bosí. Nie sú dovolené žiadne neslušné výstupy, akým je napr. pózovanie s odhaleným zadkom.

1. ČELNÝ POSTOJ: súťažiaci sa postaví čelom k rozhodcom s jednou rukou opretou o bok a jednou nohou vysunutou mierne dopredu a do strany.
2. ŠTVRŤ OBRAT DOPRAVA: súťažiaci vykonajú štvrt' obrat a budú otočení ľavou stranou k rozhodcom. Hornú časť tela mierne natočia k rozhodcom a ich pohľad smeruje na rozhodcov. Ľavú ruku majú položenú na ľavom boku, postoj nôh je voľný.
3. ŠTVRŤ OBRAT VZAD: súťažiaci vykonajú štvrt' obrat vpravo a stoja zadom k rozhodcom. Chodidlá sú vzdialené od seba nie viac ako 30 cm. Jedna ruka spočíva na boku, druhá ruka je uvoľnená vedľa tela. Súťažiaci nesmú natáčať hornú časť tela smerom k rozhodcom.
4. ŠTVRŤ OBRAT DOPRAVA: súťažiaci vykonajú štvrt' obrat vpravo a budú otočení pravou stranou k rozhodcom.

Hornú časť tela mierne natočia k rozhodcom a ich pohľad smeruje na rozhodcov. Pravá ruka spočíva na pravom boku, postoj nôh je voľný.

Článok 8

Hodnotenie 1. kola – semifinále (4 štvrť obraty)

Prvé kolo sa hodnotí pomocou nasledovných kritérií:

1. Muskularita a telesná forma
Rozhodca by mal najskôr zhodnotiť celkový atletický výzor mužskej postavy. Hodnotenie by sa malo začať od hlavy a pokračovať smerom nadol, pričom sa zohľadňuje celková postava. Hodnotenie sa začína od celkového dojmu postavy a do úvahy sa berie aj stav pokožky, tonus pleti a tiež črty tváre a vlasy. Rozhodcovia hľadajú fit pretekárov, ktorí predvedú tvar a súmernosť postavy zodpovedajúcu požiadavkám v kombinácii s muskularitou a celkovou formou.
Rozhodcovia sú upovedomení o tom, že prílišná muskularita znižuje bodovanie.
2. Prezentácia na pódiu a osobnosť
Rozhodcovia hľadajú pretekára s najlepšou prezentáciou na pódiu a držaním tela, ktorý dokáže úspešne prezentovať svoju osobnosť publiku a so schopnosťou sebaistého predstavenia sa na pódiu.

Článok 9

2. kolo – finále (4 štvrť obraty)

Oblečenie a prezentácia v 2. kole je rovnaká ako v 1. kole.

1. Pódiový rozhodca zoradí finalistov na pódiu od najmenšieho št. čísla po najväčšie a na jeho pokyn vykonávajú všetci súčasne povinné postoje – 4 štvrť obraty pre porovnávanie hodnotiacim rozhodcov. Potom na pokyn pódiového rozhodcu zmenia svoje postavenie (miesto) na pódiu pretekári 1 a 4, 2 a 5, 3 a 6 a znovu predvedú 4 štvrť obraty.
2. Po ukončení posledného porovnávanie pódiový rozhodca sformuje finalistov do jednej rady v poradí podľa štartových čísel a na jeho pokyn opustia javisko/pódium.
3. Sekretár HR zozbiera tlačivá pre umiestnenie vo finále, prekontroluje či sú podpísané a či každý rozhodca umiestnil finalistov od 1. do 6. miesta. Hodnotenie rozhodcov zapíše do Zápisu súťaže kolónky 3. kolo finále. Jedno najnižšie a jedno najvyššie hodnotenie sa škrtnú. Ostatné hodnotenia sa spočítajú.

Článok 10

Spracovanie výsledkov

Spracovanie výsledkov hodnotenia pretekárov rozhodcami je plne v kompetencii sekretára HR.

1. V tlačive Zápis súťaže (Formulár 5):
 - a) sa pri počte rozhodcov 5 alebo 7 u každého pretekára prečiarkne jedno najvyššie a jedno najnižšie hodnotenie. Ostatné hodnotenia sa spočítajú a ktorý pretekár má celkovo nižší počet umiestnení, je lepší. Platí to rovnako pre semifinále ako aj finále (2. kolo)
 - b) súčet umiestnení (hodnotení) v 2. kole nám dáva výsledné/konečné poradie pretekárov na 1. - 6. mieste. Pretekári s nižším súčtom umiestnení sú v konečnom poradí umiestnení na vyššom mieste. Víťazí pretekár s celkovým najnižším súčtom umiestnení.
 - c) pri „zhode“ v súčte umiestnení v 2. kole (finále) rozhoduje o konečnom lepšom umiestnení pretekára metóda „relatívneho umiestnenia vo finále“.

Článok 11

Zverejňovanie výsledkov

1. Hlavný rozhodca spolu so svojím sekretárom (sekretár HR) sú plne zodpovední za zverejňovanie, správnosť a presnosť zápisov a výsledkových listín. Zverejňovanie hodnotenia nie je dovolené. Sekretár HR zverejní po semifinálovej časti mená postupujúcich resp. štartové čísla pretekárov bez udania poradia. Hlavný rozhodca po skončení súťaže a vyhlásení výsledkov preberie všetky vyplnené tlačivá zo súťaže, z ktorých vypracuje Vyhodnotenie rozhodcov a Správu hlavného rozhodcu. Výsledkovú listinu a Správu hlavného rozhodcu zašle ŠTK. Zápis súťaže, Výsledkovú listinu, Vyhodnotenie rozhodcov a Správu hlavného rozhodcu zašle Komisii rozhodcov. Usporiadateľovi ponechá 1 kópiu Výsledkovej listiny a po spracovaní mu zašle Správu hlavného rozhodcu.
2. Sekretár HR zašle v elektronickej forme Výsledkovú listinu na sekretariát SAKFST, ktorý ju zverejní na webovej stránke SAKFST

Vypracoval: Komisia kulturistiky a fitness, Trenčín 9.1.2016

Prerokované a schválené: Senec, 5.2.2016

Schválil: Dr. Dušan Matušík
viceprezident pre kulturistiku a fitness