НАРЕДБА

ЗА ПРОВЕЖДАНЕ НА ДЪРЖАВНО ПЪРВЕНСТВО ПО КУЛТУРИЗЪМ – МЪЖЕ, ВЕТЕРАНИ, СМЕСЕНИ ДВОЙКИ; КЛАСИЧЕСКИ КУЛТУРИЗЪМ - МЪЖЕ, ВЕТЕРАНИ; ФИЗИК - МЪЖЕ, ЖЕНИ; ФИТНЕС - ЖЕНИ; БОДИФИТНЕС - ЖЕНИ; БИКИНИ - ЖЕНИ ГР. БУРГАС, 12-14.09.2014 г.

Дата: 12-ти - 14-ти септември 2014 год.

Място: Летен театър - гр. Бургас, Приморски парк (Морска градина)

Организатор: Българска федерация по културизъм и фитнес и
РСКК „Атлант", Румен Желев – тел: 0882 700770

Награди:

- Дипломи – от 1-во до 6-то място
- Медали – от 1-во до 3-то място
- Купи – за победителя във всяка категория

ПРАВО НА УЧАСТИЕ – Всички състезатели от клубовете, членове на Федерацията

НЕ СЕ ДОПУСКАТ ДО УЧАСТИЕ СЪСТЕЗАТЕЛИ:

1. Които не представляват клуб – нямат клубна принадлежност или клуба, който представляват, не е член на Федерацията.
2. Не са изпълнени изискванията относно членския внос за настоящата и предходни години.
3. Участвали в международни състезания, които не са под егидата на IFBB.

ДИСЦИПЛИНИ И КАТЕГОРИИ:

ЖЕНИ

- **фитнес** 1 категория опън
- **бодифитнес** 1 категория опън
- **физик** 1 категория опън
- **бикини -** 3 категории - до 163 см, до 169 см, над 169 см

МЪЖЕ

- **физик** - до 174 см, над 174 см
- **класически културизъм** - до 168 см, до 171 см, до 175 см, до 180 см, над 180 см, абсолютна
- **културизъм** - до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 85 кг, до 90 кг, до 95 кг, до 100 кг, над 100 кг, абсолютна - от победителите в отделните категории културизъм
- **културизъм ветерани** - 40 - 49 г. - до 80 кг, над 80 кг; 50 -59г. - 1 категория опън; над 60 г. - 1 категория опън
- **класически културизъм ветерани** - над 40 год. - 1 категория опън

СМЕСЕНИ ДВОЙКИ - състезателка и състезател в една категория опън

Теглото на състезателите в класическия културизъм се изчислява по следния начин:

- при ръст до 168 см – максимално лично тегло равно на ръста минус 100 кг
- при ръст до 171 см – максимално лично тегло равно на ръста минус 100 + 2 кг
- ръст до 175 см - максимално лично тегло равно на ръста минус 100 + 4 кг.
- ръст до 180 см – максимално лично тегло равно на ръста минус 100 + 6 кг.
- над 180 см- тегло в кг е равно на (ръста в сантиметри минус 100) плюс 8 килограма

Бележка 1: за състезатели с височина над 190 см и включително 198 см, се използва следната формула:
Максимално тегло в кг е равно на (височината в сантиметри минус 100) плюс 9 килограма.
Бележка 2: за състезатели с височина над 198 см, се използва следната формула:
Максимално тегло в кг е равно на (височината в сантиметри минус 100) плюс 10 килограма
Всички състезатели, които попадат в по-горе изброените категории, се състезават в „над 180 см”.

1. При заявени 3 или по малко състезатели в категория може да бъдат извършвани промени в категориите с решение на спортно-техническата комисия.
2. Не се допуска толеранс в теглото.

АДМИНИСТРАТИВНИ ИЗИСКВАНИЯ:

Състезателите се явяват на тегленето /измерването на ръста/:

1. С облеклото съгласно правилника, с което ще участват на състезанието.
2. CD/DVD с музикалния съпровод за волното съчетание.
3. Състезателната си карта, заверена от клуба и от БФКФ.
4. Документи за периодичен и предсъстезателен медицински преглед.

ФИНАНСОВИ ИЗИСКВАНИЯ:

1. Членски внос годишен /за клуб/ - 200.00 лв.
2. Такса участие - 20.00 лв.
3. Внос контестация - 50.00 лв.
4. Всички разходи по участието /пътни, храна, хотел/ са за сметка на участниците.

ПРОГРАМА НА ДЪРЖАВНО ПЪРВЕНСТВО 2014

12.09.2014 (петък)		
Час	**Място**	**Процедура**
18:00	Хотел "България", гр. Бургас	Регистрация Техническа конференция - задължително участие на всички съдии и водачи на отбори Теглене / измерване
13.09.2014 (събота)		
Час	**Място**	**Процедура**
16:00	Летен театър, гр. Бургас	ЦЕРЕМОНИЯ ОТКРИВАНЕ Финали Бикини - жени Бодифитнес - жени Физик - жени Фитнес - жени Физик - мъже Класически културизъм – ветерани Културизъм – ветерани
14.09.2014 (неделя)		
9:00 часа Първа част	Летен театър, гр. Бургас	Финали Класически културизъм – мъже Класически културизъм – мъже – абсолютна
16:00 часа Втора част	Летен театър, гр. Бургас	Финали Културизъм – мъже Смесени двойки Културизъм – мъже – абсолютна

НАСТАНЯВАНЕ

Моля клубовете да резервират места за нощувка в предпочитани хотели. Организаторът е договорил специални цени на стая в хотел "България", гр. Бургас, ул. "Александровска" 21, тел. 056 842 610, тел. 056 842 620, https://www.bulgaria-hotel.com/ и хотел Военен клуб (ДНА), ул. "Христо Ботев" 48, тел. 056 817 477, http://www.militaryclubs.bg/node/365

Организатори:
Българска Федерация по Културизъм и Фитнес
Патрик Ангелов, Президент

РСКК „Атлант”
Румен Желев, тел: 0882 700770

ИЗВЛЕЧЕНИЕ ОТ СЪСТЕЗАТЕЛНИЯ ПРАВИЛНИК

Културизъм – мъже и ветерани:
- 8 задължителни пози - двоен бицепс лице, най-широк гръб отпред, встрани гърди, двоен бицепс в гръб, най-широк гръб в гръб, страничен трицепс, коремнобедрена и най-мускулеста поза
- волно съчетание с продължителност 60 сек.

Културизъм – смесени двойки:
- 5 задължителни пози - двоен бицепс лице, встрани гърди, двоен бицепс гръб, страничен трицепс и коремнобедрена.
- волно съчетание с максимална продължителност 60 секунди, с музика по избор на състезателя, а при смесените двойки - 120 секунди.

Класически културизъм - мъже и ветерани:
- 4 завъртания на 90 градуса
- 8 задължителни пози, както при културизъм – мъже
- волно съчетание с продължителност 60 секунди

Бодифитнес – жени - в един рунд
- Т – походка и четири завъртания на 90 градуса, изпълнени с бански костюм в две части

Фитнес - жени - в два рунда, като и двата рунда се оценяват
- сравнителни завъртания на 90 градуса
- волно съчетание с продължителност 90 секунди

Физик – жени – в един рунд
- 4 задължителни пози – фронтален двоен биценс, встрани гърди, заден двоен бицепс, страничен трицепс, волно съчетание от 30 секунди

Физик – мъже – в един рунд
- Сравнителни завъртания на 90 градуса, изпълнени с плажни гащета тип бермуди

Бикини – жени – в един рунд
- Т – походка и сравнителни завъртания на 90 градуса, изпълнени в бански костюм в две части

Моля вижте правилата в отделните дисциплини на: www.ifbb.com, отдел rules.