



# WETTKAMPFREGLLEMENT (Version 02.2017)

## Inhaltsverzeichnis

### **1. Allgemeine Bestimmungen**

- 1.1 Voraussetzung
- 1.2 Teilnahmebedingungen In- und Ausland
- 1.3 Wettkampflizenz und Anmeldung

### **2. Kampfrichter / Juroren**

- 2.1 Allgemeine Bestimmungen
- 2.2 Zusammensetzung und Wertung
- 2.3 Neue Kampfrichter

### **3. Einteilung**

- 3.1 Klassen und Kategorien

### **4. Veranstaltungen**

- 4.1 Einschreiben
- 4.2 Posing-Musik
- 4.3 Verhaltensregeln
- 4.4 Ermittlungen der Rangierung
- 4.5 Siegerehrung
- 4.6 Beschwerden

### **5. Dopingbestimmungen**

- 5.1 Nationale Wettkämpfe
- 5.2 Europa- und Weltmeisterschaften
- 5.3 Sanktionen

### **6. Internationale Termine**

- 6.1 Internationale Wettkämpfe im Ausland
- 6.2 Europa- und Weltmeisterschaften, Pro Qualifiers

### **7. Bodybuilding Männer & Frauen/ Classic Bodybuilding**

- 7.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien
- 7.2 Bekleidung beim Wettkampf

### **8. Bodyfitness Frauen (Figuren)**

- 8.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien
- 8.2 Bekleidung beim Wettkampf

### **9. Bikini Klasse Frauen**

- 9.1. Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien
- 9.2. Bekleidung beim Wettkampf

### **10. Physique Klasse Männer + Muscular Mens Physique**

- 10.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien
- 10.2 Bekleidung beim Wettkampf

### **11. Physique Klasse Frauen**

- 11.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien
- 11.2 Bekleidung beim Wettkampf

### **12. Wellness Fitness**

- 12.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien
- 12.2 Bekleidung am Wettkampf

### **13. Inkraftsetzung**



## 1. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN

Die nachstehenden Artikel sind für den Bereich des Schweizerischen Bodybuilding und Fitness-Verbandes SBFV bindend.

### 1.1 Voraussetzung

Teilnahmeberechtigt ist nur der/die Inhaber/in einer gültigen SBFV-Lizenz. [Lizenz anfordern](#)

### 1.2 Teilnahmebedingungen In- und Ausland

#### 1.2.1

An Schweizermeisterschaften dürfen nur Athleten/innen mit Schweizer Staatsangehörigkeit, Ausländer/innen mit Aufenthaltsbewilligung C und Ausländer/innen mit Aufenthaltsbewilligung B, die in der Schweiz ihren Wohnsitz haben, teilnehmen. Eine gültige SBFV Lizenz gilt als Voraussetzung. Athleten/innen, welche an der Schweizermeisterschaft (SM) teilnehmen wollen, müssen vorher im gleichen Jahr am „International Swiss Cup (ISC)“ teilnehmen. Ausnahmen bilden die amtierenden Schweizermeister/innen sowie die Top 3 Finalisten des „international Battle of Champions“ vom 18.3.2017 und der „international Swiss Classic“ vom 01.04.2017.

#### 1.2.2

Mitglieder / Lizenznehmer des SBFV dürfen ausschliesslich nur an SBFV / IFBB Wettkämpfen, und / oder an Wettkämpfen von nationalen Verbänden welche der IFBB angeschlossen sind teilnehmen.

**Anfragen und Anmeldung im Ausland erfolgt immer über den SBFV.**

Es ist nicht möglich zu Beginn des Jahres bei anderen Verbänden, und / oder offenen Wettkämpfen zu starten und später im gleichen Jahr an SBFV / IFBB Wettkämpfen teil zu nehmen.

Eine Missachtung der oben aufgeführten Regeln wird mit dem Entzug der SBFV Lizenz von bis zu 12 Monaten geahndet (Sperrung). Mehrmalige Verstösse gegen die oben aufgeführten Regeln können zum Verbandsausschluss führen.

Internationale Athleten und Athletinnen (IFBB Athleten, Teilnehmer EM/WM/Arnold Classic etc.) müssen mit zusätzlichen Sanktionen durch die IFBB rechnen.

Sanktionierten / gesperrten Athleten und Athletinnen ist es nicht gestattet während der Sperrung an Wettkämpfen anderer Verbände teilzunehmen. Bei Missachtung muss mit weiteren Sanktionen gerechnet werden. **Nach Ablauf der Sperrung liegt es am Athleten / der Athletin ein schriftliches Wiederaufnahmegesuch zuhanden des Vorstandes zu stellen.** Dies kann eine Bearbeitungsgebühr von bis zu CHF 300.00 nach sich ziehen.

#### 1.2.3

An **international ausgerichteten Meisterschaften in der Schweiz** können auch Ausländer/innen teilnehmen, welche in der Schweiz keinen Wohnsitz haben. Die Anmeldung erfolgt über den für sie zuständigen nationalen Verband welcher Mitglied der IFBB sein muss.

#### 1.2.4

Für die **Teilnahme an der Europa- und Weltmeisterschaft (EM und WM) 2017** sind qualifiziert:

- Schweizermeister und Schweizermeisterinnen ab 2015
- Vize-Schweizermeister und Vize-Schweizermeisterinnen ab 2015; vorausgesetzt die Klasse hatte 15 Teilnehmer / Teilnehmerinnen oder mehr

Für die **Teilnahme an so genannten Pro Qualifier IFBB Wettkämpfen 2017** (Olympia Amateur, Arnold Classic, Diamond Cup, Ben Weider Legacy Cup usw.) sind qualifiziert:

- Top 3 der Schweizermeisterschaft ab 2015; **vorausgesetzt** die Klasse hatte zehn oder mehr Teilnehmer / Teilnehmerinnen. Bei **weniger als zehn** Teilnehmer / Teilnehmerinnen sind nur die Schweizermeister und Schweizermeisterinnen qualifiziert



Für die **Teilnahme an weiteren internationalen Wettkämpfen im Ausland** welche oben nicht spezifisch genannt wurden sind qualifiziert:

- Top 6 Platzierung (Finale) an einer Schweizermeisterschaft oder am ISC ab 2015; vorausgesetzt die Klasse hatte **zehn oder mehr** Teilnehmer / Teilnehmerinnen. Bei **weniger als zehn** Teilnehmern / Teilnehmerinnen sind nur die Top 3 der jeweiligen Klasse qualifiziert

Athleten und Athletinnen welche an den oben genannten Wettkämpfen (EM, WM, Pro Qualifier usw.) schon teilgenommen haben sind **weiterhin startberechtigt, vorausgesetzt es wurde in einem Jahr (2015 / 2016) folgende Platzierung erreicht:**

- Top 15 bei mehr als 20 Teilnehmern / Teilnehmerinnen
  - Top 10 bei 11 bis 19 Teilnehmern / Teilnehmerinnen
  - Top 6 (Finale) Bei 1 bis 10 Teilnehmern / Teilnehmerinnen
- ➔ Wurde an den internationalen Wettkämpfen während einem Jahr die entsprechende **Platzierung (erneute Qualifikation) nicht erreicht**, gilt es sich erneut an der Schweizermeisterschaft / dem ISC zu qualifizieren bevor eine weitere Startberechtigung im Ausland möglich ist.

Es ist **bei jeder Anmeldung** darauf zu achten, dass der Athlet / die Athletin den **Wettkampf und die Platzierung (Qualifikation) erwähnt**, an dem er / sie sich qualifiziert hat. Wird die Qualifikation nicht erwähnt kann die Anmeldung ignoriert werden.

Ein **Kategorienwechsel** bei internationalen Wettkämpfen (z. B. Bodyfitness zu Womens Physique, Bikini zu Bodyfitness, Physique zu Bodybuilding usw.) ist nur mit der Zustimmung des SBFV möglich.

Der SBFV behält sich vor bei allen Wettkämpfen vorgängig obligatorische Qualifikationen / Sichtungen durch zu führen, an welchen auch Athleten und Athletinnen teilnehmen dürfen die eine Empfehlung des Präsidenten, des Vorstandes und / oder des Teambetreuers International haben.

Für Master Athleten und Athletinnen können Sonderbedingungen erlassen werden.

**Über die endgültige Zulassung der Teilnahme entscheidet der SBFV und in Einzelfällen auch der Wettkampfveranstalter.**

### 1.3 Wettkampflizenz und Anmeldung

Die Wettkampflizenz ist **mindestens 21 Tage vor dem Wettkampftermin** online zu bestellen und per Banküberweisung zu bezahlen. [Lizenz bestellen \(Link\)](#)

**Lizenzbestellungen und Zahlungseingänge welche später eintreffen können unter Umständen nicht mehr berücksichtigt werden. Lizenzen und Mitgliedschaften welche erst am Wettkampftag vor Ort gelöst werden sind mit einem Aufschlag von je CHF 50.00 bzw. CHF 30.00 belastet (Lizenz CHF 100.00 plus CHF 50.00; Mitgliedschaft passiv CHF 30.00 plus CHF 30.00).**

Bei nationalen Meisterschaften in der Schweiz erfolgt die Anmeldung unter Einhaltung der Anmeldefrist von sieben Tage vor dem Wettkampftermin. Anmeldungen welche später eintreffen können unter Umständen nicht berücksichtigt werden. [Wettkampfanmeldung National](#)

Anfragen und Anmeldungen von Schweizer Athleten/innen bei im Ausland stattfindenden Meisterschaften erfolgen ausschliesslich durch den Schweizerischen Bodybuilding und Fitness Verband (SBFV). Eine gültige SBFV Lizenz ist Voraussetzung.

**Der Anmeldeschluss an IFBB Wettkämpfen (EM, WM, Pro Qualifier usw.) ist acht Wochen vor dem Wettkampftermin.**

**Der Anmeldeschluss an internationalen Wettkämpfen** anderer, der IFBB angeschlossenen, nationalen Verbände (Deutschland, Österreich usw.) ist **10 Tage** vor dem jeweiligen Wettkampftermin. Trifft die Anmeldung später ein kann sie ignoriert werden. [Wettkampfanmeldung International](#)  
Anfragen per Mail an [international@sbfv.ch](mailto:international@sbfv.ch)



## 2. Kampfrichter (Juroren)

### 2.1 Allgemeine Bestimmungen

Aktive nationale Kampfrichter müssen mindestens ein Mal jährlich nach Aufgebot des Verbandes an Wettkämpfen in Funktion als Kampfrichter teil nehmen. Fällt ein Kampfrichter für ein Jahr aus, so behält sich der Vorstand des SBFV in Absprache mit dem Hauptkampfrichter (Jurypräsident) vor, den Kampfrichter auf passiv zurück zu stufen. Passiv bedeutet, dass der Kampfrichter aufgeboden werden kann zur Wertung einer Vorwahl. Seine Wertung wird aber keinen Einfluss auf das Wettkampfgeschehen und die Resultate haben. Um den Status aktiv zurück zu erlangen, muss der Kampfrichter einen vorgegeben Prozentsatz der effektiven Schlussresultate erreichen.

Kampfrichtern ist es nicht gestattet Klassen zu werten, in denen Familienmitglieder, Lebenspartner und / oder Athleten / Athletinnen, welche sie im Vorfeld in der Vorbereitung unterstützt haben, teilnehmen. Der Kampfrichter muss bei den entsprechenden Klassen in den Ausstand gehen. Der Kampfrichter ist dazu verpflichtet von sich aus den Hauptkampfrichter zu informieren falls es Teilnehmer und / oder Teilnehmerinnen gibt welche oben genannte Kriterien erfüllen.

Kampfrichtern ist es nicht gestattet am Wettkampftag bis zum Ende des Finals über seine und andere Wertungen Auskunft zu geben. Kampfrichterseminare und Meetings sind obligatorisch.

Kampfrichter haben sich an den Wettkämpfen entsprechend zu kleiden. Der SBFV erwartet ein allgemein gepflegtes äusseres Erscheinungsbild.

### 2.2 Zusammensetzung und Wertungen

Das Wettkampfgericht setzt sich national aus fünf bis sieben Kampfrichter plus einen Hauptkampfrichter zusammen. Jeder Kampfrichter wertet die Athletinnen und Athleten der einzelnen Klassen für sich alleine. Von den fünf bis sieben abgegebenen Wertungen werden jeweils eine schlechteste und eine beste Wertung gestrichen. Daraus ergibt sich eine Quersumme. Die Rangierung erfolgt aufsteigend, das heisst, der Athlet / Athletin mit der tiefsten Quersumme belegt den 1. Rang, der mit der zweit tiefsten den 2. Rang usw. Ins Finale kommen die sechs Teilnehmer mit den sechs tiefsten Quersummen. Athleten welche es nicht ins Finale geschafft haben erhalten ihre Rangierung aus den Wertungen der Vorwahl. Das Finale startet wieder bei null, was bedeutet, dass die Wertungen der Vorwahl keinen Einfluss haben auf die Wertungen im Finale. Auch im Finale werden jeweils eine schlechteste und eine beste Wertung gestrichen. **In den Klassen Physique Frauen, Classic Bodybuilding und Bodybuilding wird die Posingkür im Finale mit 35% zum Endresultat gewertet.** In den Fitnessleistungsklassen wird die Kür mit 50% gewertet.

### 2.3 Neue Kampfrichter

Wer sich für einen Posten als Kampfrichter interessiert, muss im Vorfeld eine Testwertung bei einer Vorwahl nach Einladung des SBFV absolvieren. Es wird erwartet, dass die Testwertung mit min. 80% der Endresultate über ein stimmt. Neue Kampfrichter benötigen eine Empfehlung von zwei aktiven Kampfrichtern damit sie nach erfolgreicher Testwertung aufgenommen werden können. Der Schlusssentscheid über die Aufnahme obliegt dem Präsidenten und/oder dem Jurypräsidenten des SBFV.





## EINTEILUNG

### 3.1 Klassen und Kategorien

Bei nationalen und internationalen Meisterschaften in der Schweiz sind folgende Kategorien und Gewichtsklassen zugelassen. **Ob die Klassen auch angeboten werden entscheidet der SBFV.** Klassen können je nach Anzahl (<3) Teilnehmer / Teilnehmerinnen zusammen gelegt werden.

**Bodybuilding:** Junioren Männer (- 23 Jahre): bis 75 kg, über 75kg  
Männer: bis 70kg, bis 80kg, bis 90kg, über 90kg  
Masters Männer (40-49 Jahre): eine offene Klasse  
Super Masters Männer (50+ Jahre): eine offene Klasse

Als Junioren gelten alle Athleten, die im Kalenderjahr das 23. Lebensjahr erreichen und alle jüngeren Athleten.

Als Masters gelten alle männlichen Athleten, die im Kalenderjahr das 40. Altersjahr erreichen.

Als Super Masters gelten alle männlichen Athleten, die im Kalenderjahr das 50. Altersjahr erreichen und alle älteren Athleten.

Als Masters gelten alle weiblichen Athletinnen, die im Kalenderjahr das 35. Altersjahr erreichen.

**Doppelstarts sind an Wettkämpfen in der Schweiz nicht mehr gestattet.**

**Classic Bodybuilding:** National sind ein bis zwei Grössenklassen (bis 180cm / über 180cm) möglich mit folgenden Gewichtslimiten:

1. bis 168.0 cm: (Körpergrösse - 100)
2. bis 171.0 cm: (Körpergrösse - 100) + 2kg
3. bis 175.0 cm: (Körpergrösse - 100) + 4kg
4. bis 180.0 cm: (Körpergrösse - 100) + 6kg
5. bis 190.0 cm: (Körpergrösse - 100) + 8kg
6. bis 198.0 cm: (Körpergrösse - 100) + 9kg
7. über 198.0 cm (Körpergrösse - 100) + 10kg

#### Beispiele

Körpergrösse 174 cm =  $(174 - 100) + 4\text{kg} = \text{max. } 78\text{kg}$

Körpergrösse 178 cm =  $(178 - 100) + 6\text{kg} = \text{max. } 84\text{kg}$

Körpergrösse 181 cm =  $(181 - 100) + 8\text{kg} = \text{max. } 89\text{kg}$

- Masters (40+ Jahre): Eine offene Klasse bei Bedarf. Gewichtslimiten siehe oben

**Bodyfitness (Figuren):**

1. National sind zwei Grössenklassen möglich
  - bis 165cm
  - über 165cm
2. Masters (35+ Jahre): Eine offene Klasse

**Bikini:**

1. bis 160 cm / bis 166 cm / bis 169 cm / über 169 cm
2. Junioren (18 bis 23 Jahre)\*; bis 166cm / über 166cm
3. Masters\*\*

\*Ausschlaggebend ist das Kalenderjahr in dem man 18 bzw. 23 Jahre alt wird.

\*\*Als Master gelten alle Athletinnen, die im Kalenderjahr das 35. Altersjahr erreichen.

**Physique Klasse Männer:**

1. Diverse Grössenklassen; siehe Wettkampfausschreibung
2. Junioren (18 bis 23 Jahre)\*
3. Masters (40+)

**Physique Klasse Frauen:** Eine offene Klasse

**Klassen mit weniger als 3 Teilnehmer / Teilnehmerinnen können nach Entscheid der Wettkampfleitung zusammen gelegt werden. Die Entscheidung wird nach der Registration am Wettkampftag gefällt.**

## 4. VERANSTALTUNGEN

### 4.1 Einschreiben

Der/die Teilnehmer/in muss sich gemäss der Ausschreibung pünktlich an dem vom Veranstalter angegebenen Ort melden. Ein verspätetes Erscheinen kann eine Disqualifikation nach sich ziehen. Pro Athlet / Athletin ist **ein Betreuer** zugelassen welcher **gemeinsam** mit dem Teilnehmer zum Einschreiben erscheinen muss um einen Backstage-Pass zu erhalten.

**Athleten-Betreuer müssen im Besitz einer Ehrenmitgliedschaft, oder mindestens einer aktuellen passiven Mitgliedschaft beim SBFV sein.**

[Mitgliedschaft anfordern \(Link\)](#)

- Während des Einschreibens wird jede/r Teilnehmer/in der folgenden Klassen im **Posing-Slip** gewogen: Bodybuilding, Classic Bodybuilding
- Die Körpergrösse der Teilnehmer/innen der folgenden Klassen werden gemessen: Classic Bodybuilding, Physique Männer, Bikini
- Wird beim Wiegen das Limit für eine Gewichtsklasse überschritten, so erhält der/die betreffende Teilnehmer/in maximal 30 Minuten Zeit, um das erforderliche Gewicht zu erreichen
- Junioren, Master und Super Master müssen beim Einschreiben einen entsprechenden Altersnachweis erbringen.
- Die Teilnehmer/innen müssen die für ihre Einzelkür obligatorische, bespielte CD abgeben
- Die Athletinnen aller Klassen müssen den Bikini tragen und Bühnenschuhe vorzeigen
- Nach dem Abwiegen sind die Startnummern in Empfang zu nehmen. Die Startnummer ist **links** (aus der Sicht des/der Athleten/in) auf Hüfthöhe zu befestigen

### 4.2 Posingmusik (Bodybuilding Männer & Frauen, Classic Bodybuilding, Fitness Leistung, Physique Frauen)

Nach Zuteilung der Startnummern müssen die Athleten/innen die für ihre Einzelkür obligatorische bespielte Musik-CD abgeben, wobei unbedingt zu beachten ist, dass:

- nur ein Musikstück auf der CD vorhanden ist
- die CD im CD-R Format sein muss
- die CD technisch und musikalisch einwandfrei funktioniert und dies vorher mehrfach überprüft wurde
- immer eine Kopie vorhanden ist

Verstösst die CD gegen eine dieser Bestimmungen kann sie vom Wettkampfleiter abgelehnt werden. **Die CD kann nach dem Wettkampf beim DJ abgeholt werden. CD's welche nicht abgeholt werden, werden entsorgt.**

### 4.3 Verhaltensregeln

Jede/r Teilnehmer/in vertritt den SBFV nach Aussen und hat sich dementsprechend zu verhalten. Ausserdem ist folgenden Punkten besondere Beachtung zu schenken:

- Wer sich während des Wettkampfes unsportlich und unfair gegenüber anderen Teilnehmern verhält muss mit sofortiger Disqualifikation vom Wettkampf rechnen
- Auf der Bühne Kaugummi kauen, Wasser trinken usw. ist nicht gestattet
- Das kurzzeitige Verlassen des Teilnehmerfeldes ist nur auf Anordnung der Wettkampfleitung gestattet
- Den Anordnungen der Wettkampfleitung ist unbedingt Folge zu leisten
- Jede/r Teilnehmer/in, welche die Regeln missachtet, unsportliches Verhalten zeigt, sich unerlaubt vom Wettkampf (Bühne) entfernt oder zu spät erscheint, muss mit Strafpunkten oder Disqualifikation rechnen

- Im Backstagebereich dürfen sich nur Betreuer mit einem Backstage-Pass aufhalten.
- Die moderate Verwendung von Öl ist erlaubt
- Der Gebrauch von Cremes und Bräunungsmitteln wie Pro Tan®, Jan Tana®, Top Tan® ist erlaubt
- Die Verwendung von abwischbarer Farbe wie Dream Tan® ist ab 2015 auch in der Schweiz nicht mehr gestattet
- Glitter und Flimmer ist nicht erlaubt

#### 4.4 Ermittlung der Rangierung

Das Kampfgericht setzt sich aus mindestens fünf und höchstens sieben Juroren/innen zusammen, welche nach dem Platzsystem ihre Rangierungen verteilen. Dabei dürfen zwei Athleten/innen nicht den gleichen Rangplatz erhalten.

Es ist den Juroren/innen untersagt, vor der Rangverkündung Auskünfte über ihre Bewertungen an Dritte zu erteilen.

Die höchste und die niedrigste Wertung werden bei der Vorwahl und im Finale gestrichen. Sollte es am Ende des Finals ein Unentschieden geben, können die gleichplatzierten Teilnehmer/innen einem direkten Vergleich (Entscheid der Wettkampfleitung) unterzogen werden.

#### 4.5 Siegerehrung

Zur Siegerehrung stellen sich alle Teilnehmer/innen beim Bühnenhintergrund in einer Linie auf. Bei Aufruf ihres Namens treten sie vor und nehmen gemäss ihrer Platzierung nachfolgende Positionen ein. Es wird von allen Teilnehmern/innen an der Siegerehrung ein sportlich faires Verhalten erwartet. Die sechs Finalisten/innen werden wie folgt platziert:

Begonnen wird mit dem

6. Platz, der vom Publikum aus gesehen links außen steht.

5. Platz rechts aussen

4. Platz innen neben dem Sechsten

3. Platz innen neben dem Fünften

2. Platz in der Mitte links

1. Platz in der Mitte rechts



Publikum

#### 4.6 Beschwerden

Beschwerden bzgl. Platzierung können **schriftlich innert sieben Tagen nach der Veranstaltung** an den Präsidenten [president@sbfv.ch](mailto:president@sbfv.ch) gerichtet werden. Öffentliche Beschwerden (z.B. über soziale Netzwerke) werden als unsportliches Verhalten angesehen und können Sanktionen nach sich ziehen.

### 5. DOPINGBESTIMMUNGEN

#### 5.1 Nationale Wettkämpfe

Athleten/innen, welche an Wettkämpfen in der Schweiz teilnehmen, müssen sich bei Aufforderung einer Dopingkontrolle unterziehen. Die Entscheidung sowie die Durchführung allfälliger Kontrollen obliegt der Wettkampfleitung.

Der Schweizerische Bodybuilding- und Fitnessverband kann sich flächendeckenden Kontrollen nach Richtlinien des IOC anschliessen, wenn eine Subventionierung erfolgt.

#### 5.2 Qualifikation EM/WM

Die IFBB Schweiz/SBFV kann bei allen Qualifikationen für internationale Wettkämpfe Dopingkontrollen nach den Regeln des IOC durch führen.



## 5.3 Sanktionen

Athleten, die positiv auf eine verbotene Substanz getestet werden, werden bei einem Erstvergehen mit einer Sperre von sechs Monaten bis zu zwei Jahren bestraft. Eine Testverweigerung wird einem positiven Resultat gleichgesetzt.

## 6. INTERNATIONALE TERMINE

### 6.1 Internationale Wettkämpfe im Ausland (Teilnahmebedingungen unter 1.2.4)

Teilnehmer/innen die an Meisterschaften im Ausland teilnehmen möchten beachten die Ausschreibung des entsprechenden Veranstalters. Die Anmeldung beim SBFV erfolgt über das [offizielle Anmeldeformular](#) auf der Homepage des SBFV.

**Die Anmeldung an die Veranstalter von internationalen Wettkämpfen im Ausland erfolgt ausschliesslich durch den SBFV.**

### 6.2 Europa- und Weltmeisterschaften / Pro Qualifiers

Athleten / Athletinnen welche an Europa- und Weltmeisterschaften, oder an so genannten Pro Qualifier Wettkämpfen teilnehmen möchten, beachten die Ausschreibung des entsprechenden Veranstalters [IFBB Calendar](#).

Zudem wird der SBFV frühzeitig Anweisungen geben bzgl. Qualifikation, Sichtung und Dopingtests. **Der/die Athlet/in muss sich nach Aufforderung einem Dopingtest unterziehen.**

[http://www.ifbb.com/pdf/IFBB\\_Pocket\\_Guide\\_for\\_Doping\\_Control.pdf](http://www.ifbb.com/pdf/IFBB_Pocket_Guide_for_Doping_Control.pdf)

<http://www.wada-ama.org/en/Resources/Q-and-A/2014-Prohibited-List/>

## 7. BODYBUILDING MÄNNER & CLASSIC BODYBUILDING

### 7.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien

#### **Vorwahl (Runde 0: Eliminationsrunde)**

Bei mehr als fünfzehn Teilnehmern pro Klasse wird eine Eliminationsrunde durchgeführt. Die Bewertung beginnt mit der numerischen Aufstellung der Teilnehmer. Bei einer grossen Teilnehmerzahl kann die Klasse in zwei Gruppen aufgeteilt werden. Nach der Beurteilung der Vorder- und Rückenansicht führen die Athleten in Gruppen von fünf Teilnehmern gemeinsam die sieben Pflichtposen durch.

Nach dieser Eliminationsrunde können nur fünfzehn Athleten/innen am weiteren Wettkampfgeschehen teilnehmen.

Bei einer Teilnehmerzahl von  $\leq 6$  Athleten oder Athletinnen kann die Wettkampfleitung entscheiden, dass die Vorwahl entfällt. Alle Teilnehmer wären somit direkt für das Finale qualifiziert.

#### **Vorwahl (Runde 1: Line Up/Pflichtposen/Vergleiche)**

Falls keine Eliminationsrunde nötig ist, beginnt die Bewertung mit dem Aufstellen der Teilnehmer in numerischer Reihenfolge. Beginnend mit der Vorderansicht drehen sich alle Teilnehmer nach Angabe des Sprechers im Uhrzeigersinn zunächst zur Rückenansicht und anschliessend wieder zur Ausgangsposition nach vorne.

**Körperhaltung:** geschlossene Füsse, gerade stehen, Kopf aufrecht halten, Blick gerade ausrichten, keine Posen!

#### **Anschliessend absolvieren alle Teilnehmer die folgenden sieben Pflichtposen:**

1. Pose: Doppelbizeps Vorderseite (Pose, siehe Grafik unten)
2. Pose: Latissimus Vorderseite
3. Pose: Seitliche Brustpose (Pose, siehe Grafik unten)
4. Pose: Doppelbizeps Rückenseite
5. Pose: Latissimus Rückenseite (Pose, siehe Grafik unten)
6. Pose: Seitliche Trizepspose (Pose, siehe Grafik unten)
7. Pose: Bauch und Beine (beide Arme hinter dem Kopf)

Danach treten alle Teilnehmer zum Bühnenhintergrund zurück.



Jeder Kampfrichter kann nun zwei bis fünf Athleten zu Vergleichen in den Pflichtposen herausrufen.

**Körperhaltung:** sämtliche Muskelgruppen sollten in jeder Pose angespannt sein. Die einzelnen Posen sind exakt auszuführen.

**Bewertungsrichtlinien:** Symmetrie, Muskelmasse, Muskulosität, Definition, Härte, Harmonie, Proportionen, Gesamteindruck, allgemeine Körperpflege, regelmässige Bräunung und Ausstrahlung.

**Es kommen nur die Top 6 in den Final. Die Namen werden nach der Vorwahl bekannt gegeben.**

### Finale (Runde 2: Kür)

**Die besten sechs Teilnehmer jeder Gewichtsklasse sind für das Finale qualifiziert.**

Alle Finalisten kommen auf die Bühne wo sie mit Namen vorgestellt werden. Danach zeigen sie einzeln in numerischer Reihenfolge eine sechzig Sekunden lange Posingkür. Nach sechzig Sekunden wird die Musik ausgeblendet und der Athlet verlässt die Bühne.

### Finale (Runde 3: Line Up/Pflichtposen/Posedown)

Nach einem kurzen Line-Up führen alle Finalisten gemeinsam die Pflichtposen durch.

Anschliessend erfolgt das gemeinsame Posedown. Im Posedown können die Finalisten beliebige Posen oder Teile aus der Kür zeigen. **Vergleiche sind auch im Final möglich.**

**Bewertungsrichtlinien Kür:** Saubere Ausführung der selbstgewählten Posen und deren Variationen, Kreativität in der Gestaltung der Kür, Übergänge bei den einzelnen Posen, Bewegungsablauf insgesamt, eine möglichst optimale Ausschöpfung der Kür gemäss der vorgeschriebenen Zeit, Umsetzung der Musik in Bewegung, Gesichtsausdruck (nicht zur Grimasse verzerrt) Gesamteindruck unter Berücksichtigung von Muskulosität, Masse und Proportion. Es folgt die Siegerehrung.

## 7.2 Bekleidung beim Wettkampf

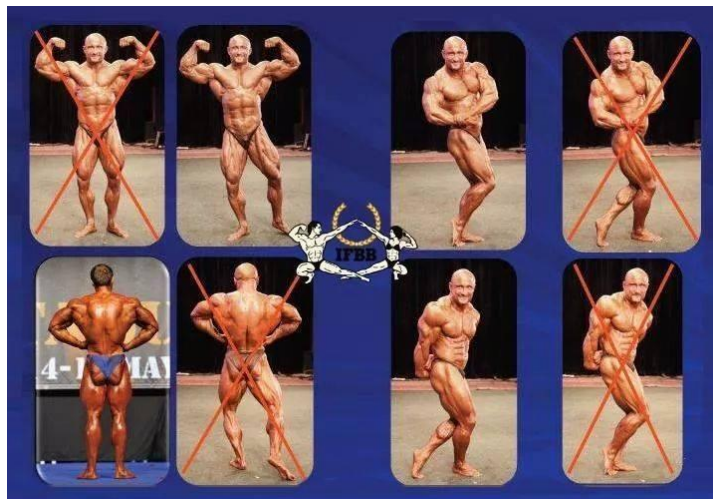
Jeder Teilnehmer der Bodybuilding-Klassen (auch Classic) muss einen sauberen, einfarbigen Posing-Slip tragen. In der Taille muss zwischen den Nähten noch min. 1 cm Stoff vorhanden sein.

Persönliche Sponsoring Logos sind nicht gestattet.

Schmuckstücke, die am Körper getragen werden sind spätestens vor Betreten der Bühne abzunehmen. Davon ausgenommen sind Eheringe.

**Anfragen bitte:** [info@sbfv.ch](mailto:info@sbfv.ch)

**Neue Bodybuildingposen gültig  
In der Schweiz ab 01.01.2016!**



## 8. BODY FITNESS (Figuren)

### 8.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien

#### **Vorwahl (Runde 0: Eliminationsrunde)**

##### **Bikini nach Wahl**

**Bei mehr als fünfzehn Teilnehmerinnen pro Klasse wird eine Eliminationsrunde durchgeführt.**

Nach der Eliminationsrunde können nur fünfzehn Athletinnen am weiteren Wettkampfgeschehen teilnehmen.

Bei einer Teilnehmerzahl von  $\leq 6$  Athleten oder Athletinnen kann die Wettkampfleitung entscheiden, dass die Vorwahl entfällt. Alle Teilnehmer wären somit direkt für das Finale qualifiziert.

#### **Vorwahl (Runde 1: Einzelvorstellung/Line-Up mit Vierteldrehungen/Vergleiche):**

##### **Bikini nach Wahl**

Falls keine Eliminationsrunde nötig ist, werden alle Teilnehmerinnen gemeinsam auf die Bühne gerufen und im Line-Up nach numerischer Reihenfolge vorgestellt.

Beginnend mit der Vorderansicht (Frontpose) drehen sie sich nach Angabe des Sprechers gemeinsam in **Vierteldrehungen nach rechts** zur **Seitenansicht**, dann zur **Rückenansicht**, zur **Seitenansicht** und schliesslich wieder zur **Ausgangsposition** nach vorne.

Nach dem Line Up treten alle Teilnehmerinnen zum Bühnenhintergrund zurück.

Die Juroren können anschliessend zwei bis fünf Teilnehmerinnen gemeinsam für Vergleiche herausrufen.

##### **Körperhaltung:**

**Line Up und Frontansicht:** geschlossene Füsse, gestreckte Beine, durchgestreckte Knie, Kopf aufrecht halten, Blick geradeaus richten, Arme parallel zum Körper halten wobei die Ellbogen angewinkelt werden dürfen, keine Bodybuilding-Posen (auch nicht andeutungsweise).

**Seitenansicht:** Beine parallel, beide Knie durchgestreckt, geschlossene Füsse, Armhaltung parallel zum Körper, Ellbogen dürfen leicht angewinkelt sein, Hände im Bereich der Oberschenkel, Blick geradeaus. Der Oberkörper darf leicht zur Seite abgedreht werden.

**Die Muskulatur sollte ständig in Spannung gehalten werden.**

**Bewertungsrichtlinien: Symmetrie, Proportion, harmonische Muskelentwicklung, Muskeltonus und Definition.** Bühnenpräsentation, Gesamteindruck, Ausstrahlung und Attraktivität, gleichmässige Bräunung und Hautbild, weibliche Ästhetik und Eleganz, sportliche Erscheinung.

Eine **gute Form** wird vorausgesetzt. Extreme Muskulosität, Vaskularität und Muskeleinschnitte wie in der Bodyklasse, ist nicht erwünscht.

**Es kommen nur die Top 6 in den Final. Die Namen werden nach der Vorwahl bekannt gegeben.**

#### **Finale (die besten sechs Teilnehmerinnen sind qualifiziert)**

##### **(Runde 2: Einzelpräsentation/Line Up Vierteldrehungen nach rechts; I-Walk) Bikini nach Wahl**

Jede Wettkampf-Teilnehmerin wird einzeln auf die Bühne gerufen und vorgestellt. Dabei geht sie ähnlich wie auf einem Laufsteg zum Bühnenvordergrund, wo sie auf einer markierten Stelle in der Bühnenmitte in der Vorderansicht stehen bleibt und die vier Körperdrehungen nach rechts absolviert. Die Vierteldrehungen werden **nicht** vom Sprecher angesagt.

**Während der Einzelpräsentationen ist es der Athletin erlaubt, sich von ihrer besten Seite zu präsentieren. Modelposen sind erlaubt.**

→ **Die Wettkampfleitung kann begründet auf die Einzelpräsentation verzichten**

Danach begibt sie sich zum Bühnenhintergrund oder wird zum Bühnenhintergrund geführt.

Anschliessend werden die sechs Finalistinnen ausgerufen und führen nach Ansage gemeinsam die vier Vierteldrehungen – zweimal mit unterschiedlichen Positionen – durch. **Vergleiche sind auch im Final möglich.**

**Bewertungskriterien:** wie in Runde 1.

Es folgt die Siegerehrung.

Seitenansicht Line Up

Frontansicht Line Up

Rückenansicht Line Up



Seitenansicht (Model Pose) Einzelpräsentation & Finale



## 8.2 Bekleidung beim Wettkampf

### Vorwahl (Runde 0 & Runde 1) & Finale (Runde 2)

In allen Runden darf ein Bikini nach Wahl getragen werden. Farbe und Material kann selbst gewählt werden. Glänzende Stoffe sowie Applikationen sind erlaubt. Schmuck ist gestattet.

In allen Runden sind hochhackige Schuhe nach Wahl mit einer Sohlendicke von max. 10mm und einer Absatzhöhe von max. 12 cm erlaubt.

Plateausohlen sind nicht gestattet. In allen Runden sind G-Strings nicht gestattet.

[Klicke Bilder](#)

Anfragen bitte an: [info@sbfv.ch](mailto:info@sbfv.ch)





## 9. BIKINI-FITNESS

### 9.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien

#### **Vorwahl (Runde 0: Eliminationsrunde):**

**Bei mehr als fünfzehn Teilnehmerinnen pro Klasse wird eine Eliminationsrunde durchgeführt.** Nach der Eliminationsrunde können nur fünfzehn Athletinnen am weiteren Wettkampfgeschehen teilnehmen.

Bei einer Teilnehmerzahl von  $\leq 6$  Athleten oder Athletinnen kann die Wettkampfleitung entscheiden, dass die Vorwahl entfällt. Alle Teilnehmer wären somit direkt für das Finale qualifiziert.

#### **Vorwahl (Runde 1: Vierteldrehungen nach rechts/Vergleiche):**

Falls keine Eliminationsrunde nötig ist, werden alle Teilnehmerinnen gemeinsam auf die Bühne gerufen und im Line Up nach numerischer Reihenfolge vorgestellt.

Beginnend mit der Vorderansicht (Frontpose) drehen sie sich nach Angabe des Sprechers gemeinsam in **Vierteldrehungen nach rechts** zur **Seitenansicht**, dann zur **Rückenansicht**, zur **Seitenansicht** und schliesslich wieder zur **Ausgangsposition** nach vorne.

Die Juroren können anschliessend zwei bis fünf Teilnehmerinnen gemeinsam für Vergleiche herausrufen.

Obszöne Gesten sowie **nach vorne lehnen des Oberkörpers** während der Rückenansicht kann mit Platzzifferzuschlag bestraft werden. In der Vorder- und Rückenansicht geschlossene Füsse oder leicht gespreizt. Aufrecht und Gerade stehen, das Becken darf nicht nach hinten, vorne oder seitlich gekippt sein. Blick geradeaus. Ein Arm lässig in die Hüfte gestemmt, der andere Arm im Ellenbogen leicht gebeugt. Rückenansicht muss frei sein, die Haare dürfen den Rücken nicht bedecken.

**Bewertungsrichtlinien:** Symmetrie, Proportion, leichte Muskelentwicklung sowie Definition Bühnenpräsentation, Gesamteindruck, Ausstrahlung und Attraktivität, gleichmässige Bräunung und Hautbild, Make Up und Frisur.

Besonders wichtig sind eine schmale Taille mit sichtbarer Bauchmuskulatur sowie ein straffer Po. Eine gute Form und Haut frei von Cellulitis wird vorausgesetzt.

**Es kommen nur die Top 6 in den Final. Die Namen werden nach der Vorwahl bekannt gegeben.**

#### **Finale (die besten sechs Teilnehmerinnen sind qualifiziert)**

##### **(Runde 2: Einzelpräsentation/Vorstellung/Vierteldrehungen nach rechts; I-Walk):**

Jede Wettkampf-Teilnehmerin wird einzeln auf die Bühne gerufen.

Dabei geht sie ähnlich wie auf einem Laufsteg zum Bühnenvordergrund, wo sie auf einer markierten Stelle in der Bühnenmitte in der Vorderansicht stehen bleibt und die vier Körperdrehungen nach rechts absolviert. Die Vierteldrehungen werden **nicht** vom Sprecher angesagt.

Anschliessend begibt sie sich zum Bühnenhintergrund oder wird zum Bühnenhintergrund geführt.

**T-Walks (das Gehen von Bühnenseite zu Bühnenseite) sind untersagt und können bei Nichtbeachten mit Platzzifferzuschlag oder Disqualifikation bestraft werden.**

➔ **Die Wettkampfleitung kann begründet auf die Einzelpräsentation verzichten**

Danach werden die sechs Finalistinnen ausgerufen, welche gemeinsam die Vierteldrehungen zur Seiten- Rücken- und wieder zur Vorderansicht nach Angabe des Sprechers im Uhrzeigersinn durchführen.

Anschliessend drehen sie sich zur Rückenansicht und **gehen gemeinsam bis zum Bühnenende**, drehen sie sich nach Angabe des Sprechers zur Vorderansicht und **gehen wieder zurück zur Bühnenmitte**.

**Vergleiche sind auch im Final möglich.** Es folgt die Siegerehrung.





# POSES: FITNESS-BIKINI



POSE #1  
FRONT  
(right hand on hip)



POSE #2  
QUARTER TURN RIGHT  
LEFT SIDE TO JUDGES  
(right hand on right hip)



POSE #3  
BACK  
QUARTER TURN RIGHT



POSE #4  
QUARTER TURN RIGHT  
RIGHT SIDE TO JUDGES  
(left hand on left hip)



POSE #5  
FRONT  
(left hand on hip)

## 9.2 Bekleidung beim Wettkampf

### Vorwahl (Runde 0 & Runde 1) & Finale (Runde 2):

Jede Teilnehmerin trägt einen Bikini freier Wahl, wobei bei der Grösse des Bikinis die Regeln des Anstandes zu beachten sind.

Farbe und Material des Bikinis darf selbst gewählt werden. Glänzende Stoffe sowie Applikationen sind erlaubt. Schmuck ist gestattet. Ein glamouröses Auftreten ist erwünscht.

In allen Runden sind hochhackige Schuhe nach Wahl mit einer Sohlendicke von max. 1 cm und einer Absatzhöhe von max. 12 cm erlaubt. Plateausohlen sind nicht gestattet. In allen Runden sind G-Strings nicht gestattet. [Klicke Bilder](#)

Anfragen bitte an: [info@sbfv.ch](mailto:info@sbfv.ch)

## 10. PHYSIQUE KLASSE MÄNNER + MUSCULAR MENS PHYSIQUE

### 10.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien

#### Vorwahl (Runde 0: Eliminationsrunde):

Bei mehr als fünfzehn Teilnehmern wird eine Eliminationsrunde durchgeführt. Nach der Eliminationsrunde können nur fünfzehn Athleten am weiteren Wettkampfgeschehen teilnehmen. Bei einer Teilnehmerzahl von  $\leq 6$  Athleten oder Athletinnen kann die Wettkampfleitung entscheiden, dass die Vorwahl entfällt. Alle Teilnehmer wären somit direkt für das Finale qualifiziert.

#### Vorwahl (Runde 1: Körperdrehungen/Vergleiche):

Falls keine Eliminationsrunde nötig ist, werden alle Teilnehmer gemeinsam auf die Bühne gerufen und im Line-Up nach numerischer Reihenfolge vorgestellt.

Beginnend mit der Vorderansicht (Frontpose) drehen sie sich nach Angabe des Sprechers gemeinsam in **Vierteldrehungen nach rechts** zur **Seitenansicht**, dann zur **Rückenansicht**, zur **Seitenansicht** und schliesslich wieder zur **Ausgangsposition** nach vorne.

Nach dem Line Up treten alle Teilnehmer zum Bühnenhintergrund zurück.

Die Juroren können anschliessend zwei bis fünf Teilnehmer gemeinsam für Vergleiche herausrufen.

#### **Körperhaltung:**

Die Teilnehmer stehen lässig in allen vier Körperansichten. Eine Hand **muss** jeweils auf der Hüfte abgestützt werden. **Vier Finger** werden auf der Hüfte ab gespreizt. **Keine Bodybuildingposes!**

In der Seitenansicht darf der Oberkörper zur Seite abgedreht werden. Posen ähnlich den Bodyklassen sind nicht erwünscht und können zu einer schlechteren Bewertung führen. **Die Muskulatur sollte ständig in Spannung gehalten werden.**

**Bewertungsrichtlinien:**

Symmetrie, Proportion, harmonisch muskulöse Körperentwicklung, Gesamteindruck, Ausstrahlung und Attraktivität, allgemeine Körperpflege, Hautqualität, gleichmässige Bräunung, sportlich-athletische Erscheinung.

**Eine gute Form wird vorausgesetzt.**

Extreme Muskulosität, extreme Vaskularität und tiefe Muskeleinschnitte sind **nicht erwünscht in den Mens Physique Klassen.**

Wie es aber der Name schon sagt, wird eine **ausgeprägtere Muskulatur in der Klasse Muscular Mens Physique als Kriterium gewertet.**

**Es kommen nur die Top 6 in den Final. Die Namen werden nach der Vorwahl bekannt gegeben.**

**Finale (die besten sechs Teilnehmer sind qualifiziert)**

**(Runde 2: Einzelpräsentation/Vorstellung/Körperdrehungen; I-Walk):**

Jeder Wettkampf-Teilnehmer wird einzeln auf die Bühne gerufen und vorgestellt. Dabei geht der Athlet zum Bühnenvordergrund, wo er auf einer markierten Stelle in der Vorderansicht stehen bleibt und die vier Körperdrehungen nach rechts absolviert. Die Vierteldrehungen werden **nicht** vom Sprecher angesagt. Anschliessend begibt er sich zum Bühnenhintergrund.

➔ **Die Wettkampfleitung kann begründet auf die Einzelpräsentation verzichten**

Nach Angabe des Sprechers führen die sechs Finalisten gemeinsam die vier Drehungen nach rechts durch.

**Vergleiche sind auch im Final möglich.** Es folgt die Siegerehrung.

## POSES : MEN ' S PHYSIQUE

POSE #1 FRONT (right hand on hip)	POSE #2 QUARTER TURN RIGHT LEFT SIDE TO JUDGES (left hand on left hip)	POSE #3 BACK QUARTER TURN RIGHT	POSE #4 QUARTER TURN RIGHT RIGHT SIDE TO JUDGES (right hand on right hip)	POSE #5 FRONT (left hand on hip)

### 10.2 Bekleidung beim Wettkampf

**Vorwahl (Runde 0 & Runde 1) & Finale (Runde 2):**

Jeder Teilnehmer trägt saubere Board Shorts, die bis zum Knie reichen müssen. Farbe und Material der Board Shorts darf frei gewählt werden. Sichtbare Herstellerlogos (z.B. Quiksilver® oder Rip Curl®) sind gestattet. [Klicke hier für Bilder.](#)

Eng anliegende Lycra Shorts sowie persönliche Sponsoring Logos an den Board Shorts sind nicht erlaubt. **Es werden keine Schuhe getragen.**

**Anfragen bitte an:** [info@sbfv.ch](mailto:info@sbfv.ch)



## 11. PHYSIQUE KLASSE FRAUEN

### 11.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien

#### **Vorwahl (Runde 0: Eliminationsrunde):**

Bei mehr als fünfzehn Teilnehmerinnen pro Klasse wird eine Eliminationsrunde durchgeführt. Die Bewertung beginnt mit der numerischen Aufstellung aller Teilnehmerinnen. Nach Beurteilung der Vorderansicht führen nach Angabe des Sprechers die Athletinnen in Gruppen von fünf Teilnehmerinnen gemeinsam die vier Körperdrehungen und vier Pflichtposen durch. Nach der Eliminationsrunde können nur fünfzehn Athletinnen am weiteren Wettkampfgeschehen teilnehmen. Bei einer Teilnehmerzahl von  $\leq 6$  Athleten oder Athletinnen kann die Wettkampfleitung entscheiden, dass die Vorwahl entfällt. Alle Teilnehmer wären somit direkt für das Finale qualifiziert.

#### **Vorwahl (Runde 1: Line Up Vierteldrehungen nach rechts/Pflichtposen/Vergleiche)**

Falls keine Eliminationsrunde nötig ist, beginnt die Bewertung mit dem Aufstellen der Teilnehmerinnen in numerischer Reihenfolge.

Beginnend mit der Vorderansicht (Frontpose) drehen sie sich nach Angabe des Sprechers gemeinsam in **Vierteldrehungen nach rechts** zur **Seitenansicht**, dann zur **Rückenansicht**, zur **Seitenansicht** und schliesslich wieder zur **Ausgangsposition** nach vorne.

#### **Körperhaltung:**

**Line Up und Frontansicht:** geschlossene Füsse, gerade stehen, Kopf aufrecht halten, Blick geradeaus richten, Arme parallel zum Körper halten, Ellbogen leicht angewinkelt, keine Bodybuilding-Posen (auch nicht andeutungsweise)!

**Seitenansicht:** Beine parallel, beide Knie gestreckt, geschlossene Füsse, Armhaltung parallel zum Körper, Ellbogen dürfen leicht angewinkelt sein, Hände im Bereich der Oberschenkel, Blick geradeaus. Der Oberkörper darf leicht zur Seite abgedreht werden.

**Die Muskulatur sollte ständig in Spannung gehalten werden.**

**Anschliessend absolvieren alle Teilnehmerinnen die folgenden vier Pflichtposen:**

1. Pose: Doppelbizeps Vorderseite (mit geöffneten Händen)
2. Pose: Seitliche Brustpose
3. Pose: Doppelbizeps Rückenseite (mit geöffneten Händen)
4. Pose: Seitliche Trizepspose

**Bewertungsrichtlinien:** Symmetrie, Proportion, harmonische Muskelentwicklung und Muskulosität, Definition und Härte, Bühnenpräsentation, Gesamteindruck, Ausstrahlung, gleichmässige Bräunung und schönes Hautbild, weibliche Ästhetik, athletische und elegante Erscheinung.

**Es kommen nur die Top 6 in den Final. Die Namen werden nach der Vorwahl bekannt gegeben.**

#### **Finale (Runde 2: Kür)**

**Die besten sechs Teilnehmerinnen sind für das Finale qualifiziert.**

Alle Finalistinnen zeigen eine 60 Sekunden lange Posingkür. Nach Ablauf der Zeit wird die Musik ausgeblendet und die Athletin verlässt die Bühne.

#### **Finale (Runde 3: Line Up/Pflichtposen/Posedown)**

Anschliessend führen die sechs Finalistinnen nach Ansage gemeinsam die vier Vierteldrehungen sowie die vier Pflichtposen durch. Es folgt das gemeinsame Posedown. Im Posedown können die Finalistinnen beliebige Posen zeigen.

**Bewertungsrichtlinien Kür:** Akzeptabel ist jede Pose, die in irgendeiner Weise die Körperentwicklung zeigt. Das Posing kann auch Tanz- und Gymnastikelemente enthalten. Besonders wichtig sind eine saubere Ausführung der individuellen Posen und eine möglichst optimale Ausschöpfung der Kür gemäss der vorgeschriebenen Zeit, Umsetzen der Musik in Bewegung, Übergänge bei den einzelnen Posen, Bewegungsablauf insgesamt, Kreativität in der Gestaltung der Kür, Gesichtsausdruck (nicht zur Grimasse verzerrt).

Bewertet wird der Gesamteindruck der Darbietung unter Berücksichtigung von Proportion, Muskelentwicklung und weiblicher Ästhetik.

**Vergleiche sind auch im Final möglich.** Es folgt die Siegerehrung.



## 11.2 Bekleidung beim Wettkampf

### Vorwahl (Runde 0 & Runde 1) & Finale (Runde 2):

Jede Teilnehmerin trägt einen Bikini freier Wahl, wobei die Regeln des Anstandes zu beachten sind. Farbe und Material des Bikinis darf selbst gewählt werden.

Dezenter Schmuck ist erlaubt.

[Klicke hier für Bilder.](#)

Es werden keine Schuhe getragen. In allen Runden sind G-Strings nicht gestattet.

Anfragen bitte an: [info@sbfv.ch](mailto:info@sbfv.ch)

## 12. Wellness Fitness

### 12.1 Technischer Ablauf und Bewertungsrichtlinien

#### Vorwahl (Runde 0: Eliminationsrunde):

**Bei mehr als fünfzehn Teilnehmerinnen pro Klasse wird eine Eliminationsrunde durchgeführt.**

Nach der Eliminationsrunde können nur fünfzehn Athletinnen am weiteren Wettkampfgeschehen teilnehmen.

Bei einer Teilnehmerzahl von  $\leq 6$  Athleten oder Athletinnen kann die Wettkampfleitung entscheiden, dass die Vorwahl entfällt. Alle Teilnehmer wären somit direkt für das Finale qualifiziert.

#### Vorwahl (Runde 1: Vierteldrehungen nach rechts/Vergleiche):

Falls keine Eliminationsrunde nötig ist, werden alle Teilnehmerinnen gemeinsam auf die Bühne gerufen und im Line Up nach numerischer Reihenfolge vorgestellt.

Beginnend mit der Vorderansicht (Frontpose) drehen sie sich nach Angabe des Sprechers gemeinsam in **Vierteldrehungen nach rechts** zur **Seitenansicht**, dann zur **Rückenansicht**, zur **Seitenansicht** und schliesslich wieder zur **Ausgangsposition** nach vorne.

Die Juroren können anschliessend zwei bis fünf Teilnehmerinnen gemeinsam für Vergleiche herausrufen.

Obszöne Gesten sowie nach vorne lehnen des Oberkörpers während der Rückenansicht kann mit Platzzifferzuschlag bestraft werden. In der Vorder- und Rückenansicht geschlossene Füße oder leicht gespreizt. Aufrecht und Gerade stehen, das Becken darf nicht nach hinten, vorne oder seitlich gekippt sein. Blick geradeaus. Rechter Arm lässig in die Hüfte gestemmt, linker Arm im Ellenbogen leicht gebeugt. Rückenansicht muss frei sein, die Haare dürfen den Rücken nicht bedecken. Kontraktionen oder Line up – Stellungen ähnlich den Figurenklassen sind nicht erwünscht, - keine Posen.





**Bewertungsrichtlinien:** feminine Gesamterscheinung, Symmetrische Körperform, schöne Linie, Proportion, weibliche Ästhetik, Frisur, Make up. Eine gute Form ist relevant ähnlich den Bikiniklassen, Körpervolumen etwas stattlicher. Muskulosität oder Definition sind keine Wertungskriterien und sind hier nicht vorrangig. Eine gute Form und Haut frei von Cellulitis wird vorausgesetzt.

**Es kommen nur die Top 6 in den Final. Die Namen werden nach der Vorwahl bekannt gegeben.**

**Finale (die besten sechs Teilnehmerinnen sind qualifiziert)**

**(Runde 2: Einzelpräsentation/Vorstellung/Vierteldrehungen nach rechts; I-Walk):**

Jede Wettkampf-Teilnehmerin wird einzeln auf die Bühne gerufen.

Dabei geht sie ähnlich wie auf einem Laufsteg zum Bühnenvordergrund, wo sie auf einer markierten Stelle in der Bühnenmitte in der Vorderansicht stehen bleibt und die vier Körperdrehungen nach rechts absolviert. Die Vierteldrehungen werden **nicht** vom Sprecher angesagt.

Anschliessend begibt sie sich zum Bühnenhintergrund oder wird zum Bühnenhintergrund geführt.

**T-Walks (das Gehen von Bühnenseite zu Bühnenseite) sind untersagt und können bei Nichtbeachten mit Platzzifferzuschlag oder Disqualifikation bestraft werden.**

→ Die Wettkampfleitung kann begründet auf die Einzelpräsentation verzichten

Danach werden die sechs Finalistinnen ausgerufen, welche gemeinsam die Vierteldrehungen zur Seiten- Rücken- und wieder zur Vorderansicht nach Angabe des Sprechers im Uhrzeigersinn durchführen.

Anschliessend drehen sie sich zur Rückenansicht und **gehen gemeinsam bis zum Bühnenende**, drehen sie sich nach Angabe des Sprechers zur Vorderansicht und **gehen wieder zurück zur Bühnenmitte**.

**Vergleiche sind auch im Final möglich.** Es folgt die Siegerehrung.

## 12.2 Bekleidung beim Wettkampf

**Vorwahl (Runde 0 & Runde 1) & Finale (Runde 2):**

Jede Teilnehmerin trägt einen Bikini freier Wahl, wobei bei der Grösse des Bikinis die Regeln des Anstandes zu beachten sind.

Farbe und Material des Bikinis darf selbst gewählt werden. Glänzende Stoffe sowie Applikationen sind erlaubt. Schmuck ist gestattet. Ein glamouröses Auftreten ist erwünscht.

**In allen Runden sind hochhackige Schuhe nach Wahl mit einer Sohlendicke von max. 1 cm und einer Absatzhöhe von max. 12 cm erlaubt. Plateausohlen sind nicht gestattet. In allen Runden sind G-Strings nicht gestattet. [Klicke Bilder](#)**

Anfragen bitte an: [info@sbfv.ch](mailto:info@sbfv.ch)

## 13. INKRAFTSETZUNG

Dieses Reglement wird auf den 1. Juni 2017 in Kraft gesetzt.

Luzern, Mai 2017

Der Präsident

Beat Geser