



Wettkampffregeln



Paare

Grundsätzliches zur Kategorie Paare:

Der Mann muss Bodybuilder, Classic Bodybuilder oder Classic Physique- Athlet sein. Die Frau muss Fitness Figur- oder Physique-Athletin sein.

Wettkampfbekleidung

Wettkampfbekleidung (für Vorwahl und Finale)

In allen Wertungsrunden wird Wettkampfbekleidung getragen, die folgenden Kriterien entsprechen muss:

Es gelten für Männer die Regeln wie im Männer Bodybuilding und für Frauen die Regeln wie in der Frauen Fitness Figur bzw. Physique-Klasse.

Empfohlen eine zusammenpassende Wettkampfbekleidung beider Partner, was die Erscheinung als harmonische „Einheit“ unterstreicht.

Wertungsrunden

Der Wettkampf unterteilt sich in die folgenden Wertungsrunden:

1. Vorwahl: Elimination (5 Pflichtposen)
2. Vorwahl: Runde 1 (5 Pflichtposen und Vergleiche in 5 Pflichtposen)
3. Finale: Runde 2 (5 Pflichtposen und Posedown)
4. Finale: Runde 3 (Kür– 90 sec.)

Hinweis zur Präsentation der Pflichtposen:

Die Männer führen die Bodybuilding Pflichtposen aus, während die Frauen die Posen der Frauen Physique zeigen. Die Bauch-Beine-Pose wird von beiden Partnern im Männer Bodybuilding-Stil ausgeführt.

Vorwahl

Ablauf

Bei sechs oder weniger Paaren kann die Vorwahl entfallen. Die Entscheidung trifft der Hauptkampfrichter. Sie wird nach der Registrierung bekannt gegeben und im Ablaufplan der Veranstaltung berücksichtigt.

1. Runde 1
Das gesamte Line up wird in numerischer Reihenfolge in einer Linie auf die Bühne gebracht.
Danach wird jedes Paar einzeln vorgestellt.
2. Das Line up wird in zwei gleich große Gruppen seitlich an der Bühne aufgeteilt, so dass die Mitte der Bühne für Vergleiche frei bleibt. Das Line up wird gleichmäßig im Bühnenhintergrund auf einer Linie verteilt; bei größeren Gruppen können die Athletinnen auch in mehreren Reihen aufgestellt werden.

Während des Line up's soll keine angespannte Haltung mit abgespreizten Armen eingenommen werden, die besondere Muskulosität zeigt. Die Paare stehen aufrecht mit Blick zum Kampfgericht. Die Arme hängen seitlich am Körper, die Füße stehen zusammen. Kopf und Augen gerade aus, Schultern zurück, Brust raus, Bauch rein.

3. In numerischer Reihenfolge werden jetzt in Gruppen die fünf Vergleichsposen in der Bühnenmitte durchgeführt.

Diese sind:

- Front Doppelbizeps
 - Seitliche Brustpose
 - Rückenansicht Doppelbizeps
 - Seitliche Trizepspose
 - Bauch und Beine
4. Alle Kampfrichter geben ihren individuellen Vorschlag für ihre Top 5 Paare zum Hauptkampfrichter. Basierend darauf ruft der Hauptkampfrichter die erste Gruppe von Paaren zur Mitte zum 1. Vergleich. Hier werden nun die Pflichtposen durchgeführt. Die folgenden Vergleiche werden analog dem 1. Vergleich abgehalten. Der Hauptkampfrichter kann die Anzahl der Vergleiche bestimmen, zumindest aber bis alle Paare einmal in einem Vergleich waren.

Eine genaue Beschreibung der Pflichtposen findet man für die weiblichen Athletinnen im Regelwerk der Frauen-Physique-Klasse und für die männlichen Athleten im Regelwerk der Bodybuilding-Klasse.

- 5. Alle Vergleiche finden in der Bühnenmitte statt.
- 6. Nach dem letzten Vergleich bilden alle Paare ein Line up in numerischer Reihenfolge bevor sie die Bühne verlassen.

Finale

Ablauf

Die Top 3 Paare aus der Vorwahl erreichen das Finale, das aus zwei Wertungsrunden besteht:

Finale: Runde 2 mit Vergleichsposen und

Finale: Runde 3 mit dem Kürvortrag (Länge: 1:30 Minuten)

Finale: Runde 2 mit Vergleichsposen

Die 3 Finalpaare werden in einer Linie in numerischer Reihenfolge auf die Bühne gebracht und vorgestellt.

1. Die Finalpaare führen die fünf Pflichtposen gemeinsam, zeitgleich in der Bühnenmitte durch. Nach der letzten Pflichtpose wird die Reihenfolge der Paare vom Hauptkampfrichter getauscht und Pflichtposen erneut durchgeführt.
2. Direkt im Anschluss an die Pflichtposen fordert der Hauptkampfrichter zu einem 30-60 sekündigen Posedown mit einer Musik, die der Organisator wählt. **Dieser Teil der Runde 2 wird nicht bewertet.**
3. Nach dem Posedown bilden die Finalpaare noch einmal ein Line up in numerischer Reihenfolge bevor sie die Bühne verlassen

Finale: Runde 3 mit dem Kürvortrag (Länge: 1:30 Minuten)

1. In numerischer Reihenfolge absolviert jedes einzelne der 3 Finalpaare ihren individuellen Kürvortrag von maximal 90 Sekunden Dauer zu einer Musik ihrer Wahl. **Diese Runde wird gewertet.**
2. Requisiten sind nicht erlaubt.
3. Zur Kür wird Wettkampfkleidung getragen, die die gleichen Kriterien wie in den anderen Runden erfüllt

Bewertungskriterien und Kampfrichtervorgaben

Hier wird die Gesamtentwicklung beider Partner hinsichtlich des Grades der Proportion, Symmetrie, Muskelmasse und Muskelqualität (Dichte und Teilung) beurteilt sowie die Hautbeschaffenheit und die Farbe.

Außerdem wird genau begutachtet wie gut die individuelle Körperentwicklung der Partner sich ergänzt und ob sich das Paar harmonisch zu einer Einheit zusammenfügt und bewegt.

Das Kampfgericht bewertet jedes Paar als eine Einheit. Diejenigen, deren Körperbau übereinstimmt, harmonisiert und sich ergänzt, erhalten bessere Platzierungen als Paare, deren Körperbau deutlich unterschiedlich und unausgewogen ist.

Dieser Faktor ist durchgehend von entscheidender Bedeutung dieser Klasse.

Wenn beide Partner die gleichen Posen in synchronen Bewegungen ausführen, bekommen sie für diese Genauigkeit bessere Bewertungen.

Auf die Präsentation wird größter Wert gelegt, das gilt auch für die Wettkampfkleidung und die Hautbeschaffenheit / Farbe. Durch eine gute Präsentation zu zweit soll das Paar durch seine Fähigkeit beeindrucken, zu einer Einheit zu verschmelzen.

Das einzelne Herausstechen eines sehr gut entwickelten Partner ist nicht gewollt.

Das Finale - Runde 3 „Kür“ - wird nach folgenden Kriterien bewertet:

Die Paare posen maximal 90 Sekunden lang zu ihrer eigenen Musik. Sie präsentieren eine ausgefeilte, unterhaltsame Kür, bei der sich die Athleten gemeinsam als Einheit bewegen. Die Übergänge zwischen den Posen sind fließend.

Gefragt ist eine Kür, die in einem gleichmäßigen Tempo ausgeführt wird. Dabei sollte jeder Athlet seinen Körperbau und Muskulatur optimal präsentieren.

Auch die Pflichtposen sollen enthalten sein. Das Paar muss die Posen lange genug halten um dem Kampfgericht die Möglichkeit zu geben, die muskuläre Entwicklung beider Partner entsprechend zu bewerten.

Im Finale beurteilen die Kampfrichter jedes Paar danach, wie gut es seine Körperentwicklung mit der Musik zur Geltung bringt. Das Kampfgericht sucht nach einer flüssigen, künstlerischen und gut choreographierten Kür, die eine beliebige Anzahl von Posen umfassen kann. Die Pflichtposen müssen jedoch enthalten sein. Das Paar muss auch wiederholt Pausen einplanen, um die Muskelentwicklung in den Posen deutlich zu zeigen.

"Mond"-Posen und das Hochziehen der Posinghose, um die obere Innenseite des Quadrizeps oder des Gluteus maximus zu zeigen, sind nicht erwünscht!

Die Kampfrichter werden daran erinnert, dass in die Runde 3 zu 50 % die Körperentwicklung und 50 % die Kürdarbietung einfließt