

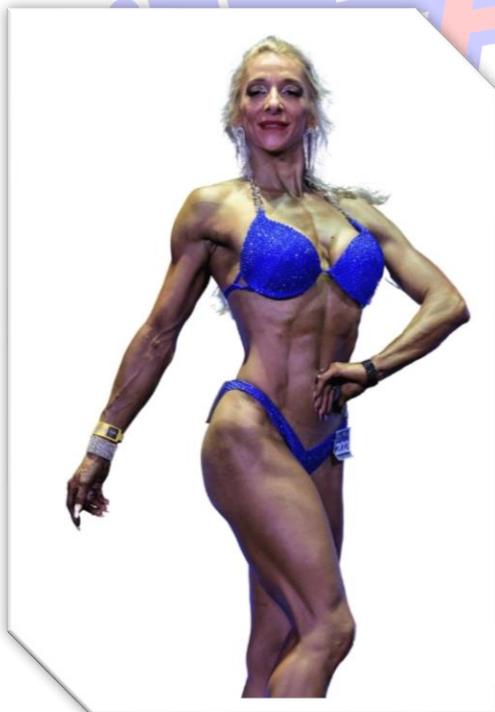
# FITNESS MODEL 2025

Il y a une différence entre la catégorie Bikini et la catégorie « FITNESS MODEL », qui doit présenter un physique plus musclé. Les athlètes doivent afficher de bonnes proportions entre le haut et le bas du corps, une carrure athlétique équilibrée, et une musculature clairement définie (abdominaux, obliques, épaules, dos). Définition développée des jambes et des fessiers

**Maillots 2 pièces avec ou sans connecteurs - Chaussures à talons (sans restriction). Bijoux de scène sans restriction**

La définition musculaire et la symétrie sont des facteurs d'évaluation majeurs pour les modèles de fitness model. Le jugement sera fondé sur l'observation du développement musculaire harmonieux résultant d'un travail de musculation régulier. Les juges analyseront la forme du corps (la ligne), la symétrie, la présentation ainsi que l'équilibre et la condition générale (tonicité musculaire). En outre, ils seront à la recherche de corps tonique, musclé affichant une parfaite condition physique

Les concurrentes devront afficher un physique bien proportionné, féminin, élégant, athlétique



*L'AFBBN se réserve le droit d'ajuster les catégories en fonction du nombre d'athlètes participants par catégorie*

<b>NOVICE</b>	<b>1<sup>ère</sup> compétition</b>	Pas de distinction d'âge, de taille ou de poids (si plus de 10 compétitrices, plusieurs catégories novices seront prévues)
<b>OPEN</b>	Pas de distinction d'âge ou de poids	Si plus de 10 compétitrices, plusieurs catégories OPEN seront prévues en fonction de la taille (-160 et +160)
<b>SENIOR – 30</b>	Moins de 30 ans soit après 1996	Si moins de 3 compétitrices, les athlètes peuvent être regroupées sur 1 ou 2 catégories
<b>SENIOR – 40</b>	Moins de 40 ans soit de 1985 à 1996	
<b>MASTER + 40</b>	40 ans et plus soit 1985 et plus	



# FITNESS MODEL 2025



## PRESTATION SUR SCENE

### ❖ Les quarts de tours

Pose avant. Face au jury, légère inclinaison des hanches. L'athlète doit avoir une main sur la hanche

Pose de côté gauche. Se tourner légèrement face aux juges, la main droite sur la hanche, la jambe avant est tendue et la jambe arrière est pliée.

Pose de dos. Une main sur la hanche ou les mains sur le devant des cuisses.

Pose de côté droit. Se tourner légèrement vers les juges, la main gauche sur la hanche, la jambe avant est tendue et la jambe arrière est pliée.

A l'appel de son numéro de dossard, la concurrente s'avancera au-devant de la scène pour se présenter (de face, de profil, de dos, de profil, de face). Elle se dirigera ensuite en fond de scène en position détendue.

Toutes les athlètes de la catégorie sont appelés par le chairman pour se rejoindre en ligne au milieu de la scène et effectuer ensemble les quarts de tour.

Si les juges ont besoin d'affiner leur jugement, les athlètes seront déplacées sur scène, guidées par le chairman qui leur fera effectuer les quarts de tour.

### ❖ le pose-down

Les athlètes présenteront la ou les poses qui les mettront en valeur.

Seront observées : La féminité, L'apparence physique dans sa globalité : la qualité musculaire, l'équilibre entre le haut et le bas du corps, la symétrie.

***Les poses explicitement sexuelles, ou d'autres positions et / ou mouvements du corps provocants se traduiront par une déduction de points.***