



MISS BODY FEMME 2026



DEFINITION : Cette catégorie demande le plus haut niveau de définition avec un volume musculaire très développé tout en gardant un équilibre entre tous les groupes musculaires

TENUE

Maillot de scène maillot croisé dans le dos, cristaux autorisés, chaussures interdites. Bijoux de scène autorisé

NOTATION

MASSE : 30 %

DEFINITION : 30 %

SYMETRIE : 40 %

JUGEMENT

Épaules larges, taille fine et excellent équilibre entre tous les groupes musculaires de l'ensemble du corps. Un niveau maximal de développement musculaire et de définition, ainsi que de symétrie. Présence et confiance sur scène. Les postures doivent être exécutées avec assurance, les transitions doivent être fluides.

- **Passages en quart de tour** : à l'appel de son numéro de dossard, l'athlète 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 relâchée.

Puis, toutes les athlètes s'avanceront vers le milieu de la scène, alignées face aux juges pour effectuer les 4 quarts de tour :

- de face (pieds joints ou largeur-bassin, mains ouvertes, bras écartés vers l'extérieur)
- de dos (pieds joints ou largeur-bassin, mains ouvertes, bras écartés vers l'extérieur)
- pour les profils, épaule, hanche, genou et cheville doivent être alignés, une rotation du buste est autorisée.

- **Les poses imposées** : alignées face aux juges, toutes les athlètes effectueront un double biceps de face, dorsaux de face, un biceps-cage, un double biceps de dos, dorsaux de dos, un triceps, et enfin les abdominaux-cuisses.

Si les juges ont besoin d'affiner leur jugement et comparer les athlètes, celles-ci seront déplacées sur scène, guidées par le chairman qui leur fera effectuer de nouveau les poses imposées.

- **Pose-down** : les athlètes présenteront la ou les poses qui les mettront en valeur. Pendant le pose-down, l'originalité et la capacité à mettre en valeur ses points forts peuvent faire la différence.

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



MISS BODY FEMME 2026



Miss BODY FEMME FIRST TIME	Cette catégorie est réservée à celles et ceux qui n'ont jamais participé à une compétition, quelle qu'elle soit. Il s'agit de votre toute première expérience sur scène.	Pas de distinction d'âge ou de poids	Si moins de 3 compétitrices, les athlètes seront regroupées sur 1 ou 2 catégories	Le Top 5 est sélectionné pour les compétitions internationales Physique-Mania
Miss BODY FEMME NOVICE	Cette catégorie est réservée pour les compétiteurs qui n'ont jamais obtenu de place sur le podium (1re, 2e ou 3e place) dans cette catégorie à l'AFBBN.			
Miss BODY FEMME SENIOR – 40	Moins de 40 ans 2001-1987			
Miss BODY FEMME MASTER + 40	Plus de 40 ans soit 1986 et antérieur			
Miss BODY FEMME OPEN	Ouvert à toutes les compétitrices			
OPEN : A partir de 3 athlètes, la 1ère peut décrocher la carte pro.				