

Men's Physique - как избежать ошибок на сцене? Часть II

12.01.2016 | Тимошенко | Обсуждение: 0

Предмет изучения Men's Physique - спортивная модель IFBB. Правила. Наглядность. Судейский выбор. Распределение мест. Часть I.

Предмет изучения Men's Physique - спортивная модель IFBB. Правила. Наглядность. Судейский выбор. Распределение мест. Часть II.

ФИНАЛ.

Финалы на Чемпионатах Европы и Мира начинаются с представления участников судьей комментатором. Варианта представления два. Первый, когда всех финалистов выводят на сцену и выстраивают в линию в порядке номеров, во фронтальной позе. Модератор называет порядковый номер конкурсанта, имя, фамилию и страну, участник в ответ приветствует судей и зрительный зал. Второй вариант, когда каждый финалист выходит на сцену с индивидуальной презентацией, когда в течение 15-20 сек. каждый участник демонстрирует себя в различных позах, а модератор в это время рассказывает о нем. По окончании презентации, участник занимает место на сцене, определенное ему судьей (правый край сцены). После представления следует первое финальное сравнение - четыре обязательные позы в четырех поворотах. После этого конкурсантов меняют местами по установленной правилами схеме, и, следует второе сравнение. Особое внимание обращается на правильное выполнение обязательных поз (mandatory pose). Судьи сдают свои индивидуальные протоколы, в которых каждый участник финала получает свое место.

Церемония награждения.

Все участники в порядке номеров выводятся на сцену и выстраиваются у задника (баннера). Модератор называет места в порядке возрастания с шестого места по первое, конкуренты выходят вперед в линию и занимают свои места в установленном правилами порядке.

Порядок определения абсолютного победителя аналогичен действиям, производимым для категорий в финале.

Итоговый протокол и видео категории Men's Physique до 174 см на Чемпионате Мира по фитнесу в Венгрии:

PLACE	No	NAME	COUNTRY	BORN	BW/ BH	R1	R2		Score
1	473	Zheng Shaozhong	China		172.5	9	7		7
2	474	Ivo Toledo	Brazil		171.5	13	12		12
3	476	Shogo Sato	Japan		172.5	15	13		13
4	467	Aleksandr Timofeev	Russia		172	36	22		22
5	466	Dražen Kovačević	Croatia		171.5	21	24		24
6	483	Rafal Zabawa	Poland		172	25	28		28
7	468	Robert Berg	Norway		170.8	40			
8	465	Regimantas Sinkevičius	Lithuania		173.5	41			
9	480	Gabriel Virna	Romania		171.7	42			
10	472	Johannes Falke	Germany		172.4	46			
11	481	Flavius Ursachi	Romania		173	57			
12	482	Jin Guangliang	China		172.3	58			
13	475	Juan Faro	Spain		172.3	65			
14	484	Henrique de Carvalho	France		171	70			
15	470	Atsushi Nakamura	Japan		173.5	70			
	463	Michael Carroll	South Africa		173.2				
	464	Hashim Youshaa	Denmark		171.6				
	469	Emil Pál	Hungary (B)		172.4				
	471	Sindelaru Razyan	Romania (B)						
	477	Attila Fazekas	Hungary (B)		173.5				
	478	Joseph Hughes	Canada		173.5				
	479	Emre Kutlu	Turkey		170.5				
	485	Valentino Tozzi	Italy		171				
	486	Róbert Fruzsá	Hungary		173.4				
	487	Mohamed Shebl	Egypt		173				

Протокол и видео категории Men's Physique OVERALL на Чемпионате Мира по фитнесу в Венгрии:

PLACE	No	NAME	COUNTRY	BORN	BW/ BH	R1			Score
1	505	Matheus de Oliveira	Brazil		177	7			7
2	543	Andre Merzdorf	Germany		185.6	13			13
3	473	Zheng Shaozhong	China		172.5	14			14
4	441	Alexis Gonzalez	Spain		165.3	18			18

Правила IFBB. Категории Men's Physique.

Количество категорий IFBB напрямую зависит от того, какое количество конкурентов на данный момент может быть заявлено для участия. В настоящее время мы имеем:

- Юниоры до 170см, до 175см, свыше 175см и абсолютное первенство
- Мужчины (Арнольд Классик Любители) до 172см, до 175см, до 178 см, до 181см, до 184 см, свыше 184см, и абсолютное первенство
- Мужчины (Чемпионат мира, Чемпионат Европы) до 170см, до 174см, до 178см, свыше 178 см и абсолютное первенство
- Мужчины мастера, свыше 40 лет - абсолютная категория

Хочу еще раз обозначить, что на международных соревнованиях IFBB количество категорий определяется исходя из принципа целесообразности: много заявок на участие - больше категорий. Ростовые категории

(например, 170 см или 172 см) могут также назначаться организаторами после согласования с руководством IFBB.

Правила IFBB. Обязательные позы.

Во время проведения в России конкурсов в номинации Пляжный Бодибилдинг, участники зачастую демонстрируют вовсе не те позы, которые определены ПРАВИЛАМИ IFBB для Men's Physique. И такое положение неприемлемо для международных стартов. Пляжный БОДИБИЛДИНГ не есть Men's Physique. Судьи IFBB приучены оценивать в соответствии именно с ПРАВИЛАМИ IFBB.

Попытаюсь донести для тех, кто читает эти строки и смотрит представленное Team EastLabs видео... КАК НУЖНО СЕБЯ ПОКАЗАТЬ.

Поворот лицом к судьям:

Стоя вертикально, голова и глаза смотрят в одном направлении с телом, одной рукой опираясь на бедро и одна нога немного отставлена в сторону. Вторая рука свисает вдоль тела, слегка согнута в локте, с открытой ладонью, эстетически и прямо держа пальцы. Колени прямые, мышцы пресса и широчайшие немного напряжены, голова поднята вверх. Спортсмены, которые не будут выполнять это положение, получают предупреждение, снижая тем самым свою оценку.

Поворот направо:

Спортсмены делают первый поворот на право. Стоя левым боком к судьям, верх тела чуть развернут в сторону на судей и глаза смотрят так же на судей. Левая рука опирается на бедро, правая рука, удерживается немного впереди центральной линии тела, слегка согнута в локте, с открытой ладонью, эстетически и прямо держа пальцы. Левая нога (ближайшая к судьям) слегка согнута в колене, опирается на пол. Правая нога (дальняя к судьям) согнута в колене, ступня отставлена назад и опирается на носок.

Поворот спиной к судьям:

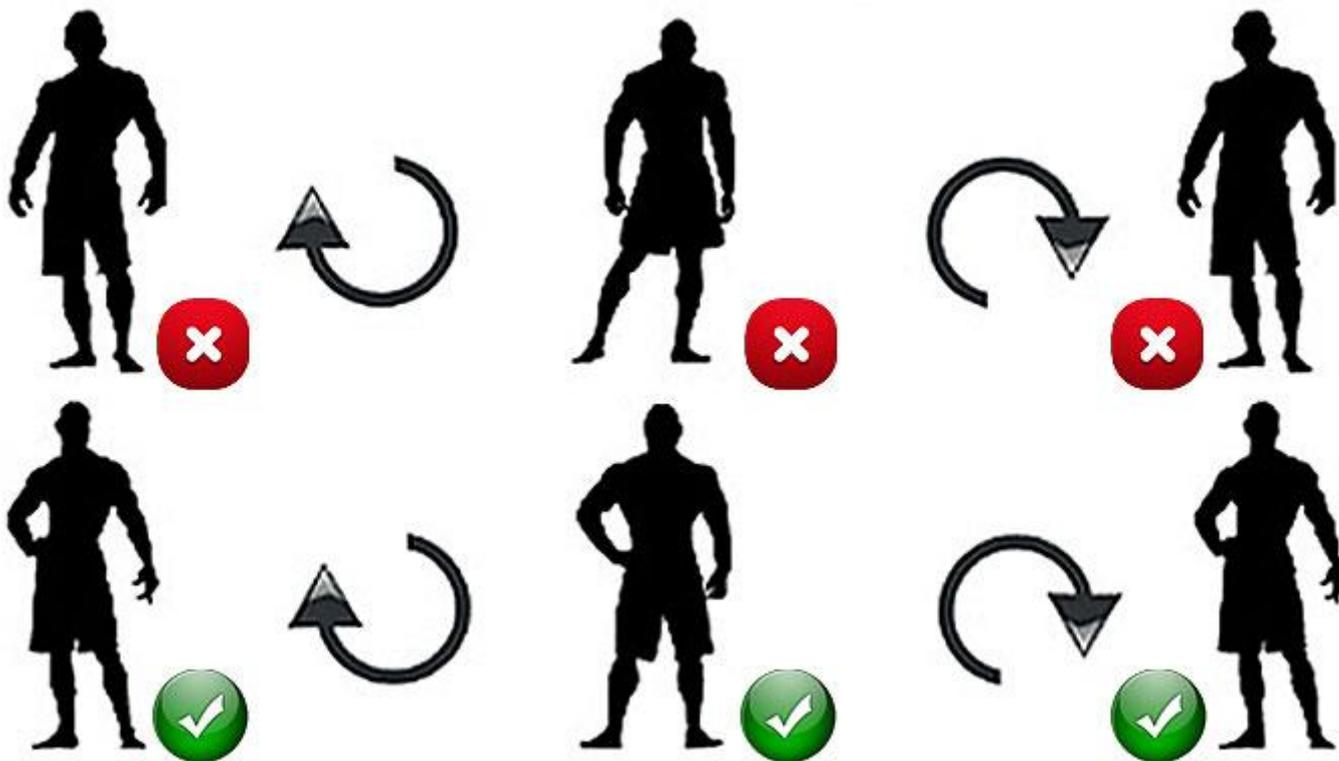
Стоя вертикально, голова и глаза смотрят в одном направлении с телом, одна рука покоится на бедре, вторая рука располагается вдоль тела, слегка наружу, локоть немного согнут, с открытой ладонью, эстетически и прямо держа пальцы. Одна нога слегка отходит назад и в сторону, опираясь на носок. Широчайшие мышцы спины немного напряжены, голова поднята вверх.

Поворот направо:

Спортсмены делают следующий поворот направо. Стоя правым боком к судьям, верх тела чуть развернут в сторону на судей и глаза смотрят так же на судей. Правая рука опирается на бедро, левая рука удерживается немного впереди центральной линии тела, слегка согнута в локте, с открытой ладонью, эстетически и прямо держа пальцы. Правая нога (ближайшая к судьям) слегка согнута в колене, опирается на пол. Левая нога (дальняя к судьям) согнута в колене, ступня отставлена назад и опирается на носок.

ВНИМАНИЕ!!

- Рука находится на бедре в каждом положении, независимо от того в какой позе находится участник: спереди, сбоку или сзади по отношению к судьям. Одна рука всегда должна быть на бедре;
- Недопустимо любое позирование с демонстрацией мышц, так или иначе вызывающее ассоциацию судей с бодибилдингом. Особо стоит отметить любовь участников к чрезвычайно напряженным мышцам спины - снижение оценки гарантировано;
- Обратите внимание на позицию ног во фронтальных передних и задних позах. Вся масса тела переносится на одну из ног, туловище и эта нога образуют единую линию, перпендикулярную сцене. Вторая нога немного отставлена;
- Позиция ног в боковых позах тоже важна. Ближайшая к судьям нога слегка согнута в колене, опирается на пол, дальняя к судьям нога также согнута в колене, ступня отставлена назад и опирается на носок. Именно так, а не наоборот;
- Индивидуальное представление в финале. Мой совет - не изобретать велосипед, и тем более «не вилить задом». Есть mandatory pose. Вас оценят, немного элегантно и презентабельности.



Ошибки, за которые вы можете ожидать, замечания от Главного судьи и понижение места:

- Руки в свободном «плавании».
- Демонстрация мышцы спины, и вообще демонстрация именно мышц, любые телодвижения, так или иначе связанные с представлением себя как в бодибилдинге.
- Постоянная смена поз, движение тела.
- Гинекомастия.
- Любые видимые деформации на теле.
- Примечание: замечания судьи при участниках обязательны для устранения.
- Неоднократные замечания от Главного судьи может привести к дисквалификации.
- Шорты не должны размещаться низко. В случае если достаточно много участников нарушают это положение, то возможно по требованию главного судьи один, или даже вся категория уходит со сцены для устранения недостатков.
- Основное: много мышц - размещение в конце итогового протокола.

Итоговый протокол и видео категории Men's Physique свыше 178 см на Чемпионате Мира по фитнесу в Венгрии:

PLACE	No	NAME	COUNTRY	BORN	BW/ BH	R1	R2		Score
1	543	Andre Merzdorf	Germany		185.6	13	11		11
2	541	Wiehann van Wyk	South Africa		181.7	17	14		14
3	552	Jorge Sanchez	Spain		180	16	15		15
4	532	Martin Montazeri	Sweden		180	13	15		15
5	554	Sami Hamidi	Azerbaijan		187	32	25		25
6	553	Li Meng	China		183	25	26		26
7	540	Viktor Minár	Czech Republic		185	37			
8	537	Kaspar Tõnisson	Estonia		186.3	38			
9	556	Rômulo Rocha	Brazil (B)		187.8	40			
10	536	Remus Boroïu	Romania		189	55			
11	551	Krisztián Agócs	Hungary		178.8	57			
12	529	Adrian Dzielak	Poland		183.7	60			
13	531	Marko Vukotic	Montenegro		179	62			
14	544	Gokhan Kuden	Turkey		184.5	64			
15	559	Mohamed Magdy Mohamed	Egypt		182	72			
	528	Jerome Brohee	Belgium		180.6				
	530	Fei Fei	China (B)		180.4				
	533	Ladislav Novy	Czech Republic		184				
	534	Miroslav Yonchev	Bulgaria		186.7				
	535	Jeremiah Elie	Canada		180.7				
	538	Tomica Milushevski	Macedonia		185.3				
	539	Tyson Smith	Australia		191.5				
	542	Mehmet Oguzcan	Turkey (B)		179.4				
	545	Dániel Dengi	Hungary (B)		179.5				
	546	Jiří Vilímek	Czech Republic (B)		180.8				
	547	Sven Agić	Croatia		182				
	548	Ivan Georgiev	Bulgaria		189.5				
	549	Isacan Akhan	Turkey (B)		194				
	550	Sui Yongyi	China (B)		191.5				
	555	Roland Baráth	Hungary (B)		179				
	557	Saša Ristić	Croatia		179.6				
	558	Pierluigi Bonifaz	Italy		184				

<http://www.eastlabs.ru/ifbb-evropa-ebff/1287/men-s-physique-kak-izbezhat-oshibok-na-stsene-chast-ii>