



COMPETITION RULES - PRO FITNESS

REGOLE PER IL

PREGARA

1. Ogni concorrente viene chiamata sul palco singolarmente in ordine numerico in bikini e tacchi alti e, al centro della scena, esegue un mezzo giro, poi si colloca lungo linee diagonali ad ogni lato del palco. L'area centrale del palco è lasciata libera per i call-out.
2. Il Capo Giudice chiama le concorrenti, a piccoli gruppi e in ordine numerico, fino al centro del palco per eseguire i quarti di giro. La dimensione dei gruppi è a discrezione del capo giuria.
3. I Giudici avranno l'opportunità di confrontare le concorrenti con i mezzi giri. Il numero e la posizione delle concorrenti nel call-out sono a discrezione del capo arbitro.

GARA

Routine di pose libere

1. Le concorrenti sono chiamate sul palco singolarmente e in ordine numerico per eseguire una routine fitness con la musica scelta dalla stessa concorrente.
2. La routine fitness ha durata massima pari a 2 minuti.
3. Come parte della routine, le concorrenti devono eseguire i seguenti 4 movimenti obbligatori:
 - a. Piegamento a terra (qualsiasi tipo)
 - b. High kick (calcio in alto)
 - c. Straddle hold (sollevamento sulle mani da seduta con le gambe divaricate)
 - d. Side split (spaccata laterale)
4. Il Capo Giudice chiama le concorrenti, a piccoli gruppi e in ordine numerico, fino al centro del palco per eseguire i quarti di giro.
5. Nei confronti diretti (call-out), il Capo Giudice indicherà ad alcune precise concorrenti di eseguire i quarti di giro. A questo punto i giudici hanno l'occasione di confrontare le concorrenti tra loro.

Altre regole di gara

1. COSTUME

1. Le concorrenti devono indossare un due pezzi. Il pezzo inferiore deve avere la forma a V. I perizomi sono proibiti. Le concorrenti possono acquistare costumi qualsiasi per gareggiare. Il costume deve soddisfare i normali criteri di gusto e decenza.
2. Le concorrenti devono calzare scarpe con i tacchi alti.
3. Le concorrenti possono indossare gioielli.
4. Per la routine di Fitness Finale, le concorrenti possono indossare costumi di propria scelta, tuttavia, il costume deve coprire almeno la metà dell'area dei glutei. Le stringhe sono proibite. Le calzature sono a discrezione della concorrente.

2. SUL PALCO

1. Gli occhiali da vista (ma non gli occhiali da sole) sono permessi.
2. I numeri di gara devono essere sempre appuntati sul fianco sinistro del costume quando la concorrente è sul palco.
3. I numeri di gara devono essere appuntati sul fianco sinistro del costume durante la gara.
4. È vietato l'uso di linguaggio volgare, profano e / o offensivo nella musica della routine di Fitness.
5. Gli oggetti scenografici sono permessi alle seguenti condizioni:
 - Devono essere di volume e peso tali da permettere il trasporto e la rimozione dal palco ad opera della sola concorrente, senza aiuto.
 - Non devono lasciare alcun residuo sul palco che possa essere elemento di rischio per altre concorrenti o che potrebbe richiedere la pulizia del palco prima dell'uso successivo delle altre concorrenti.
 - Se lasciati sul palco durante la routine, devono essere rimossi dal palco dalla stessa concorrente, senza aiuto.
6. È proibito alle concorrenti usare prodotti quali oli, lozioni, creme ecc. che possono lasciare residui scivolosi sul palco. L'applicazione dei prodotti abbronzanti deve produrre un tono naturale per dare l'aspetto di un'abbronzatura naturale. Sono vietati i toni colorati, con tonalità arancio, giallo, rosso, verde o oro. Agenti abbronzanti che danno un aspetto metallico sono anche vietati.