

FITNESS MODEL TOP

KATEGORIE w rywalizacji krajowej:

- KATEGORIA OPEN
- MOŻLIWOŚĆ PODZIAŁU WEDŁUG WIEKU (decyzją organizatora przy wystarczającej ilości zawodniczek) :
 - 1) DO 40 LAT
 - 2) MASTERS 40+

OCENA:

60% punktów OCENA SYLWETKI,

40% punktów OCENA PREZENTACJI

Istotne jest czy zawodniczka nie jest zbyt szczupła. Oceniane są: sportowa sylwetka, harmonijne proporcje ciała, naturalność oraz elegancja prezentacji scenicznej, symetria, kobiecość i ogólne wrażenie. Cellulit i luźne, wiotkie uda skutkują punktami ujemnymi. Zbyt wysoki poziom tkanki tłuszczowej i wody zgromadzonej pod skórą skutkuje punktami ujemnymi! Widoczna muskulatura i definicja mięśniowa nie jest wskazana.

Najważniejsze elementy:

- Harmonijne proporcje i symetria ciała.
- Atletyczny, estetyczny wygląd sylwetki.
- Widoczne, ale umiarkowane napięcie mięśniowe.
- Naturalność, kobiecość i swoboda ruchów.
- Pewność siebie i profesjonalna prezentacja sceniczna.

STRÓJ

Strój sportowy dwuczęściowy, spodenki + TOP, NIEPRZEJRZYSTY. Kolor: czarne spodenki, TOP czarny bądź w innym jednolitym kolorze, białe długie skarpety sportowe sięgające kolan, buty: białe obuwie sportowe.

Strój powinien podkreślać sportowy charakter kategorii, zapewniając jednocześnie schludny i estetyczny wygląd.

PREZENTACJA NA SCENIE:

Zawodniczki wchodzi na scenę jedna po drugiej według kolejności na liście startowej. Prezentują się w pozach dowolnych podczas T-WELKING, w czasie 20-30 s, po której następuje porównanie sylwetki w ćwierć obrotach.

T-WALKING:

- zawodniczka dochodzi do środka sceny, zatrzymuje się i dokonuje autoprezentacji w 2 dowolnych pozach
- przechodzi w lewy róg sceny i wykonuje 2 dowolne pozy,
- następnie po linii przechodzi w prawy róg i ponownie wykonuje 2 dowolne pozy,

- wraca do szeregu na tyłach sceny.

POZY WULGARNE I KULTURYSTYCZNE SĄ NIEDOZWOLONE!!!

