

# CONFEDERACION SUDAMERICANA DE FISICOCULTURISMO Y FITNESS

## FISICOCULTURISMO PAREJAS

### MIXED PAIRS



El **Fisicoculturismo Parejas** fue reconocido oficialmente por el Consejo Ejecutivo de la IFBB y miembros afiliados en el Congreso Anual de la IFBB en 1983 en Singapur.

En el Congreso Anual de la IFBB en 2013 en Marrakech, Marruecos, se eliminó la modalidad Fisicoculturismo Femenino, por lo que a partir de esa fecha se les permite competir a las atletas de las modalidades Women's Physique y Body Fitness.

La pareja de competidores deben mantener concordancia o similitud de color en la indumentaria o bikini que utilicen.

El número distintivo lo portara la mujer en el lado izquierdo del bikini.

### **CATEGORÍA Y DIVISIÓN: Open / Unificada.**



### **RONDAS:**

- **ELIMINATORIAS - SEMIFINALES**
- **FINALES**
- **PREMIACIÓN**

### **ELIMINATORIAS – SEMIFINALES**



## PROCEDIMIENTOS DE LAS RONDAS ELIMINATORIAS Y SEMIFINALES

La ronda de eliminatorias se realiza cuando el número de participantes es mayor a 15 parejas, y la de semifinales cuando es igual o menor a 15 parejas.

Ingresan por el costado izquierdo del escenario (tomando como referencia la ubicación de los jueces) y se forman en una sola línea mirando hacia el público, a continuación todo el grupo realizará dos paradas: de frente y de espaldas.

Inmediatamente los jueces de tarima procederán a rotar la línea, haciendo que la pareja con el número más bajo gire a su lado izquierdo y los demás lo sigan caminado hasta el extremo opuesto del escenario, ubicando el número más bajo a la izquierda del panel de jueces; a continuación todo el grupo de frente al público realizará dos paradas: de frente y de espaldas.

Los jueces de tarima posicionan a los atletas en dos filas diagonales en los costados del escenario, dividiendo en grupos proporcionales de acuerdo al total de competidores.

Posteriormente se dividen en grupos pequeños (4, 5 ó 6 de acuerdo al total de participantes), serán llamados al centro del escenario para que realicen las 5 poses comparativas.

Los competidores que no adopten la postura apropiada recibirán una advertencia y si mantienen la mala postura se bajara su puntuación.

Posteriormente todos los competidores se vuelven a formar en una sola línea en la parte posterior del escenario para realizar las comparaciones **TOP-5**. Las parejas mejor posicionadas serán llamadas al centro del escenario y realizaran **las 5 poses comparativas**.

### POSES COMPARATIVAS

- De frente, doble bíceps.
- De perfil, pectorales / Lateral de pectorales.
- De espalda, doble bíceps.
- De perfil, tríceps.
- De frente, Abdominales y piernas / Muslos y abdominales.

De frente.



De frente, doble bíceps.



De perfil, pectorales.



De espalda, doble bíceps.



De perfil, tríceps.



De frente, Abdominales y piernas.



Al término de las poses obligatorias, todos los competidores se forman en una sola línea y en orden numérico, antes de salir al escenario.

### FINALES



Participan los atletas seleccionados en las semifinales. (Directamente si hay menos de 6 parejas). Se realizan las 5 poses comparativas y un minuto de posedown. Seguidamente se queda la primera pareja en orden numérico para realizar 60 segundos de su rutina coreográfica.



## ROTACIÓN DE LOS ATLETAS

La rotación de los atletas se realiza de cualquiera de las formas señaladas a continuación:



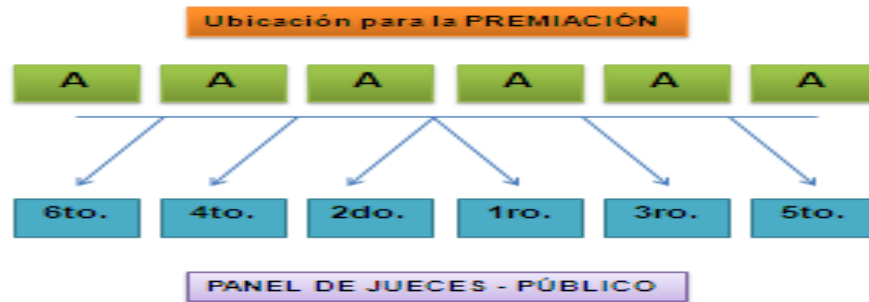
## PREMIACIÓN



## CEREMONIA DE PREMIACIÓN

Las parejas finalistas serán llamadas al escenario. Ingresaran formadas una tras otra en orden numérico y avanzaran ubicándose en la línea de premiación.

Se dará a conocer el número, nombre y país de la pareja. Serán premiadas comenzando la premiación con el sexto lugar y continuará, el 5to. 4to. 3er. 2do. y 1er lugar.



Los atletas deberán guardar una actitud correcta y recibir el resultado con profundo respeto, deberán permanecer en el escenario hasta que el director de competencia anuncie la salida, no podrán quitarse las medallas o abandonar los premios, así como realizar gestos o expresiones de inconformidad. El incumplimiento de esta norma, será considerado como una falta disciplinaria y por tanto sancionado.

Deben aceptar sus lugares, medallas y / o premios y participar en la ceremonia de premiación hasta su fin. El competidor que ostentadamente manifiesta su desaprobación o sale del escenario sin finalizar la ceremonia de premiación, puede ser descalificado.

La premiación le será entregada por la principal autoridad de la IFBB del evento.

### **FOTOGRAFIA OFICIAL CON LOS 3 PRIMEROS LUGARES**



**FOTOGRAFIA OFICIAL CON LA PAREJA GANADORA**



*Adolfo Martinez. Marzo 2020*  
*Director de Jueces CSFF y CACBBFF*