TRADUÇÃO REGRA MEN'S CLASSIC PHYSIQUE

(TRADUZIDA EM 07 DE MARÇO DE 2024)

IFBB FEDERATION RULES

SECTION 16: MEN'S CLASSIC PHYSIQUE

2024 EDITION

Dr. Rafael Santonja
IFBB President
Calle Dublin No. 39-I, 28232 Las Rozas, Madrid, Spain
Tel.: +34 91 535 2819; Fax: +34 91 636 1270
e-mail: headquarters@ifbb.com
Website: www.ifbb.com

Diana Monteiro
Presidente da IFBB Brasil
Rua Ezequiel Freire, No. 55, sala 107 – Bairro Santana, São Paulo / SP
e-mail: presidente@ifbb.com.br
Site: www.ifbb.com.br

SEÇÃO 16: MEN'S CLASSIC PHYSIQUE

Artigo 1: Introdução..... 3
Artigo 2: Responsabilidades dos Organizadores para com Atletas e Delegados..... 3
Artigo 3: Categorias..... 4
Artigo 4: Rounds..... 5
Artigo 5: Pré-julgamento (Prévia): Round Eliminatório..... 6
Artigo 6: Pré-julgamento (Prévia): Vestimenta para todos os Rounds..... 6
Artigo 7: Pré-julgamento (Prévia): Avaliação e Pontuação do Round Eliminatório..... 7
Artigo 8: Pré-julgamento (Prévia): Apresentação do Round 1 (Comparação das Poses Compulsórias..... 8
Artigo 9: Pré-julgamento (Prévia): Pontuação do Round 1..... 9
Artigo 10: Avaliação dos Rounds Eliminatório, 1 e 2 (Comparação das Poses Compulsórias)..... 10
Artigo 11: Finais..... 11
Artigo 12: Finais: Apresentação do Round 2 (Poses Compulsórias e Posedown)..... 11
Artigo 13: Finais: Pontuação do Round 2..... 11
Artigo 14: Finais: Avaliação do Round 2..... 12
Artigo 15: Finais: Apresentação do Round 3 (Rotina de Poses)..... 12
Artigo 16: Finais: Pontuação do Round 3..... 12
Artigo 17: Finais: Avaliação do Round 3..... 13
Artigo 18: Finais: Cerimônia de Premiação..... 14
Artigo 19: Finais: Categoria Overall e Premiação..... 14
Artigo 20: Finais: Resultados da Classificação das Equipes e Premiação..... 15
Apêndice 1: Descrição Detalhada das Sete Poses Compulsórias..... 15

Artigo 1 – Introdução
Men's Classic Physique foi oficialmente reconhecida como uma nova disciplina esportiva no Congresso Internacional da IFBB de 2018, em Benidorm, Espanha.

1.1 Geral:
As regras da IFBB para o Men´s Classic Physique consistem em regulamentos, políticas, diretivas e decisões destinadas a orientar a IFBB e seus Membros na administração do Men´s Classic Physique.

1.2 Regras:
Certas regras administrativas e técnicas que aparecem na Seção 1: Regras Gerais são as mesmas para o Men´s Classic Physique e, portanto, não serão repetidas nesta seção.

Artigo 2 – Responsabilidades dos Organizadores para com Atletas e Delegados
2.1 Responsabilidades:
O Organizador dos Campeonatos Mundiais se comprometerá a cobrir os custos de hospedagem e alimentação em dupla ocupação (café da manhã, almoço e jantar) para os atletas e delegados da seguinte forma:

1. World Fitness Championships (incluído Men´s Bodybuilding, Men's Classic Bodybuilding, Men's Games Classic Bodybuilding, Men's Classic Physique, Men's Physique, Muscular Men's Physique):
Por cinco dias (quatro noites) de acordo com a seguinte escala:
   a. Três, ou mais atletas - dois delegados
   b. Um ou dois atletas - um delegado

***Nota 1**: Um número máximo permitido de atletas participantes por Federação Nacional é ilimitado.*
***Nota 2**: Delegados sem atletas, delegados extras e apoiadores terão que pagar pelo Tarifa especial do pacote completo.*
***Nota 3**: Mediante acordo entre a IFBB e o Organizador, uma categoria adicional pode ser aberto para competição.*

2. Campeonato Mundial Júnior Bodybuilding e Fitness:
Por quatro dias (três noites) de acordo com a seguinte escala:
   a. Três, ou mais atletas - dois delegados
   b. Um ou dois atletas - um delegado

***Nota 1**: Um número máximo permitido de atletas participantes por Federação Nacional é ilimitado.*
***Nota 2**: Delegados sem atletas, delegados extras e apoiadores terão que pagar pela tarifa especial do pacote completo.*
***Nota 3**: Mediante acordo entre a IFBB e o Organizador, uma categoria adicional pode ser aberta para competição.*

Artigo 3 – Categorias

3.1 Existem cinco categorias na **Senior Men´s Classic Physique**, atualmente são as seguintes:

1. Até e incluindo 168 cm
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 4 [kg]

2. Até e incluindo 171 cm
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 6 [kg]

3. Até e incluindo 175 cm
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] -100) + 8 [kg]

4. Até e incluindo 180 cm
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] -100) + 11 [kg]

5. Mais de 180 cm:
   a) mais de 180 cm até e incluindo 188 cm:
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] -100) + 13 [kg]

   b) mais de 188 cm até e incluindo 196 cm:
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 15 [kg]

   c) mais de 196 cm:
   Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 17 [kg]

***Nota 1**: Mediante acordo entre a IFBB e o Organizador, uma categoria adicional pode ser aberta para competição.*

3.2 Existem as seguintes categorias na **Junior Men´s Classic Physique**, são as seguintes atualmente:

- 16 a 20 anos de idade, inclusive:
  a. Uma categoria aberta

- 21 a 23 anos de idade, inclusive:
  a. Uma categoria aberta

Ambos os grupos com as seguintes limitações de peso corporal:

Até e incluindo 168 cm
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 2 [kg]

Até e incluindo 171 cm
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 3 [kg]

Até e incluindo 175 cm
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 4 [kg]

Até e incluindo 180 cm
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 6 [kg]

Até e incluindo 188 cm:
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 7 [kg]

Até e incluindo 196 cm:
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 8 [kg]

Acima de 196 cm:
Peso máximo [kg] = (altura [cm] - 100) + 9 [kg]

3.3 Existem três categorias no **Master Men's Classic Physique**, atualmente as seguintes:

- 40 a 44 anos de idade, inclusive:
  a. Uma categoria aberta

- 45 a 49 anos de idade, inclusive:
  a. Uma categoria aberta

- 50 anos ou mais:
  a. Uma categoria aberta

***Nota 1**: os limites de peso corporal para os atletas Master Men's Classic Physique são os mesmos que para Senior Men's Classic Physique (Ponto 3.1)*

3.4 Uma categoria só pode ser disputada se não houver menos de 5 atletas. Se houver menos de 5 atletas, as categorias serão unificadas (combinadas), sempre que possível. No caso de categorias com menos de 5 atletas, não serão atribuídos títulos e medalhas (mais detalhes no Regulamento Geral, Artigo 11.41).

3.5 **Crossovers (Dobras de Categorias)**: Os atletas da categoria Classic Physique também podem participar da categoria Games Classic, Fisiculturismo Clássico (Classic Bodybuilding), e Fisiculturismo (Bobybuilding) na mesma competição se eles atenderem aos requisitos específicos e limites de peso / altura corporal obrigatórios em cada um desses categorias. Eles podem participar também da categoria Mixed Pairs.

Artigo 4 – Rounds
4.1 Men's Classic Physique consiste nos seguintes quatro Rounds:

1. Pré-julgamento (Prévia): Round Eliminatório (quatro poses compulsórias)
2. Pré-julgamento (Prévia): Round 1 (quatro poses compulsórias e comparações das sete poses compulsórias)
3. Finais: Round 2 (sete poses compulsórias x 2 e posedown)
4. Finais: Round 3 (rotina de poses - 60 segundos)

Artigo 5 – Pré-julgamento (Prévia): Round Eliminatório

5.1 Geral:

Um cronograma para Pré-julgamento (Prévia) em cada categoria deve ser publicado após o Registro Oficial do Atleta. A fim de dar tempo para se aquecerem e mudarem suas vestimentas de poses, os atletas devem estar nos bastidores da área de aquecimento pelo menos 45 minutos antes da hora de início do julgamento de sua categoria. Todos os atletas serão os únicos responsáveis por garantir que eles estejam presentes e preparados para competir quando sua categoria for chamada caso contrário, eles poderão ser eliminados da competição.

5.2 Procedimento do Round Eliminatório

Um Round Eliminatório será realizado quando houver mais de 15 atletas em uma categoria. Se necessário, o Árbitro Central da IFBB pode diminuir o número de atletas qualificados para as Semifinais para 10 ou aumentar este número para 17. Em tais casos, um round de eliminação será realizado quando houver mais de 10 e 17 atletas de acordo. A decisão será tomada e anunciada após o Registro Oficial dos Atletas. O Round Eliminatório será realizado da seguinte forma:

1. Toda a escalação é trazida ao palco, em ordem numérica e em uma ou duas linhas, se necessário.

2. A formação é dividida em dois grupos de tamanhos iguais e posicionada no palco de forma que um grupo fique à esquerda do palco; o outro grupo fique à direita do palco. A parte central do palco é deixada livre para fins de comparação.

3. Em ordem numérica, e em grupos de não mais de oito atletas por vez, cada grupo é direcionado para a área central do palco para realizar as seguintes quatro poses compulsórias:

a. Duplo bíceps de frente
b. Peitoral de perfil
c. Duplo bíceps de costas
d. Pose vácuo

4. Após a conclusão das quatro poses compulsórias, toda a linha é reformada em uma única linha, em ordem numérica, antes de sair do palco.

***Nota 1**: Descrição detalhada das poses compulsórias do Men's Classic Physique está fornecida no Apêndice 1 desta seção.*
***Nota 2**: Os atletas não irão mascar chicletes ou qualquer outro produto enquanto estiverem no palco.*
***Nota 3**: Os atletas não beberão nenhum líquido enquanto estiverem no palco.*

Artigo 6 – Pré-julgamento (Prévia): Vestimenta para todos os Rounds

6.1 A vestimenta para o todos os Rounds deve atender às seguintes diretrizes:

1. Os atletas usarão sungão de uma só cor e qualquer cor opaca, com pelo menos 15 cm de altura na lateral, cobrindo todo o glúteo máximo e toda a área frontal, mas permitindo exibir as coxas. Nenhum ornamento na vestimenta será permitido. O uso de preenchimento em qualquer lugar da sunga é proibido.

2. Exceto por uma aliança de casamento, os atletas não usarão calçados, óculos, relógios, brincos, perucas, joias, enfeites que distraiam ou ajudas artificiais para a figura. Implantes ou injeções de fluidos que causem a mudança da forma natural de quaisquer partes ou músculos do corpo são estritamente proibidos e podem resultar na desclassificação do atleta.

5. Os chapéus são geralmente proibidos, mas se for exigido pelas regras oficiais do país representado por um atleta ou devido aos princípios religiosos observados por um atleta, uma cobertura pequena e justa sem viseira pode ser usada. Esta cobertura da cabeça deve ser mostrada no Registro Oficial do Atleta e aprovado pelo oficial designado da IFBB.

6.2 O uso de bronzeadores e bronzeadores que possam ser limpos não é permitido. Se o bronzeado desaparecer com a simples limpeza, o atleta não poderá entrar no palco. Podem ser usados colorantes corporais artificiais e produtos autobronzeadores. Métodos de bronzeamento de competição profissional (bronzeamento aerógrafo, bronzeamento por spray de cabine) podem ser usados se aplicados por empresas profissionais e pessoal qualificado. Brilhos, purpurina, pérolas metálicas brilhantes ou coloração dourada são proibidos, sejam aplicados como parte de uma loção bronzeadora ou aplicados separadamente, independentemente de quem os aplicou no corpo do atleta.

6.3 A aplicação excessiva de óleo no corpo é estritamente proibida; no entanto, óleos corporais e hidratantes podem ser usados com moderação.

6.4 O Árbitro Central da IFBB, ou um delegado por ele, terá o direito de decidir se a vestimenta de um atleta atende aos critérios estabelecidos nas regras e um padrão aceitável de estética. O atleta pode ser desclassificado se a vestimenta não os atender.

Artigo 7 – Pré-julgamento (Prévia): Avaliação e Pontuação do Round Eliminatório
7.1 Avaliação do Round Eliminatório:
Os mesmos critérios usados no julgamento do Round 1 (ver Artigo 10) serão usados no julgamento do Round Eliminatório.

1. Neste momento, os Árbitros avaliarão o físico geral quanto ao grau de proporção, simetria, contornos e qualidade muscular (densidade, nível de gordura corporal), bem como tom de pele. A pontuação para o Round Eliminatório será a seguinte:

7.2 A pontuação para o Round Eliminatório é realizada da seguinte forma.

1. Se houver mais de 15 atletas, os Árbitros devem selecionar os 15 primeiros colocando um “X” ao lado de seus números, usando o Formulário 1, intitulado “Round Eliminatório (Árbitros)”. O Árbitro Central da IFBB decide se o Round Eliminatório será necessário.

2. Usando o Formulário 2, intitulado "Round Eliminatório (Estatísticos)", os estatísticos transcreverão as seleções do Árbitro para esta folha e, então, registrarão as pontuações do Árbitro para selecionar os 15 melhores atletas.

3. Se houver empate entre dois ou mais atletas lutando para entrar no top 15, os atletas empatados serão trazidos de volta ao palco, e mais uma vez serão orientados através das quatro poses obrigatórias para desempatar.

4. Os 15 primeiros atletas avançarão para o Round 1. Se necessário, o Árbitro Central da IFBB pode diminuir o número de atletas qualificados para as Semifinais para 10 ou aumentar este número para 17. Nesses casos, um Round Eliminatório será realizado quando houver mais de 10 e 17 atletas em conformidade. A decisão será tomada e anunciada após o Registro Oficial dos Atletas.

Artigo 8 – Pré-julgamento (Prévia): Apresentação do Round 1 (Comparação das Poses Compulsórias)
O Round 1 não pode ser realizada se houver 7 ou menos atletas em uma categoria. A decisão será tomada pelo Árbitro Central e anunciada após o Registro Oficial do Atleta e será incluída na ordem de execução.

8.1 o Round 1 realizado da seguinte forma:

1. Todos os semifinalistas serão chamados ao palco como um grupo em uma única linha e em ordem numérica. Se o tempo permitir, cada semifinalista será apresentado por número, nome e país. A decisão será tomada pelo Árbitro Central, que informará o mestre da cerimônia ou o locutor.

2. A escalação será dividida em dois grupos de tamanhos iguais e posicionada no palco de forma que um grupo fique à esquerda do palco; o outro grupo fique à direita do palco. A parte central do palco ficará livre para fins de comparação.

3. Em ordem numérica, e em grupos de no máximo dez atletas por vez, cada grupo será direcionado para a área central do palco para realizar as seguintes quatro poses compulsórias iniciais:

a. Duplo bíceps de frente
b. Peitoral de perfil
c. Duplo bíceps de costas
d. Pose vácuo

Este grupo inicial de atletas desempenhando as quatro poses compulsórias destina-se a auxiliar os árbitros na avaliação de quais atletas participarão das comparações das sete poses compulsórias. Descrição detalhada das poses do Men´s Classic Physique são fornecidas no Apêndice 1 desta Seção.

4. Todos os Árbitros submetem suas sugestões individuais para a primeira comparação dos cinco melhores atletas ao Árbitro Central da IFBB. Com base neles, o Árbitro Central fará a primeira comparação. O número de atletas a serem comparados será determinado pelo Árbitro Central, mas não menos que três e não mais que dez atletas serão

comparados ao mesmo tempo. Em seguida, os Árbitros podem ser solicitados a enviar sugestões individuais para a segunda comparação dos próximos cinco atletas, incluindo atletas classificados no meio do grupo. O Árbitro Central da IFBB formará a segunda e a próxima comparação até que todos os atletas sejam comparados pelo menos uma vez. O número total de comparações será decidido pelo Árbitro Central da IFBB.

5. Todas as comparações individuais devem ser realizadas no centro do palco.

6. Nas comparações individuais do Round 1, formuladas pelo Árbitro Central, os atletas são instruídos a realizar as sete poses compulsórias:

a. Duplo bíceps de frente
b. Peitoral de perfil
c. Duplo bíceps de costas
d. Tríceps de perfil
e. Pose vácuo
f. Abdominais e coxas
g. Pose clássica à escolha do atleta (em uma posição frontal em pé, mas **NÃO** o "Mais Musculoso")

7. Após a conclusão da última comparação, toda a escalação é reformada em uma única linha, em ordem numérica, antes de sair do palco.

Artigo 9 – Pré-julgamento (Prévia): Pontuação do Round 1
9.1 Pontuação do Round 1
A pontuação do Round 1 é realizada da seguinte forma:

1. Usando o Formulário 3, intitulado "Colocações Individuais do Árbitro (Pré-julgamento - Prévia)", cada árbitro concederá a cada atleta uma classificação individual do primeiro ao último, garantindo que nenhum ou mais atletas recebem a mesma colocação. Os Árbitros podem usar o Formulário 4, intitulado "Notas Pessoais do Árbitro" para registrar sua avaliação sobre cada atleta.

2. Os estatísticos coletarão o Formulário 3 dos Árbitros e, em seguida, transcreverão as colocações de cada árbitro no Formulário 5, intitulado "Folha de Pontuação (Estatísticos)". Eles irão então descartar duas pontuações mais altas e duas mais baixas (se nove Árbitros) ou uma mais alta e uma mais baixa (se menos de nove Árbitros) para cada atleta e irão somar as pontuações restantes para produzir uma "Pontuação Secundária do Round 1" e um "Colocação do Round 1". O atleta com a menor pontuação fica com o primeiro lugar, enquanto o atleta com a maior pontuação fica com o último lugar.

3. Caso ocorra um empate na "Pontuação Parcial do Round 1", o empate será desfeito usando o "Método de Colocação Relativa".

***Nota**: O procedimento do Método de Colocação Relativa:*
As pontuações de cada árbitro individual para os atletas empatados serão comparadas coluna por coluna com um ponto sendo colocado no topo do número para o atleta com melhor colocação. Todas as pontuações dos nove Árbitros do painel regular (exceto os Árbitros alternativos) serão incluídas nos cálculos de desempate. O número de pontos

será computado para cada um dos atletas empatados. O atleta com o maior número de pontos será declarado vencedor do empate e receberá a melhor colocação.

4. A pontuação do Pré-julgamento (Prévia) será usada para colocar os 15 primeiros atletas do primeiro ao último lugar. Os 6 primeiros atletas do Pré-julgamento (Prévia) avançarão para as Finais e começarão as Finais com zero pontos.

5. Os 6 primeiros finalistas serão anunciados logo após o Pré-julgamento (Prévia).

Artigo 10 – Pré-julgamento (Prévia): Avaliação dos Rounds Eliminatório, 1 e 2 (Comparações das Poses Compulsórias)

10.1 Geral

Ao avaliar o físico de um atleta, um árbitro deve seguir um procedimento de rotina que permitirá uma avaliação abrangente do físico como um todo. Durante as comparações das poses compulsórias, o árbitro deve primeiro olhar para o grupo muscular primário a ser exibido. O árbitro deve então examinar todo o físico, começando pela cabeça, e olhando para cada parte do corpo em uma sequência descendente, começando com as impressões gerais, e procurando volume muscular, desenvolvimento equilibrado, densidade e definição.

A pesquisa descendente deve levar em conta a cabeça, pescoço, ombros, tórax, todo os músculos do braço, parte da frente do tronco para peitorais, deltóides, músculos abdominais, cintura, coxas, pernas, panturrilhas e pés. O mesmo procedimento para posturas de costas também levará na parte superior e inferior do trapézio, redondo e infraespinhoso, eretor da espinha, o grupo dos glúteos, o grupo bíceps femoral na parte de trás das coxas e panturrilhas e pés.

Uma avaliação detalhada dos vários grupos musculares deve ser feita durante as comparações, momento em que ajuda o árbitro irá comparar a forma muscular, densidade e definição, embora ainda tendo em mente o desenvolvimento geral equilibrado do atleta. As comparações das poses compulsórias não podem ser superestimadas, pois essas comparações ajudará o árbitro a decidir qual atleta tem o físico superior do ponto de vista do volume muscular, desenvolvimento equilibrado, densidade e definição muscular.

Em casos excepcionais, quando a estrutura anatômica de um competidor difere drasticamente dos critérios aceitos de condição corporal nos esportes físicos (abdômen dilatado, formato não natural dos músculos, ginecomastia, nível de gordura corporal muito alto etc.) o Árbitro Central tem o direito de impedir o atleta de competir ou desclassificá-lo em qualquer outro momento de sua apresentação no palco.

10.2 Avaliando o físico masculino:

Na avaliação do Pré-julgamento (Prévia), a forma geral e dos vários grupos musculares é importante. O árbitro deve favorecer os atletas com um físico clássico e harmonioso. O árbitro deve procurar boa postura e porte atlético, estrutura anatômica correta (incluindo estrutura corporal, ombros largos, tórax alto, curvas espinhais corretas, membros e tronco em boa proporção, pernas retas, não arqueadas ou com joelhos tortos).

O árbitro também deve procurar um bom tom de pele com ausência de cicatrizes cirúrgicas ou outras, manchas, acne ou tatuagens, que a IFBB considera como manchas

de pele, cabelo bem penteado, pés e dedos bem formados. Quando tiver dificuldade em colocar dois ou mais atletas que parecem estar no mesmo nível, o árbitro deve procurar por falhas nos aspectos listados acima do qual ajudará a diferenciar entre os atletas.
A descrição detalhada das poses compulsórias do Men´s Classic Physique pode ser encontrada no Apêndice 1 desta seção.

Artigo 11 – Finais
11.1 Os procedimentos para as Finais:
Os 6 melhores atletas do Pré-Julgamento (Prévia) avançam para as Finais, que consiste em dois Rounds do seguinte modo:

1. Round 2: Poses Compulsórias e Posedown
2. Round 3: Rotinas de Poses

11.2 A vestimenta para o Round 2 obedecerá aos mesmos critérios do Round 1 (ver Artigo 6).

***Nota**: Os atletas podem usar sungão diferente dos do Round 1; no entanto, eles ainda devem estar em conformidade com os padrões de bom gosto e decência descritos no Artigo 6.*

Artigo 12 – Finais: Apresentação do Round 2 (Poses Compulsórias e Posedown)
12.1 Apresentação do Round 2:
Os procedimentos para o Round 2 serão os seguintes:

1. Os 6 melhores finalistas serão trazidos ao palco em uma única linha e em ordem numérica. Cada finalista será apresentado por número, nome e país.

2. Os 6 melhores finalistas realizarão as sete poses compulsórias, em grupo e ao mesmo tempo, no meio do palco. Após a 7ª pose, o Árbitro Central inverterá a ordem dos atletas e repetirá as sete poses compulsórias mais uma vez. Esta parte do Round 2 será pontuada.

3. Assim que as poses compulsórias forem concluídas, o Árbitro Central da IFBB solicitará de 30 a 60 segundos de Posedown com música à escolha do Organizador. Esta parte do Round 2 não será pontuado.

4. Após o Posedown, os 6 melhores finalistas são realinhados em uma única linha, em ordem numérica, antes de sair do palco.

5. A descrição detalhada das poses compulsórias é fornecida no **Apêndice 1** desta Seção.

Artigo 13 – Finais: Pontuação do Round 2
13.1 Pontuação do Round 2:
A pontuação para o Round será a seguinte:

1. Os Árbitros, usando o Formulário 6, intitulado "Colocações Individuais dos Árbitros (Finais)", e usando os mesmos critérios de julgamento usados durante o Pré-julgamento (Prévia), colocarão os atletas do 1º ao 6º, não dando a dois atletas a mesma colocação.

2. Os estatísticos coletarão o Formulário 6 dos Árbitros e, em seguida, transcreverão as colocações do Árbitro no Formulário 5, intitulado "Folha de Pontuação (Estatísticos)". Eles irão então descartar duas pontuações mais altas e duas mais baixas (se nove Árbitros) ou uma mais alta e uma mais baixa (se menos de nove Árbitros) para cada atleta e somarão as pontuações restantes. Essas pontuações serão multiplicadas por 2 e será registrado na coluna marcada “Pontuação Secundária do Round 2”. Os pontos do Pré-Julgamento (Round 1) não são levados em consideração nas Finais. Cada atleta começa as Finais com “zero pontos”.

3. Empates na "Pontuação Secundária do Round 2" não precisam ser desfeitos imediatamente, pois a “Pontuação Secundária do Round 2” e será adicionada à “Pontuação Secundária da Round 3” para produzir uma “PONTUAÇÃO FINAL”.

Artigo 14 – Finais: Avaliação do Round 2
14.1 Avaliação do Round 2
Os mesmos critérios usados para julgar o Round 1 (ver Artigo 10) serão usados neste Round. Mais detalhes no Apêndice 1 desta seção. No entanto, os árbitros devem estar atentos ao fato de que um atleta pode apresentar uma condição diferente nas Finais em comparação com o Pré-julgamento (Prévia). Portanto, os árbitros devem garantir que este Round seja julgado por uma “nova” perspectiva, garantindo que todos os atletas recebam uma avaliação justa com base em sua condição corporal neste Round.

Artigo 15 – Finais: Apresentação do Round 3 (Rotina de Poses)
15.1 Procedimentos:
O Round 3 seguirá imediatamente após o Round 2. O Round 3 ocorrerá da seguinte forma:

1. Cada um dos 6 primeiros finalistas, em ordem numérica, realizará uma rotina de poses individuais com a música de sua escolha, de no máximo 60 segundos. Este Round será pontuado.

2. **Movimentos acrobáticos são estritamente proibidos**. Durante a rotina de poses, não é permitido o atleta pular ou levantar ambas as pernas do palco se não houver contato de qualquer outra parte do corpo com o solo no momento.

3. O uso de adereços é proibido.

4. A vestimenta para o Round 3 é um sungão, que deve obedecer aos mesmos critérios para os outros Rounds (ver Artigo 6).

Artigo 16 – Pontuação do Round 3
16.1 A pontuação para o Round 3 procederá da seguinte forma:

1. Usando o Formulário 6, intitulado "Colocações Individuais do Árbitro (Finais)", cada árbitro marcará os atletas nas classificações de 1 a 6, e não darão a mesma colocação a mais de um atleta.

2. Os árbitros podem usar o Formulário 4, intitulado "Notas Pessoais do Árbitro", para escrever notas sobre os atletas.

3. Os estatísticos coletarão o Formulário 6 dos árbitros e, em seguida, transcreverão as colocações no Formulário 5, intitulado "Folha de Pontuação (Estatísticos)", na seção Finais, Round.

3. Eles irão então descartar duas pontuações mais altas e duas mais baixas (se forem nove árbitros) ou uma mais alta e um mais baixo (se menos de nove árbitros) para cada atleta, irá somar o restante das cinco pontuações e escreverá o total na coluna marcada “Pontuação do Round 3”.

4. Eles irão, então, adicionar a "Pontuação Parcial do Round 2" e a "Pontuação Parcial do Round 3" para produzir uma “PONTUAÇÃO FINAL”. Pontos do Pré-Julgamento (Round 1) não são levados em consideração nas finais. Cada competidor começa as Finais com “zero pontos”. Eles irão então marcar uma colocação para cada atleta na coluna marcada “COLOCAÇÃO FINAL”. O atleta com a menor "PONTUAÇÃO FINAL" é premiado com o primeiro lugar, enquanto o atleta com a “PONTUAÇÃO FINAL” mais alta é atribuída ao 6º lugar.

5. Empates na "Pontuação Secundária do Round 3" não precisam ser desfeitos imediatamente, pois a “Pontuação Secundária do Round 3” será adicionada à “Pontuação Secundária do Round 2” para produzir uma “PONTUAÇÃO FINAL”.

6. Caso ocorra um empate na "PONTUAÇÃO FINAL", o empate será desfeito usando a Subtotal do Round 2. Se ainda houver empate, o método de "Colocação Relativa" será usado e o “Subtotal da Round 2” do atleta (ver Artigo 9, ponto 3).

Artigo 17 – Finais: Avaliação do Round 3
17. 1 O Round 3 é avaliado usando os seguintes critérios:

1. Os árbitros irão avaliar cada atleta em quão bem eles exibem seu físico à música. Cada árbitro avalia a rotina de poses com vista à exibição de muscularidade, definição, estilo, personalidade, coordenação atlética e desempenho geral. Os árbitros procuram uma rotina suave, artística e bem coreografada, que pode incluir qualquer número de poses; no entanto, as poses compulsórias devem ser incluídas. O atleta também deve incluir poses intermitentes para mostrar o desenvolvimento muscular de seu físico. *“Moon” poses (Flexão do tronco expondo os glúteos para cima) e puxar a sunga de modo a exibir a parte superior interna do quadríceps ou o glúteo máximo é proibido.*

2. Os árbitros são lembrados de que, durante este Round, eles estão avaliando 50% do físico e 50% rotina.

Artigo 18 – Finais: Cerimônia de Premiação
18.1 Cerimônia de premiação:
Os 6 melhores finalistas serão chamados ao palco para participar da cerimônia de premiação. O mestre de cerimônia anunciará o número, nome e país da atleta na 6ª colocação e continuará para a atleta em 1º lugar.
O Presidente da IFBB, ou o principal oficial da IFBB na competição, acompanhado pelo outro oficial (s) convidado (s) por ele para participar desta cerimônia, apresentarão as medalhas da IFBB e / ou troféus para os vencedores.

Será tocado o hino nacional (versão abreviada) do país vencedor do 1º lugar imediatamente após o recebimento do (s) prêmio (s) de primeiro lugar. Após o hino nacional, os finalistas são obrigados a permanecer no palco por um breve período para propósitos fotográficos, e para seguir os comandos do Árbitro Central ou diretor de palco da IFBB. Durante a cerimônia de premiação, os atletas não estão autorizados a exibir a bandeira de seu país.

Espera-se que os atletas aceitem seus lugares, medalhas e / ou prêmios e participem da cerimônia de premiação até o fim (sessão de fotos). Atletas, que se manifestam ostensivamente sua desaprovação e / ou deixar o palco antes do final da cerimônia de premiação, pode ser desqualificado.
A descrição detalhada da cerimônia de premiação está disponível na Seção 1: Regras Gerais, Artigo 16.

Artigo 19 – Categoria Overall e Premiação
19.1 Na Men´s Classic Physique, a Categoria Overall é conduzida em:
a. Sênior Men´s Classic Physique (para um máximo de cinco campeões)
b. Júnior Men´s Classic Physique (para um máximo de dois campeões)
c. Máster Men´s Classic Physique (para um máximo de três campeões)

19.2 A categoria Overall irá proceder da seguinte forma:

1. Imediatamente após a cerimônia de premiação da última categoria do Men´s Classic Physique, todos os vencedores das categorias serão trazidos ao palco em ordem numérica e em uma única linha.

2. O Árbitro Central da IFBB dirigirá os atletas durante as sete poses compulsórias realizadas no centro do palco, em ordem numérica e então em ordem reversa.

3. Após a conclusão das poses compulsórias, os atletas farão 30 a 60 segundos de Posedown e sairão do palco.

4. Os Árbitros usarão o Formulário 6, intitulado "Colocações Individuais dos Árbitros (Finais)". Cada árbitro concederá a cada atleta uma colocação individual do primeiro ao último lugar, garantindo que dois ou mais atletas não recebam a mesma colocação.

5. Usando o Formulário 5, intitulado “Folha de Pontuação (Estatísticos)”, com nove Árbitros, duas pontuações mais altas e duas mais baixas serão descartadas. As pontuações restantes serão adicionadas para produzir uma “Pontuação Geral da Categoria” e um “Colocação da Categoria Overall”.

6. Caso ocorra um empate na “Pontuação da Categoria Overall”, o empate será desfeito usando o “Método de Colocação Relativa” para esta categoria (ver Artigo 9, ponto 3).

7. O “Campeão Overall” será anunciado e o troféu Geral da IFBB será apresentado a ele pelo Presidente da IFBB ou oficial da IFBB no campeonato. O troféu será fornecido pela Federação Nacional organizadora.

Artigo 20 – Resultados da Classificação das Equipes e Premiação

20.1 Melhores Seleções Nacionais:

A pontuação das Melhores Seleções Nacionais inclui:

- Os top 3 atletas da Men´s Classic Physique no Campeonato Mundial de Bodybuilding.
- Os Top 2 da categoria Máster Men´s Classic Physique nos Campeonatos Mundiais Másters: *

Campeonato Mundial Júnior: *

- Top 1 da categoria Júnior Men´s Bodybuilding de 16 a 20 anos
- Top 1 da categoria Júnior Men´s Bodybuilding de 21 a 23 anos

* - Se as categorias forem combinadas, a melhor pontuação das equipes inclui tantos atletas vencedores quanto o número de categorias.

O procedimento detalhado dos cálculos de classificação das equipes está disponível na Seção 1:Regras Gerais, Artigo 18. Os delegados-chefes ou dirigentes de equipe dos 3 principais países aceitarão os prêmios em nome de seus países.

Publicação dos Resultados - de acordo com a Seção 1: Regras Gerais, Artigo 19.

APÊNDICE 1: DESCRIÇÃO DETALHADA DAS SETE POSES COMPULSÓRIAS

1.1 POSES COMPULSÓRIAS DA MEN´S CLASSIC PHYSIQUE:

1. Duplo bíceps de frente

Em pé de frente para os árbitros, com uma perna 40-50 cm para frente e para o lado, o atleta levantará ambos os braços ao nível dos ombros e os flexionará na altura dos cotovelos. As mãos devem estar apertadas e viradas para baixo de modo a causar uma contração dos músculos do bíceps e do antebraço, que são os principais grupos

musculares que devem ser avaliados nesta postura. Além disso, o atleta deve tentar contrair tantos outros músculos quanto possível já que os árbitros examinarão todo o físico, da cabeça aos pés.

O árbitro examinará primeiro os músculos do bíceps em busca de um desenvolvimento completo e máximo do músculo, observando se há ou não uma divisão definida entre as seções anterior e o posterior do bíceps, e continuará a pesquisa da cabeça aos pés, observando o desenvolvimento dos antebraços, deltóides, peitorais, ligação do peitoral com os ombros, abdominais, coxas e panturrilhas. O árbitro também observará a densidade muscular, definição e equilíbrio geral.

2. Peitoral de perfil

O atleta pode escolher qualquer um dos lados para esta pose, a fim de exibir o “melhor” braço. Ele ficará com o lado esquerdo ou direito em direção aos árbitros e flexionará o cotovelo mais próximo dos árbitros em uma posição de ângulo reto, com o punho cerrado e, com a outra mão, segurando o pulso. A perna mais próxima dos árbitros estará com o joelho flexionado e descansará nos dedos dos pés. O atleta irá então expandir o tórax e, por pressão para cima, do braço da frente e contrairá o bíceps tanto quanto possível. Ele também vai contrair os músculos da coxa, em particular, o grupo do bíceps femoral, e por pressão para baixo nos dedos dos pés, exibirá os músculos da panturrilha contraídos.

O árbitro prestará atenção especial aos músculos peitorais e ao arco da caixa torácica, o bíceps, o bíceps da perna e as panturrilhas, e terminará a avaliação com a cabeça aos pés. Nesta postura, o árbitro será capaz de examinar os músculos da coxa e da panturrilha em perfil, o que ajudará a classificar seu desenvolvimento comparativo com mais precisão.

3. Duplo bíceps de costas

De costas para os árbitros, o atleta flexionará os cotovelos e pulsos como na postura do duplo bíceps frontal, e colocará um pé para trás, apoiado nos dedos. Ele vai em seguida, contrair os músculos do braço, bem como os músculos dos ombros, superiores e inferiores, músculos das costas, coxa e panturrilha.

O árbitro examinará primeiro os músculos do braço e, em seguida, fará a avaliação da cabeça aos pés, o qual há mais grupos de músculos para olhar do que em todas as outras poses. Isso inclui pescoço, deltóides, bíceps, tríceps, antebraço, trapézio, redondo, infraespinhoso, eretor da espinha, oblíquos externos, latíssimo do dorso, glúteo, bíceps da coxa e panturrilhas. Esta pose, provavelmente mais do que as outras, ajudará o árbitro a determinar a qualidade do músculo do atleta, densidade, definição e equilíbrio geral.

4. Tríceps de perfil

O atleta pode escolher qualquer um dos lados para esta pose de forma a mostrar o “melhor” braço. Ele ficará com o lado esquerdo ou direito em direção aos árbitros e

colocará os dois braços atrás de suas costas, entrelaçando os dedos ou segurando o braço dianteiro pelo pulso com a mão traseira. A perna mais próxima dos árbitros estará com o joelho flexionado e a sola do pé estará apoiado no chão. A perna mais distante dos árbitros se move para trás e o pé se apoia na ponta dos pés. O atleta irá exercer pressão contra o braço dianteiro, fazendo com que o músculo tríceps se contraia. Ele também vai levantar o peito e contrair os músculos abdominais, bem como os músculos da coxa e da panturrilha.

O árbitro irá primeiro examinar os músculos do tríceps e concluir com a avaliação da cabeça aos pés. Nesta pose, o árbitro será capaz de examinar o perfil dos músculos da coxa e panturrilha, o que ajudará a classificar seu desenvolvimento comparativo com mais precisão.

5. Pose de vácuo

Esta é uma nova pose compulsória. Ficando de frente para os árbitros, o atleta colocará ambos os braços atrás da cabeça e colocará os pés juntos. Em seguida, ele executará a "Pose Vácuo de Frente", desta forma: ele deve expirar profundamente, puxando os abdominais para dentro, puxando o umbigo para a coluna, o que é chamado de "vácuo", ao mesmo tempo flexionando o músculo transverso interno, flexionando as pernas, tronco e braços também. Músculos abdominais (reto abdominal) não estão contraídos nesta postura.

6. Abdominais e coxas

Ficando de frente para os árbitros, o atleta colocará ambos os braços atrás da cabeça e colocará uma perna à frente. Ele então contrairá os músculos abdominais "flexionando" o tronco ligeiramente para a frente. Ao mesmo tempo, ele contrairá os músculos das coxas. O árbitro examinará os músculos abdominais e da coxa e, em seguida, concluirá com a avaliação da cabeça aos pés.

7. Pose clássica de escolha do atleta

Em pé de frente para os árbitros, o atleta irá realizar uma de suas Poses Clássicas de frente favoráveis, **mas não o "mais musculoso**". Ele irá então contrair o principal grupo muscular apresentando nesta Pose, bem como os outros músculos, se possível. Os atletas estão autorizados a realizar apenas uma pose nesta apresentação.