



Confederação Brasileira de Musculação,
Fisiculturismo e Fitness

**CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA
DE MUSCULAÇÃO, FISICULTURISMO E FITNESS**



Confederação Brasileira de Musculação,
Fisiculturismo e Fitness

CADEIRANTE



O fisiculturismo cadeirante masculino foi oficialmente reconhecido como uma disciplina esportiva pela IFBB Congresso Internacional em Manama, Bahrain, 6 de novembro de 2008.

1.1 Geral:

As regras da IFBB para fisiculturismo cadeirante masculino consistem em regulamentos, políticas, diretrizes e decisões destinadas a orientar a IFBB e seus Membros na administração do esporte do culturismo masculino em cadeira de rodas.

1.2 Regras:

Certas regras administrativas e técnicas que aparecem na Seção 1: Regras Gerais são as mesmas para o fisiculturismo cadeirante masculino e, portanto, não são repetidos nesta seção.

Após a decisão do Congresso da IFBB tomada na reunião de 2013 em Marrakesh, Marrocos, O fisiculturismo cadeirante masculino não será temporariamente incluído no campeonato mundial; no entanto, permanecerá nos níveis continental e nacional.

As responsabilidades dos organizadores para atletas e delegados são determinadas pela Continental Federações Nacionais e Federais e serão fornecidas no Relatório de Inspeção publicado antes para cada evento

CATEGORIAS

- **Mundial:**
 - Categoria única

 - **Sul-américa:**
 - Cadeirante I: lesão parcial (Atleta é semi-dependente da cadeira de rodas)
 - Cadeirante II: (Atleta é totalmente dependente da cadeira de rodas)
- ✓ O grau de lesão deverá ser comprovado por laudo médico apresentado durante a pesagem.
-

ROUNDS

No fisiculturismo cadeirante masculino terá 4 rounds

- Pré-julgamento: Eliminatória – atletas farão 4 poses obrigatórias
 - Round 1: Semifinal – atletas farão 4 poses obrigatórias e 7 poses compulsórias.
 - Round 2: Final físico – atletas farão 7 poses compulsórias e posedown.
 - Round 3: Final coreografia – Rotina coreográfica de 60 segundos.
-

PROCEDIMENTO DA COMPETIÇÃO

Os atletas entram no palco em uma linha única, do começo ao fim. Por razões técnicas, os competidores entram no palco como um grupo e permanecem nele até o final da cerimônia de vitória.

ELIMINATÓRIA

Um cronograma para pré-julgamentos e finais da categoria deve ser publicado após o registro oficial do atleta. Para dar aos atletas tempo para aquecer e trocar de roupa. Os competidores devem estar nos bastidores e área de aquecimento pelo menos 60 minutos antes da hora de início do julgamento de sua categoria. Tudo os concorrentes serão os únicos responsáveis por garantir que estejam presentes e preparados para competir quando sua categoria for chamada para subir no palco, da qual eles podem ser eliminados a competição.

A eliminatória será realizada quando houver mais de 15 concorrentes em sua categoria. O árbitro central decide se a rodada eliminatória será necessária. A rodada eliminatória será realizada da seguinte forma:

- Toda a formação é colocada no palco, em ordem numérica, ou duas linhas, se necessário.
- A formação é dividida em dois grupos de tamanho igual e é posicionada no palco de modo que um grupo fica à esquerda do palco; o outro grupo está à direita do palco. O Centro do palco é deixado aberto para as comparações.
- Em ordem numérica e em grupos de no máximo oito competidores por vez, o grupo é direcionado para a área central do palco para executar as quatro Poses obrigatórias a seguir:
 - De frente, duplo bíceps.
 - De perfil, peitoral.
 - De costas, duplo bíceps.
 - De frente, abdominais.

Nota 1: As descrições detalhadas das poses obrigatórias serão explicadas mais abaixo.

Nota 2: Os competidores não mascarão chiclete ou outros produtos enquanto estiverem no palco.

Nota 3: Os competidores não beberão líquidos enquanto estiverem no palco.

- Após a conclusão de quatro poses obrigatórias, toda a formação é dividida em duas partes iguais grupos posicionados em ambos os lados do palco, deixando a parte central do palco para fins de comparação.

VESTIMENTA

A vestimenta para todas as rodadas deve atender às seguintes diretrizes:

- Os competidores usarão calças compridas de uma cor, folgadas e longas, limpas e decentes. A cor, o tecido e o estilo serão deixados à critério do competidor. Os concorrentes usarão calçados esportivos.
- Com exceção de uma aliança, os concorrentes não usarão óculos, relógios, pingentes, brincos, perucas, ornamentos distrativos ou auxílios artificiais à figura. Implantes ou líquidos injeções que causam a alteração da forma natural de quaisquer outras partes ou músculos são estritamente proibidos e pode resultar na desqualificação do competidor.
- É estritamente proibido o uso de adereços durante a apresentação de pré-julgamento ou finais.
- Não é permitido o uso de bronzeadores que saiam simplesmente limpando. Caso isso aconteça, o atleta não poderá entrar no palco. Poderão ser usado bronzeadores permitidos pela IFBB. Métodos de bronzeamento profissional (bronzeamento por aerógrafo, bronzeamento por cabine) pode ser usado se aplicado pelo profissional empresas e pessoal qualificado. Brilhos, glitter, pérolas metálicas brilhantes ou coloração dourada são proibidos se aplicados como parte de uma loção para bronzeamento ou aplicados separadamente, independentemente de quem os aplicou no corpo do concorrente.
- A aplicação excessiva de óleo no corpo é estritamente proibida; no entanto, os óleos corporais e hidratantes podem ser usados com moderação.
- O árbitro central, ou alguém delegado por ele, terá o direito de fazer decisão se o traje de um competidor atender aos critérios estabelecidos nas Regras e padrões aceitáveis de estética. O atleta pode ser desqualificado se o traje não atender esses quesitos.

PRÉ-JULGAMENTO: AVALIAÇÃO E PONTUAÇÃO DA RODADA DE ELIMINAÇÃO

AVALIAÇÃO DA RODADA ELIMINATÓRIA:

Os mesmos critérios usados para julgar o Round 1 (explicado abaixo), serão usados para julgar o Round eliminatório.

- Nesse momento, os juízes avaliarão a parte superior do corpo do competidor quanto ao grau proporção, simetria, tamanho e qualidade muscular (densidade, separação, definição), bem como como tom de pele. A pontuação da Rodada Eliminatória será a seguinte:

PONTUAÇÃO DA RODADA ELIMINATÓRIA:

A pontuação da Rodada Eliminatória é realizada da seguinte forma:

- Se houver mais de 15 competidores, os juízes selecionarão os 15 melhores, colocando um "X" ao lado de seus números. O árbitro principal decide se a Rodada de Eliminação será necessária.
 - Os estatísticos transcrevem as seleções dos juízes e então contabilizará as pontuações para seleccione os 15 principais competidores. Se houver um empate entre dois ou mais atletas lutando para entrar nos 15 primeiros, os atletas serão trazidos de volta ao palco e serão novamente direcionados pelos quatro poses obrigatórias para desempatar.
 - Apenas os 15 principais competidores avançarão para as semifinais (primeira rodada), se o árbitro principal não decidiu permitir que mais competidores entrassem nas semifinais.
-

SEMIFINAIS

APRESENTAÇÃO ROUND 1 – COMPARAÇÕES DAS POSES OBRIGATÓRIAS

O Round 1 não pode ser realizado se houver 6 ou menos competidores em uma categoria. A decisão será feita pelo árbitro principal e será anunciada após o registro oficial do atleta e será incluído na ordem de execução.

O Round 1 será da seguinte maneira:

- Todos os 15 semifinalistas formarão uma única linha e em ordem numérica.
- A formação será dividida em dois grupos de tamanho igual e será posicionada no palco para que um grupo fique à esquerda do palco; o outro grupo fique à direita do palco. A parte central do palco será deixada aberta para fins de comparação.
- Em ordem numérica e em grupos de não mais que dez competidores por vez, cada grupo será direcionado para a área do centro do palco para realizar as quatro poses obrigatórias descritas a seguir:
 - De frente, duplo bíceps.
 - De perfil, peitoral.
 - De costas, duplo bíceps.
 - De frente, abdominais.
- ✓ Esse grupo inicial de competidores e o desempenho das quatro Poses obrigatórias, destina-se a auxiliar os juízes na determinação de quais competidores participarão comparações das sete poses obrigatórias.
- Todos os árbitros enviam suas proposições individuais para a primeira comparação dos cinco principais atletas ao Árbitro Central. Com base neles, o Árbitro Central formará a primeira comparação. O número de atletas a serem comparados será determinado pelo juiz principal, mas não menos que três e não mais que dez concorrentes serão comparados a qualquer momento. Em seguida, os juízes podem ser solicitados a enviar proposições individuais para a segunda comparação dos cinco atletas seguintes, incluíam competidores no meio do grupo. A Árbitro Central formará a segunda e a próxima comparação até que todos os competidores sejam comparados pelo menos uma vez. O número total de comparações será decidido pelo Árbitro Central.
- Todas as comparações serão realizadas no centro do palco.
- Na Rodada 1, comparações individuais, formuladas pelo Árbitro Central, os concorrentes são orientados a executar as sete Poses obrigatórias a seguir:
 - De frente, duplo bíceps.
 - De frente, expansão de dorsais.
 - De perfil, peitoral.
 - De costas, duplo bíceps.
 - De costas, expansão de dorsais.
 - De perfil, tríceps.
 - De frente, abdominais.
- Após a conclusão da última comparação, todos os competidores retornarão aos seus lugares em linha e permanecerão no palco.

PONTUAÇÃO DO ROUND 1

A pontuação para o Round 1 será da seguinte maneira:

- Usando o Formulário 3 (súmula de semifinal), intitulado "Posicionamentos individuais do juiz (pré-julgamento)", cada juiz concederá para cada competidor uma colocação, colocando de 1 ao último, garantindo que não haja dois ou mais os concorrentes com a mesma colocação.

- Os estatísticos coletarão as súmulas dos árbitros e depois transcreverão as colocações de cada árbitro no formulário 5, intitulado "Score Sheet (Statisticians)". Eles então descartam duas pontuações mais alta e mais baixa (se nove juízes) ou uma mais alta e outra mais baixa (se menor que nove juízes) para cada competidor, e somará as notas restantes para produzir uma "Subscore da Rodada 1" e um "Lugar da Rodada 1". O competidor com o menor escore é 1º lugar, enquanto o competidor com a maior pontuação é o último Lugar.
- Se ocorrer um empate no "Sub-placar da Rodada 1", o empate será quebrado usando o "Método de posicionamento".

Nota: O procedimento do método de posicionamento relativo:

As pontuações de cada juiz individual para os atletas empatados serão comparadas coluna a coluna com um ponto sendo colocado em cima do número para o atleta com melhor colocação. Todas as nove pontuações regulares dos juízes do painel (exceto juízes alternativos) serão incluídas nos cálculos de desempate. O número de pontos será computado para cada um dos atletas. O atleta com maior número de pontos será declarado vencedor do empate e, em seguida, receberá a melhor colocação.

- As pontuações do Pré-Julgamento serão usadas para colocar os 15 melhores competidores do 1º ao último lugar. Os 6 principais concorrentes do pré-julgamento avançarão para o Finais e iniciarão as Finais com zero pontos.
- Os 6 principais finalistas serão anunciados logo após o Pré-julgamento. Esses 6 principais finalistas serão solicitados que fiquem no palco, enquanto os outros competidores deixarão o palco neste momento.

DESCRIÇÃO DAS 7 POSES COMPULSÓRIAS

DE FRENTE, DUPLO BÍCEPS



Sentado na cadeira de rodas, de frente para os árbitros, o competidor levantará os dois braços ao nível dos ombros e dobrando nos cotovelos. As mãos devem estar fechadas e viradas para baixo, de modo a causar contração dos músculos bíceps e antebraço, que são os principais grupos musculares que devem ser avaliados nessa pose. Além disso, o competidor deve tentar de contrair o maior número possível de músculos que os juízes estiverem examinando na parte superior do corpo, da cabeça aos quadris.

O árbitro examinará primeiro os músculos bíceps procurando um desenvolvimento completo do músculo, observando se existe ou não uma divisão definida entre o anterior e a seção posteriores do bíceps e continuará a pesquisa da cabeça aos pés observando o desenvolvimento dos antebraços, deltóides, peitorais, separação entre peitoral e ombros, e abdominais. O árbitro também procurará densidade muscular, definição e equilíbrio geral.

DE FRENTE, EXPANSÃO DE DORSAIS



Sentado em sua cadeira de rodas, de frente para os árbitros, o competidor colocará as mãos ou punhos cerrados, contra ou segurando a cintura inferior ou oblíqua e expandirá os músculos latíssimo do dorso. Ao mesmo tempo, o competidor deve tentar contrair o maior número possível de músculos.

O árbitro deve primeiro verificar se o competidor pode mostrar uma boa expansão do latíssimo do dorso, criando um tronco em forma de V. Então o árbitro deve continuar com a pesquisa da cabeça aos quadris, observando primeiro os aspectos gerais do corpo e depois concentrando-se nos aspectos mais detalhados dos vários grupos musculares.

DE PERFIL, PEITORAL



Sentado na cadeira de rodas, o competidor pode escolher um dos lados para esta pose, a fim de exibir o “melhor” braço. Ele sentará com o lado esquerdo ou direito em direção aos árbitros e dobrará o braço mais próximo dos árbitros para uma posição em ângulo reto, com o punho cerrado e, com o punho lado, agarrará o pulso. O competidor então expandirá o tórax e, fará pressão para cima do braço dobrado da frente e contraindo o bíceps o máximo possível.

O árbitro dará atenção especial aos músculos peitorais e ao arco da caixa torácica, bíceps e terminará com o exame da cabeça aos quadris.

DE COSTAS, DUPLO BÍCEPS



Sentado na cadeira de rodas, de costas para os árbitros, o competidor dobrará os braços e pulsos, como na pose do duplo bíceps de frente. Ele então contrai os músculos do braço como bem como os músculos dos ombros, parte superior e inferior das costas.

O árbitro examinará primeiro os músculos do braço e depois fará a pesquisa da cabeça aos quadris, para avaliar outros grupos musculares visíveis nessa pose. Isso inclui pescoço, deltóides, bíceps, tríceps, antebraço, trapézio, redondo maior e menor, infraespinal, erector da coluna, oblíquos externos e latíssimo do dorso. Essa pose, provavelmente mais do que as outras, ajudará o árbitro para determinar a qualidade da densidade muscular, definição e balanço geral.

DE COSTAS, EXPANSÃO DE DORSAIS



Sentado na cadeira de rodas, de costas para os árbitros, o competidor colocará as mãos na cintura, com os cotovelos bem abertos. Ele então contrairá o latíssimo do dorso tão que possível.

O árbitro procurará uma boa expansão do latíssimo do dorso, mas também uma boa densidade e será concluída novamente com a pesquisa da cabeça aos quadris.

DE PERFIL, TRÍCEPS



O competidor pode escolher um dos lados para esta pose, de modo a mostrar o braço "melhor". Sentado na cadeira de rodas, com o lado esquerdo ou direito voltado para os árbitros, ele colocará os dois braços atrás das costas, ligando os dedos ou segurando o braço dianteiro pelo pulso com o mão traseira. O competidor exercerá pressão contra o braço da frente, causando assim a contração músculo tríceps. Ele também irá levantar o peito e contrair o abdome músculos

O juiz examinará primeiro os músculos tríceps e concluirá com a cabeça nos quadris exame.

DE FRENTE, ABDOMINAIS



Sentado na cadeira de rodas, de frente para os juízes, o competidor colocará os dois braços atrás da cabeça. Ele então contrai os músculos abdominais "esmagando" o tronco ligeiramente para a frente.

O juiz examinará os músculos abdominais e depois concluirá com a cabeça nos quadris exame.

AValiação DA RODADA ELIMINATÓRIA, ROUND 1 E ROUND 2 (COMPARAÇÃO DAS POSES OBRIGATÓRIAS)

GERAL

Ao avaliar a parte superior do corpo de um competidor, o árbitro deve seguir um procedimento de rotina o que permitirá uma avaliação abrangente da parte superior do corpo como um todo. Durante as comparações das poses obrigatórias, o árbitro deve primeiro observar o músculo primário sendo exibido. O árbitro deve então examinar toda a parte superior do corpo, começando da cabeça, e olhando para todas as partes do corpo em uma sequência descendente, começando com impressões gerais e procurando massa muscular, equilíbrio desenvolvimento, densidade muscular e definição.

A pesquisa para baixo deve incluir a cabeça, pescoço, ombros, peito, todo o braço, músculos, frente do tronco para peitorais, ligação entre peito e ombros, abdômen e cintura. O mesmo procedimento para poses de costas também incluirá os trapézios superior e inferior, redondo maior e menor, infra-espinhoso e eretores da coluna.

Uma avaliação detalhada dos vários grupos musculares deve ser feita durante as comparações, que ajuda o árbitro a comparar a forma, a densidade e a massa muscular definição, mantendo em mente o desenvolvimento equilibrado geral do concorrente. As comparações das Poses Obrigatórias não podem ser superestimadas, pois essas comparações ajudarão ao Árbitro a decidir qual competidor possui o físico superior do ponto de vista do volume muscular, desenvolvimento equilibrado, densidade e definição muscular.

AVALIANDO O FÍSICO MASCULINO

Na avaliação do pre-julgamento, a forma geral e a dos vários grupos musculares é importante. O árbitro deve favorecer competidores com uma parte superior do corpo clássica. O árbitro deve procurar boa postura e postura atlética, estrutura anatômica correta (incluindo estrutura corporal, ombros largos, tórax alto, curvas vertebrais corretas, membros e tronco em boa proporção).

O juiz também deve procurar um bom tom de pele com ausência de procedimentos cirúrgicos ou outras cicatrizes, manchas, acne ou tatuagens, consideradas pela IFBB como manchas na pele, cabelo bem arrumado. Ao ter dificuldade em colocar dois ou mais concorrentes que parecem estar no mesmo nível, o juiz deve procurar falhas nos aspectos listados acima que ajudarão diferenciar entre os concorrentes.

FINAIS

PROCEDIMENTOS DAS FINAIS

Os 6 principais atletas do pré-julgamento avançam para as finais, que consistem em dois rounds da seguinte forma:

- Round 2: Poses compulsórias e posedown
- Round 3: Rotina coreográfica

- ✓ A vestimenta para o Round 2 obedecerá os mesmo critérios do Round 1.

ROUND 2: POSES COMPULSÓRIAS E POSEDOWN

A Rodada 2 seguirá imediatamente a Rodada 1. Os procedimentos para a Rodada 2 serão os seguintes:

- Os 6 finalistas serão posicionados no centro do palco. Cada finalista será chamado por número, país e nome.
- Os 6 finalistas realizarão as 7 Poses Obrigatórias, em grupo e ao mesmo tempo. Após a 7ª pose, o Árbitro Central reverterá a ordem dos competidores e repetirá as sete Poses obrigatórias mais uma vez. Esta parte da segunda rodada será pontuada.
- Assim que as Poses Obrigatórias forem concluídas, o árbitro central solicitará o Posedown de 30 a 60 segundos com música da escolha do organizador. Esta parte da segunda rodada não será pontuado.

- Após o Posedown, os 6 finalistas são posicionados em uma única linha, em ordem numérica no lado direito ou esquerdo do palco.

PONTUAÇÃO DO ROUND 2

A pontuação para a Rodada 2 será da seguinte maneira:

- Os árbitros, usando o Formulário 6 (súmula de finais), intitulado "Posicionamentos individuais do juiz (finais)", e usando os mesmos critérios de julgamento usados durante o pré-julgamento, colocarão os competidores do 1º a 6, sem à dois atletas a mesma colocação.
- Os estatísticos coletarão o Formulário 6 dos juízes e depois transcreverão as colocações no formulário 5, intitulado "Score Sheet (Statisticians)". Eles então descartam duas pontuação mais alta e mais baixa (se nove juízes) ou uma mais alta e outra mais baixa (se menor que nove juízes) para cada competidor e somará a pontuação restante. Essas pontuações serão multiplicadas por 2 e será gravado na coluna marcada como "Pontuação da Rodada 2". Os pontos do Pré-Julgamento (Rodada 1) não são levados em consideração nas Finais. Cada competidor começa a final com "zero pontos".
- Os empates no "Subscore do Round 2" não precisam ser imediatamente quebrados, pois o "Subscore do Round 2" será adicionado ao "Subscore do Round 3" para produzir um "SCORE FINAL".

AVALIAÇÃO DO ROUND 2

Os mesmos critérios usados no julgamento do Round 1 serão usados nesta rodada.

ROUND 3: ROTINA COREOGRÁFICA

O Round 3 seguirá imediatamente a Rodada 2, e realizada da seguinte forma:

- Cada um dos 6 finalistas, em ordem numérica, executará uma rotina de apresentação individual música de sua escolha, até um máximo de 60 segundos. Este round será avaliado.
- O uso de adereços é proibido.
- O traje para o Round 3 é calça de treinamento, que deve estar de acordo com os mesmos critérios de as outras rodadas

PONTUAÇÃO DO ROUND 3

A pontuação para o Round 3 será a seguinte:

- Usando o Formulário 6 (súmula de finais), intitulado "Posicionamentos individuais do juiz (finais)", cada árbitro marcará os competidores em colocações de 1 a 6 e não dará a mais de um atleta a mesma colocação.
- Os árbitros podem usar o Formulário 4, intitulado "Notas pessoais do juiz", para escrever notas sobre os atletas.
- Os estatísticos coletarão o Formulário 6 dos juízes e depois transcreverão as colocações no formulário 5, intitulado "Score Sheet (Statisticians)", na seção Final Round 3. Eles descartarão duas pontuações mais altas e duas mais baixas (se nove juízes) ou uma mais alta e um mais baixa (se houver menos de nove juízes) para cada competidor, somarão restantes cinco pontuações e escreverá o total sob a coluna marcada "Subscore Round 3".
- Eles adicionarão o "Subscore Round 2" e o "Subscore Round 3" para produzir um "RESULTADO FINAL". Pontos do pré-julgamento (Rodada 1) não são levados em consideração nas finais. Cada competidor começa a final com "zero pontos". Eles marcarão uma colocação para cada competidor na coluna marcada "LOCAL FINAL". O concorrente com o menor "FINAL SCORE" é premiado com o 1º lugar, enquanto o competidor com a "PONTUAÇÃO FINAL" mais alta recebe o 6º lugar.

- Os empates no "Subscore Round 3" não precisam ser quebrados imediatamente, pois o Subscore "será adicionado ao "Subscore Round 2 "para produzir um" FINAL SCORE ".
- Se ocorrer um empate na "PONTUAÇÃO FINAL", o empate será desfeito usando a Subscore Round 2. Se ainda existir um empate, o "Método de posicionamento relativo" será usado e a "Pontuação da segunda rodada do atleta"

AVALIAÇÃO DO ROUND 3

O Round 3 será avaliado usando os seguintes critérios:

- Nas Finais, os árbitros avaliarão cada competidor sobre quão bem eles exibem seu físico para a música. O árbitro procurará um trabalho suave, artístico e bem coreografado rotina que pode incluir qualquer número de poses; no entanto, as poses obrigatórias devem ser incluído.
- Os juízes são lembrados de que, durante esta rodada, estão julgando 50% do físico e Rotina de 50%.

ROTAÇÃO DOS ATLETAS

A rotação das atletas é realizada de qualquer uma das formas indicadas abaixo:



PREMIAÇÃO



CERIMÔNIA DE PREMIAÇÃO

Para a cerimônia de premiação, os 6 finalistas serão chamados ao palco. Eles vão entrar em fila um após o outro em ordem numérica e avançam para se posicionar diante do público na linha de premiação.

O número, nome e país dos competidores serão anunciados. Eles serão premiados, começando o prêmio com o sexto lugar e continuará, o quinto, 4º, 3º, 2º. e 1º lugar.



Os atletas devem manter uma atitude correta e receber o resultado de sua participação com profundo respeito, eles devem permanecer no palco até o diretor de competição anunciar o início, eles não podem remover as medalhas ou abandonar os prêmios, bem como fazer gestos ou expressões de desacordo. O não cumprimento desta regra, será considerado um crime disciplinar e, portanto, sancionado.

Eles devem aceitar seus lugares, medalhas e / ou prêmios e participar na cerimônia de premiação até o fim. O concorrente, que ostensivamente desaprova ou sai do palco sem terminar a cerimônia de premiação, pode ser desqualificado.

FOTOGRAFIA OFICIAL COM 3 PRIMEIROS LUGARES



FOTOGRAFIA OFICIAL COM O GANHADOR DO PRIMEIRO LUGAR

