A Women's Physique foi oficialmente reconhecida pelo Conselho Executivo da IFBB e Membros Afiliados no Congresso Anual da IFBB em 11 de novembro de 2012 em Guayaquil, Equador.

Essa modalidade é voltada para mulheres que preferem desenvolver um físico muscular, mas definido, atlético e estético.

É a modalidade feminina de maior desenvolvimento muscular. Ligeiramente com hipertrofia e definição Ombros e braços desenvolvidos simétricos e harmoniosos. Sempre mantendo a forma de "x" e, claro, a feminilidade dos atletas.

DIVISÕES

SÊNIOR

- Atletas maiores de 23 anos

Divisões

- Até e incluindo 163 cm
- Acima de 163 cm

MASTER

- Atletas maiores de 35 anos – Divisão unificada

<u>ROUNDS: ELIMINATÓRIAS – SEMIFINAIS – FINAIS – PREMIAÇÃO</u>

ELIMINATÓRIAS – SEMIFINAIS

A rodada eliminatória ocorre quando o número de participantes é superior a 15 atletas e semifinais quando for igual ou inferior a 15 atletas.

Eles entram pelo lado esquerdo do palco (tomando como referência a localização de juízes) e alinham em uma única linha de frente para o público, então todo o grupo fará duas paradas: frente e verso.

Os juízes de palco girarão a linha imediatamente, fazendo com que o atleta com o número mais baixo, vire para o lado esquerdo e os outros o seguem até o extremo oposto do palco, colocando o número mais baixo à esquerda do juízes; então todo o grupo de frente para o público fará duas paradas: de frente e de costas.

Os juízes de palco posicionam as atletas em duas fileiras diagonais nas laterais do cenário, dividindo-se em grupos proporcionais de acordo com o número total de concorrentes.

Posteriormente as atletas são divididas em pequenos grupos (4, 5 ou 6, de acordo com o total de participantes), e serão chamadas ao centro do palco para realizar as 4 poses comparativas detalhadas abaixo, enquanto as outras atletas mantem-se nas diagonais, mantendo uma postura adequada:

- De frente, duplo bíceps.
- De perfil, peitoral de perfil.
- De costas, duplo bíceps.
- De perfil, extensão de tríceps.

As competidoras que não adotarem a postura adequada receberão um aviso e, se manter uma postura ruim serão despontuadas.

Posteriormente, todos os concorrentes se posicionam em uma única linha na parte de trás do palco para realizar comparações entre os **TOP 5**. As 5 melhores atletas posicionadas serão chamadas para o centro do palco e farão os 4 quartos de volta e poses comparativas.

No final dos quartos de volta, todos os competidores se alinham em uma única linha em ordem numérica, antes de sair do palco.

QUARTOS DE VOLTA

- **De frente**
- **Quarto de volta à direita,** mostram o lado esquerdo
- **Quarto de volta de costas,** mostram as costas
- **Quarto de volta à direita,** mostram o lado direito

POSES COMPULSÓRIAS

- De frente, duplo bíceps.
- De perfil, peitoral de perfil.
- De costas, duplo bíceps.
- De perfil, extensão de tríceps.

DE FRENTE, DUPLO BÍCEPS.

DE PERFIL, PEITORAL DE PERFIL.

DE COSTAS, DUPLO BÍCEPS.

DE PERFIL, EXTENSÃO DE TRÍCEPS.

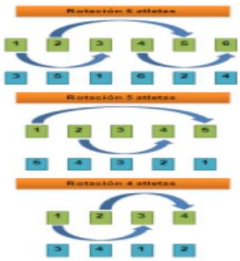
<u>FINAIS</u>

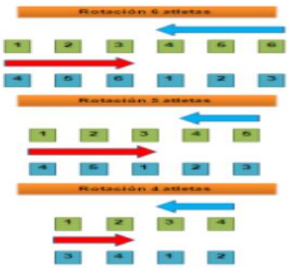
Participam as 6 atletas selecionadas nas semifinais. (Diretamente se houver menos de 6). Realizam um quarto de volta e as poses compulsórias e um minuto de posedown.

Em seguida, a primeiro atleta permanece em ordem numérica para executar 60 segundos de sua rotina coreográfica.

ROTAÇÃO DAS ATLETAS

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



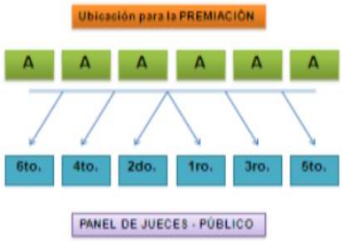


PREMIAÇÃO

CERIMÔNIA DE PREMIAÇÃO

Para a cerimônia de premiação, as 6 finalistas serão chamadas ao palco. Elas vão entrar em fila uma após a outra em ordem numérica e avançam para se posicionar diante do público na linha de premiação.

O número, nome e país da competidora serão anunciados. Elas serão premiadas, começando o prêmio com o sexto lugar e continuará, o quinto, 4º, 3º, 2º. e 1º lugar.



As atletas devem manter uma atitude correta e receber o resultado de sua participação com profundo respeito, elas devem permanecer no palco até o diretor de competição anunciar o início, elas 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 OS 3 PRIMEIROS LUGARES

FOTOGRAFIA OFICIAL COM A GANHADORA DO PRIMEIRO LUGAR

CAMPEÃ OVERALL

O procedimento para a categoria geral é executado da seguinte maneira:

Imediatamente após a cerimônia de premiação, as vencedoras de cada categoria serão chamadas ao palco em ordem numérica e formarão uma única linha.

O juiz principal da competição chamará as competidoras em ordem numérica para o centro do palco, onde elas executarão os quatro quartos de volta.

No final dos quartos de volta, os competidores se afastam do palco.

Em seguida, o vencedor geral será anunciado e o prêmio será entregue pela principal autoridade da IFBB do evento.