



**BIOTECHUSA**

**JUST CLEAR – MY MOVE FITNESS KUPA**

**2020. OKTÓBER 4. 08:00**

**AKVÁRIUM KLUB BUDAPEST**  
**My Move testépítő és fitness tehetségkutató verseny**

**Tervezett program:**

07.00-08:00 óráig: mérlegelés, magasságmérés  
09:30 A verseny kezdete

**A bajnokság célja:** A testépítés és fitness, mint versenysport, és mint kondicionáló szabadidős sport népszerűsítése, új tehetségek felkutatása, sportbaráti kapcsolatok létesítése.

**Rendező:** My Move online fitness school, Just Clear Magyarország

**A verseny résztvevői:** My Move online fitness school tanulói

**FIT MODEL KATEGÓRIA:**

**A versenyzők egyrészes fürdőruhát és maximum 12 cm-es sarkú cipőt viselhetnek!**

**Az értékeléshez a színpadon 4 negyed fordulatot mutatnak be, jobbra kezdve, ékszerek viselhetőek.**





**BODYFITNESS KATEGÓRIA:**

A versenyzők kétrészes bikinit és maximum 12 cm-es sarkú cipőt viselhetnek.



Az értékeléshez a színpadon 4 negyed fordulatot mutatnak be, jobbra kezdve, ékszerek viselhetők.







**WELLNESS KATEGÓRIA:**

A versenyzők kétrészes bikinire és maximum 12 cm-es sarkú cipőt viselhetnek.

Az értékeléshez a színpadon 4 negyed fordulatot mutatnak be, jobbra kezdve, ékszerek viselhetők.



 **WELLNES** 

			
<b>FRONT POSITION</b>	<b>QUARTER TURN RIGHT</b>	<b>QUARTER TURN BACK</b>	<b>QUARTER TURN RIGHT</b>


## MEN'S PHYSIQUE KATEGÓRIA:

A versenyzők legalább a térdig érő bőszárú nadrágot viselhetnek, cipő nélkül!

Az értékeléshez a színpadon 4 negyed fordulatot mutatnak be, jobbra kezdve!



# MEN'S PHYSIQUE



FRONT POSITION      QUARTER TURN RIGHT      QUARTER TURN BACK      QUARTER TURN RIGHT

The image displays four panels of a male physique competitor on a stage. The competitor is wearing orange and blue shorts. The panels show the following poses: 1. Front Position: The competitor is facing forward, slightly turned to his left, with his right hand on his hip and his left hand on his waist. 2. Quarter Turn Right: The competitor is facing forward, turned 90 degrees to his right, with his right hand on his hip and his left hand on his waist. 3. Quarter Turn Back: The competitor is facing backward, turned 90 degrees to his right, with his right hand on his hip and his left hand on his waist. 4. Quarter Turn Right: The competitor is facing forward, turned 90 degrees to his right, with his right hand on his hip and his left hand on his waist. The background features a banner with the word 'Pienata' and various logos. The text 'EASTLABSPHOTO.COM' and 'BUY ALL YOUR PHOTOS FOR 20€ AT WWW.EASTLABSPHOTO.COM' is visible on each panel.

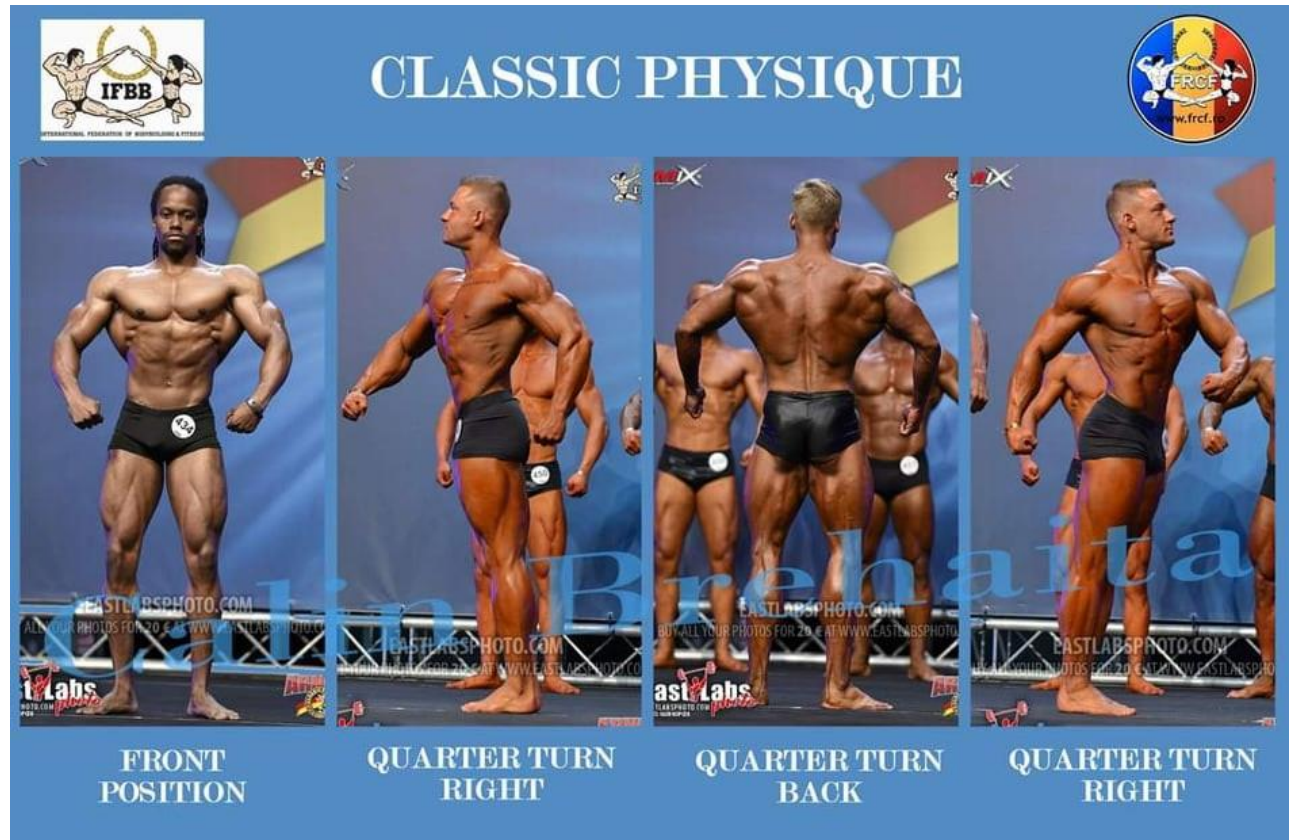
## CLASSIC PHYSIQUE KATEGÓRIA:

### Magasság testsúly arányos kategória!

**A versenyzők testhezálló rövidszárú nadrágot viselnek, cipő nélkül!**

**Az értékeléshez a színpadon 4 negyed fordulatot mutatnak be, jobbra kezdve majd a hét kötelező pózt:**

**/vákum póz, páros bicepsz szemből, oldalbicepsz, páros bicepsz hátulról, tricepsz póz, has-láb póz, kedvenc klasszikus póz/  
Szabadpóz nem lesz!**



CLASSIC PHYSIQUE	
ALTEZZA	PESO
160	64
161	65
162	66
163	67
164	68
165	69
166	70
167	71
168	72
169	75
170	76
171	77
172	80
173	81
174	82
175	83
176	87
177	88
178	89
179	90
180	91
181	94
182	95
183	96
184	97
185	98
186	99
187	100
188	101
189	102
190	103
191	106
192	107
193	108
194	109
195	110
196	111
197	112
198	113
199	116

## **BODYBUILDING KATEGÓRIA:**

**Súlycsoportos kategória:-85kg/ +85kg!**

**A versenyzők a színpadon póznadrágot viselnek, cipő nélkül!**

**Az értékeléshez a színpadon 4 negyed fordulatot mutatnak be, jobbra kezdve majd a hét kötelező pózt:**

**/páros bicepsz szemből, mell-csípő póz, oldalbicepsz, páros bicepsz hátulról, hát-csípő póz tricepsz póz, has-láb póz,/ Szabadpóz nem lesz!**





## **ÉRTÉKELÉS:**

Az IFBB kategóriáknak megfelelő elvárások alapján, hivatalos bírók részvételével.

## **Díjazás:**

1. helyezett: serleg, érem, oklevél, táplálék-kiegészítő
2. helyezett: érem, oklevél, táplálék-kiegészítő
3. helyezett: érem, oklevél, táplálék-kiegészítő

Kategóriánként a top 3 versenyző leigazolási költségét és nevezési díját a következő Just Clear Kupán biztosítja

Barnítás a verseny előtt ajánlott de nem kötelező!

Csak olyan festék használható, ami megszáradva a bőrről nem letörölhető!

A helyszíni barnítást a [www.versenybarnitas.hu](http://www.versenybarnitas.hu) végzi

Nevezési díj: 4990.-ft ami a helyszínen készpénzben a regisztrációkor fizetendő!

Kísérő belépőt nem tudunk biztosítani.

A rendezvényre a belépő ára 2890.-ft 14 év alatt ingyenes!

## **NEVEZÉS:**

e-mail: [powerzona@gmail.com](mailto:powerzona@gmail.com)

nevezési határidő: 2020. október 2.

**További információ:**

**Berkes László versenyigazgató**

**06202608632**