



Wettkampfreglement 16. Deutsche Meisterschaft der GNBF e.V.

Stand: 28.08.2019

Startberechtigung für die Deutsche Meisterschaft

Es werden alle Athleten/innen zugelassen, die Mitglieder der GNBF e.V. sind und die deutsche Staatsbürgerschaft besitzen. Zusätzlich gibt es für das Männer-Bodybuilding eine internationale Klasse, in der Athleten teilnehmen können, die nicht deutsche Staatsbürger sind.

Teilnahmevoraussetzungen:

- Die Athleten/innen dürfen seit mindestens 12 Jahren keinen Gebrauch von Dopingmitteln gemäß der Dopingliste der GNBF e.V. gemacht haben.
- Die Athleten/innen stimmen dem Anti-Doping-Reglement der GNBF e.V. zu und müssen sich dem Dopingtest der GNBF e.V. unterziehen, der sich aus einem Urin-Test nach IOC-Standard für die jeweiligen Klassensieger und gegebenenfalls einem Bluttest sowie einer eventuellen Haaranalyse zusammensetzt. Zusätzlich wird der FFMI (Fettfreie-Masse-Index) der Athleten/innen an den Tagen des Einschreibens für den Wettkampf ermittelt (Ausnahmen: Frauen Bikini-Klassen, Frauen Athletik-Klasse, Mr. Physique-Klassen, Männer-Athletik-Klassen). Bodybuilding-Athleten/innen, deren FFMI einen Wert von 26,0 übersteigt, sind für die Deutsche Meisterschaft nicht teilnahmeberechtigt. Men`s Classic Physique-Athleten, deren FFMI einen Wert von 23,0 übersteigt, sind für die Deutsche Meisterschaft nicht teilnahmeberechtigt.
- Positiv getesteten Athleten ist es freigestellt, sich diesbezüglich anwaltlich vertreten zu lassen.
- Bei einem positiven Doping-Test verpflichtet sich der Athlet/die Athletin zur Übernahme der Kosten der Testdurchführung und der Testanalyse.
- Positiv getestete Athleten/innen werden lebenslang an der Wettkampfteilnahme der GNBF e.V. gesperrt.
- Für die Teilnahme an der GNBF e.V. Deutschen Meisterschaft fällt eine Startgebühr von 95,- Euro pro Teilnehmer/in an. Damit beteiligen sich die Athleten/innen anteilig an den Kosten für die Dopingtests.
- Trainingskontrollen: Die Athleten/innen können von der GNBF e.V. jederzeit nach dem Zufallsprinzip zum Urin-, Blut- oder Haartest aufgefordert werden, auch wenn dieser nicht in Zusammenhang mit der Deutschen Meisterschaft steht („Out of Season Testing“). Die Athleten/innen haben dafür Sorge zu tragen, dass der GNBF e.V. immer eine gültige Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse vorliegt, unter der sie erreichbar sind. Die Verweigerung eines „Out of Season“-Tests führt zu einer lebenslangen Wettkampfsperre bei der GNBF e.V.
- Die Athleten/innen müssen vor Wettkampfantritt alle Überlassungserklärungen für Foto- und Filmaufnahmen unterschreiben.
- Jeglicher Verstoß gegen die Teilnahmevoraussetzungen führt zum Verlust der Mitgliedschaft und damit zum Verlust der Startberechtigung bei der GNBF e.V. Deutschen Meisterschaft.

KLASSENEINTEILUNG:

MÄNNER

Teenage (bis 17 Jahre)

Junioren 1 (18 bis 21 Jahre / bis 75,0 kg Körpergewicht)

Junioren 2 (18 bis 21 Jahre / ab 75,1 kg Körpergewicht)

Junioren-Physique (bis 21 Jahre)

Newcomer Bodybuilding (erstmalige Teilnahme an einer Meisterschaft)

Men`s Physique 1 (ab 22 Jahre / bis 178 cm Körpergröße)

Men`s Physique 2 (ab 22 Jahre / ab 178,1 cm Körpergröße)

Athletik 1 (bis 178,0 cm Körpergröße)

Athletik 2 (ab 178,1 cm Körpergröße)

Men`s Classic Physique

Master 1 (über 40 Jahre)

Master 2 (über 50 Jahre)

Master 3 (über 60 Jahre)

Paare

Bantamgewicht (bis 70,0 kg Körpergewicht)

Leichtgewicht (70,1 kg bis 75,0 kg Körpergewicht)

Mittelgewicht (75,1 kg bis 80,0 kg Körpergewicht)

Schwergewicht (80,1 kg bis 85,0 kg Körpergewicht)

Super-Schwergewicht (ab 85,1 kg Körpergewicht)

Männer-Bodybuilding International

FRAUEN

Bikini 1 (bis 165,0 cm Körpergröße)

Bikini 2 (ab 165,1 cm Körpergröße)

Masters-Bikini (ab 40 Jahre)

Athletik

Bodybuilding

Doppelstarts:

Doppelstarts sind möglich, jedoch nur innerhalb der Männer-Bodybuilding-Klassen (außer Men`s Classic Physique) und in den Frauen-Bikini-Klassen:

Beispiele (nicht vollständig, bei Fragen zu Doppelstarts bitte via E-Mail an berend@gnbf.de): Doppelstart erlaubt in Bodybuilding-Newcomer und Bodybuilding-Männer-Klasse oder Doppelstart in Junioren-Bodybuilding und Männer-Bodybuilding-Klasse oder Doppelstart in Frauen-Bikini-Klasse und Frauen Masters-Bikini-Klasse. Für jede weitere Klasse wird eine Startgebühr von 55,- Euro erhoben.

Backstage-Pässe

Der Zugang hinter die Bühne und in den Aufwärbereich ist nur teilnehmenden Athleten/innen und GNBf e.V.-Mitarbeitern gestattet.

Die GNBf e.V. gibt an den Tagen des Einschreibens für den Wettkampf pro Athlet/pro Athletin einen Trainerpass gegen eine Gebühr von 35,- Euro aus. Der Trainer-Pass erlaubt der entsprechenden Person den ganztägigen Zugang hinter die Bühne, in den Aufwärbereich sowie in die Wettkampfhalle (ohne Sitzplatzanspruch) und ist deutlich sichtbar zu tragen. Der Trainerpass ist nicht übertragbar und darf nicht weitergereicht werden, um weiteren Personen den Zugang zum Backstage-Bereich zu ermöglichen.

Startnummern

Jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin erhält eine Startnummer in zweifacher Ausfertigung, die auf der linken Vorderseite und der rechten Rückseite der Posinghose bzw. des Posing-Bikinis so befestigt werden muss, dass diese in Richtung der Zuschauer gerichtet ist und von der Jury gut lesbar ist.

WETTKAMPFABLAUF

Wertungsrunden & Siegerehrung

Der Wettkampf beginnt mit den Wertungen und Siegerehrungen am Morgen um 9:00 Uhr des Wettkampftages. Die Wertung beginnt mit der Eliminations-Runde (wenn mehr als 12 Athleten in einer Klasse antreten) sowie weiteren Wertungsrunden, die nachfolgend für die jeweiligen Klassen konkret beschrieben werden.

MÄNNER BODYBUILDING-KLASSEN

Teenage

Junioren

Newcomer

Männer

Masters

International

Für die Teilnahme in den Männer-Bodybuilding-Klassen sind nur Wettkämpfer zugelassen, deren FFM einen Wert von 26,0 nicht übersteigt.

Posing-Bekleidung:

- Von allen Athleten ist ein einfarbiger Posing-Slip zu tragen, der frei von Verzierungen oder Schriftzügen ist. Die Gesäßbedeckung muss V-förmig sein. T-förmige Gesäßbedeckungen (String) sind nicht gestattet.
- Die Kleidung soll fest anliegen und darf keine Aufschriften oder Aufdrucke zeigen.
- Die Kleidung darf nicht mit Fransen, Spitzen oder Schnürbändern besetzt sein.
- Die Kleidung muss sauber sein und darf beispielsweise nicht mit Bräunungscreme beschmutzt sein.
- Das Tragen von Schmuck, mit Ausnahme von Verlobungs- oder Eheringen, Ohrringen und Bauchnabel-Piercing ist nicht gestattet.
- Requisiten aller Art, zum Beispiel Schwerter, Umhänge, Stirnbänder etc. sind nicht gestattet.
- Halsketten oder Armbänder jeglicher Art sind nicht gestattet.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athleten einer Klasse)

Alle Athleten einer Klasse betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Athleten werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Die Jury fragt in der Eliminationsrunde folgende Pflichtposen ab:

1. Doppelbizeps von vorne
2. Latissimus von vorne
3. Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
4. Seitliche Trizepspose (Seite nach Wahl)
5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
6. Latissimus von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
7. Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
8. Most Muscular (wahlweise Hände vor dem Körper oder an den Hüften)

Die Jury ermittelt für jede Kategorie die besten 12 Athleten. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athleten in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athleten die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmern entscheiden alle Juroren darüber, welche Athleten die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren.

Diese Athleten nehmen an den folgenden drei Runden der Wertungen teil: Symmetrie-Runde, Muskulösitäts-Runde sowie Einzel- oder Gruppenvergleichen. Alle Athleten, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmern ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athleten einer Klasse bekannt. Diese 12 Athleten bleiben auf der Bühne, die anderen Athleten verlassen die Bühne.

Runde 2: Symmetrie

Die besten 12 Athleten einer Klasse stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athleten/innen schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden:

- Die Füße sollen flach auf dem Boden gehalten werden.
- Die Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen.

Bewertungskriterien Symmetrie-Runde

- Proportionen und Gesamtbild.
- Gesamtentwicklung zwischen Ober- und Unterkörper, zwischen Rücken und Frontansicht und der linken zur rechten Körperhälfte.
- Die Symmetrie-Runde geht zu ca. 30 Prozent in die Gesamtbewertung des Athleten ein.

Runde 3: Muskulösität

Die besten 12 Athleten einer Klasse stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Jury fragt folgende Pflichtposen ab:

1. Doppelbizeps von vorne
2. Latissimus von vorne
3. Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
4. Seitliche Trizepspose (Seite nach Wahl)
5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
6. Latissimus von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
7. Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
8. Most Muscular (wahlweise Hände vor dem Körper oder an den Hüften)

Bewertungskriterien Muskulösitäts-Runde

- Muskelmasse in Proportion zur Körpergröße und Knochenbaustruktur – ca. 40% der Gesamtwertung
- Muskeldefinition & Vaskularität (Venenzeichnung) – ca. 30% der Gesamtwertung

Runde 4: Gruppen- und Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athleten/innen einer Klasse kann die Jury mehrere oder einzelne Athleten zum direkten Vergleich der Grundstellungen inklusive Vierteldrehungen und/oder der Pflichtposen aufrufen.

Die Athleten werden von der Jury angewiesen, wann sie die Posen zu beenden haben und eine halb entspannte Stellung einnehmen sollen.

Die Jury weist darüber hinaus auch auf eventuell erforderliche Haltungsänderungen bei der Ausführung der Posen durch einzelne Athleten hin.

Sollten sich einzelne Athleten nicht an die Anweisungen der Jury halten, werden diese zunächst verwarnet und bei fortsetzender Weigerung zur Umsetzung der Jury- Anweisungen vom Wettkampf ausgeschlossen.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalisten

Die Jury teilt die 6 Finalisten mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athleten verlassen die Bühne. Die Finalisten stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jeder Athlet einer Klasse wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athleten

Die Jury ruft die Grundstellungen inklusive der vier Vierteldrehungen und die Pflichtposen ab. Zusätzlich kann die Jury Gruppen- und Einzelvergleiche zwischen den Athleten aufrufen. Die Jury wertet die Finalteilnehmer mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.) Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne. Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Posedown

Die besten sechs Athleten posen ca. 1 Minute alle zusammen nach eingespielter Musik. Dabei hat jeder Athlet freie Auswahl bezüglich der gezeigten Posen. So können individuelle körperliche Stärken in der Posedown-Runde betont werden. Es besteht keine feste Platzwahl auf der Bühne. Das Wechseln der Position und das Suchen des sportlich- fairen Vergleiches der Athleten untereinander sind erwünscht.

Runde 8: Freies Posing (Kür)

Die 6 Finalisten jeder Bodybuilding-Klasse können freiwillig ihre Posingkür zeigen. Die Entscheidung für oder gegen die Aufführung der Posingkür obliegt dem einzelnen Athleten/der einzelnen Athletin. Die Posingkür geht nicht in die Gesamtwertung ein und darf eine Gesamtdauer von 60 Sekunden nicht überschreiten.

Runde 9: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 8 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger fort.

MR. PHYSIQUE-KLASSEN

Juniorren-Physique; Men´s Physique

Posing-Bekleidung:

Die Teilnehmer der Männer-Physique-Klasse tragen Boardshorts mit einer Länge, die kurz oberhalb der Knie endet und einer Höhe, die unterhalb des Bauchnabels ansetzt. Die Boardshorts können einfarbig oder mehrfarbig sein. Eng anliegende Spandex-Hosen (Radlerhosen) sind nicht erlaubt. Schuhe oder Sandalen sowie Oberbekleidung (z.B. Muscle-Shirts, T-Shirts) sind nicht erlaubt. Körperschmuck (mit Ausnahme von Verlobungs- oder Eheringen) ist nicht erlaubt.

Bewertungskriterien:

- * Symmetrische und ausgewogene Entwicklung der einzelnen Muskelgruppen (ca. 40% der Gesamtbewertung)
- * Gut entwickelte Muskulatur (ca. 20% der Gesamtbewertung) aber nicht so viel Muskelmasse im Vergleich mit den Bodybuilding-Klassen. Klare Muskelzeichnung im Bauchbereich.
- * Keine so starke Muskeldefinition und keine so ausgeprägte Vaskularität (insgesamt ca. 20% der Gesamtbewertung) im Vergleich zu den Bodybuilding-Klassen.
- * Charisma, Bühnenerscheinung, Präsentation (ca. 20% der Gesamtbewertung). Gesundes und attraktives Aussehen, Hautbild, Frisur.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athleten einer Klasse)

Alle Athleten einer Klasse betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jeder Athlet einer Klasse wird namentlich vorgestellt, zeigt eine oder zwei seiner besten Posen und bleibt dabei in der Athleten-Reihe stehen. Die Athleten werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Vierteldrehungen des Körpers

Die Teilnehmer stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athleten schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden:

- Die Füße können, müssen aber nicht flach auf den Boden gehalten werden. Ein Bein darf leicht seitlich gespreizt sein.
- Die Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Bei allen Vierteldrehungen ist eine Hand an der Hüfte positioniert.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen, bei der Seitenansicht ist der Blick der Jury zugewendet.

Die Jury ermittelt die besten 12 Athleten. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athleten in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athleten die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmern entscheiden alle Juroren darüber, welche Athleten die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren.

Diese Athleten nehmen an den folgenden Runden (abhängig davon, ob die Jury Einzelvergleiche sehen möchte) teil: Dem I-Walk, den Vierteldrehungen des Körpers und den möglichen Gruppen- und Einzelvergleichen. Alle Athleten, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmern ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athleten bekannt, diese besten 12 Athleten begeben sich zum Line up in den Bühnenhintergrund und es folgt die Präsentation des I-Walks durch jeden der besten 12 Athleten.

Runde 2: I-Walk

Jeder Teilnehmer absolviert den sogenannten „I-Walk“ in zügigem Tempo, das heißt, geht zur Mitte der Bühne direkt vor den Bühnenhintergrund. Von dort aus geht jeder Teilnehmer geradeaus bis zum vorderen Bühnenrand, macht dort eine komplette Drehung des Körpers und reiht sich wieder in das Line-up der Athleten ein. Die Musik für den I-Walk wird durch die GNBF e.V. eingespielt. Die maximale Dauer des I-Walk darf 30 Sekunden pro Athlet nicht überschreiten, andernfalls bricht der Moderator den I-Walk ab und bittet den nächsten Athleten zur Präsentation seines I-Walk.

Runde 3: Vierteldrehungen des Körpers

Nach Abschluss der Einzelpräsentation der Teilnehmer befinden sich alle Wettkämpfer wieder mit der Vorderansicht zur Jury nebeneinander. Es folgt der Vergleich aller Teilnehmer mittels der Vierteldrehungen des Körpers: Front-Seite-Rücken-Seite. Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athleten schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden:

- Die Füße können, müssen aber nicht flach auf den Boden gehalten werden. Ein Bein darf leicht seitlich gespreizt sein.
- Die Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Bei allen Vierteldrehungen ist eine Hand an der Hüfte positioniert.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen, bei der Seitenansicht ist der Blick der Jury zugewendet.

Im Anschluss an die Vierteldrehungen des Körpers kann die Jury Gruppen- oder Einzelvergleiche der Athleten anfordern.

Runde 4: Gruppen- und/oder Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athleten dieser Klasse ruft die Jury mehrere Athleten zu Gruppenvergleichen auf und kann außerdem Einzelvergleiche anfordern. Die Vergleiche der Athleten erfolgen durch Vierteldrehungen des Körpers.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalisten

Die Jury teilt die 6 Finalisten mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athleten verlassen die Bühne. Die Finalisten stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jeder Athlet wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athleten

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athleten dieser Klasse ruft die Jury mehrere Athleten zu Gruppenvergleichen auf und kann außerdem Einzelvergleiche anfordern. Die Vergleiche der Athleten erfolgen durch Vierteldrehungen des Körpers.

Die Jury wertet die Finalteilnehmer mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.) Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne. Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 6 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger fort.

MÄNNER-ATHLETIK

Für die Teilnahme in der Männer-Athletik-Klasse sind nur Wettkämpfer zugelassen, deren Körpergewicht sich nach folgender Rechnung bemisst: Körpergröße in cm – 103 oder leichter.

Beispiel: 179cm Körpergröße-103 = maximal 76kg Wettkampfgewicht.

Posing-Bekleidung:

- * Von allen Athleten ist ein einfarbiger Posing-Slip zu tragen, der frei von Verzierungen oder Schriftzügen ist.
- * Die Gesäßbedeckung muss V-förmig sein. T-förmige Gesäßbedeckungen (String) sind nicht gestattet.
- * Die Kleidung soll fest anliegen und darf keine Aufschriften oder Aufdrucke zeigen.
- * Die Kleidung darf nicht mit Fransen, Spitzen oder Schnürbändern besetzt sein.
- * Die Kleidung muss sauber sein und darf beispielsweise nicht mit Bräunungscreme beschmutzt sein.
- * Das Tragen von Schmuck, mit Ausnahme von Verlobungs- oder Eheringen, Ohrringen und Bauchnabel-Piercing ist nicht gestattet.
- * Requisiten aller Art, zum Beispiel Schwerter, Umhänge, Stirnbänder etc. sind nicht gestattet.
- * Halsketten oder Armbänder jeglicher Art sind nicht gestattet.

Wertungskriterien der Männer-Athletik-Klasse

- Muskeldefinition & Vaskularität (ca. 45% der Gesamtwertung)
- Symmetrische Entwicklung der einzelnen Muskelgruppen (ca. 30% der Gesamtwertung)
- Muskelmasse (ca. 25% der Gesamtwertung)
- Bühnenerscheinung & Charisma
- Körperhaltung

Von den Teilnehmern der Männer-Athletik-Klasse wird keine Posingkür und keine gymnastische Darbietung verlangt. Die Jury ruft acht Posen ab. Das Zeigen nicht durch die Jury geforderter Posen ist nicht erlaubt.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athleten)

Alle Athleten betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Athleten werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Die Jury fragt in der Eliminationsrunde folgende Pflichtposen ab:

1. Doppelbizeps von vorne
2. Latissimus von vorne
3. Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
4. Seitliche Trizepspose (Seite nach Wahl)
5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
6. Latissimus von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
7. Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
8. Most Muscular (wahlweise Hände vor dem Körper oder an den Hüften)

Die Jury ermittelt die besten 12 Athleten. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athleten in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athleten die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmern entscheiden alle Juroren darüber, welche Athleten die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren. Diese nehmen an den folgenden drei Runden der Vorwahl teil: Symmetrie-Runde, Muskulösitäts-Runde sowie Einzel- oder Gruppenvergleiche.

Alle Athleten, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmern ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athleten bekannt. Diese bleiben auf der Bühne, die anderen Athleten verlassen die Bühne.

Runde 2: Symmetrie

Alle Athleten betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury.

Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athletenschließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden.

- Die Füße sollen flach auf dem Boden gehalten werden.
- Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen.

Bewertungskriterien Symmetrie-Runde (ca. 30 % der Gesamtwertung)

- Proportionen und Gesamtbild.
- Gesamtentwicklung zwischen Ober- und Unterkörper, zwischen Rücken und Frontansicht und der linken zur rechten Körperhälfte.

Runde 3: Muskulösität

Alle Athleten einer Klasse stehen gemeinsam auf Bühne, in Vorderansicht zur Jury. Die Jury ruft folgende Pflichtposen ab:

1. Doppelbizeps von vorne
2. Latissimus von vorne
3. Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
4. Seitliche Trizepspose (Seite nach Wahl)
5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
6. Latissimus von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
7. Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
8. Most Muscular (wahlweise Hände vor dem Körper oder an den Hüften)

Bewertungskriterien Muskulösitäts-Runde

- Muskeldefinition & Vaskularität (Venenzeichnung) – ca. 45% der Gesamtwertung
- Muskelmasse, aber nicht so ausgeprägt wie in der Bodybuilding-Klasse – ca. 25% der Gesamtwertung

Runde 4: Gruppen- und Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athleten dieser Klasse kann die Jury mehrere oder einzelne Athleten zum direkten Vergleich der Grundstellungen inklusive Vierteldrehungen und/oder der Pflichtposen aufrufen.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalisten

Die Jury teilt die 6 Finalisten mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athleten verlassen die Bühne. Die Finalisten stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jeder Athlet wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athleten

Die Jury ruft die Grundstellungen inklusive der vier Vierteldrehungen und die Pflichtposen ab. Zusätzlich kann die Jury Gruppen- und Einzelvergleiche zwischen den Athleten aufrufen. Die Jury wertet die Finalteilnehmer mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.) Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne.

Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Posedown

Die sechs Athleten posen ca. 1 Minute alle zusammen nach eingespielter Musik. Dabei hat jeder Athlet freie Auswahl bezüglich der gezeigten Posen. So können individuelle körperliche Stärken in der Posedown-Runde betont werden. Es besteht keine feste Platzwahl auf der Bühne. Das Wechseln der Position und das Suchen des sportlich- fairen Vergleiches der Athleten untereinander sind erwünscht.

Runde 8: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 7 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger fort.

MEN`S CLASSIC PHYSIQUE

Für die Teilnahme in der Men`s Classic Physique-Klasse sind nur Wettkämpfer zugelassen, deren FFMI einen Wert von 23,0 nicht übersteigt.

Posingbekleidung:

Die Teilnehmer tragen die für diese Klasse vorgesehenen, einfarbig in schwarz gehaltenen Posing-Hosen/Shorts. Die Teilnehmer für diese Klasse tragen keinen Slip (Männer Bodybuilding-Klassen) und keinen Short in der Art, welcher die Teilnehmer der Mr. Physique-Klassen tragen. Zur Veranschaulichung der Posing-Bekleidung für diese Klasse wird an dieser Stelle auf die Seite www.naturalbodybuilding.eu unseres Partner-Verbandes INBA GLOBAL EUROPE hingewiesen. Die Kleidung soll fest anliegen. Die Kleidung darf nicht mit Fransen, Spitzen oder Schnürbändern besetzt sein. Die Kleidung muss sauber sein und darf beispielsweise nicht mit Bräunungscreme beschmutzt sein. Das Tragen von Schmuck, mit Ausnahme von Verlobungs- oder Eheringen, Ohrringen und Bauchnabel-Piercing ist nicht gestattet. Requisiten aller Art, zum Beispiel Schwerter, Umhänge, Stirnbänder etc. sind nicht gestattet.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athleten einer Klasse) Alle Athleten einer Klasse betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Athleten werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Die Jury fragt in der Eliminationsrunde folgende Pflichtposen ab:

- * Doppelbizeps von vorne
- * Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
- * Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
- * Seitliche Trizepspose (Knie stark gebeugt)
- * Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
- * Klassische Pose (wahlweise durch den Athleten auszuführen: Victory-Pose, Bogenschützer-Pose; einarmige Bizepspose mit dem anderen Arm seitlich am Kopf gehalten, Doppelbizeps-Pose mit zur Seite gedrehten Hüften).

Die Jury ermittelt für jede Kategorie die besten 12 Athleten. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athleten in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athleten die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmern entscheiden alle Juroren darüber, welche Athleten die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren.

Diese Athleten nehmen an den folgenden drei Runden der Wertungen teil: Symmetrie-Runde, Muskulösitäts-Runde sowie Einzel- oder Gruppenvergleichen. Alle Athleten, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmern ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athleten einer Klasse bekannt. Diese 12 Athleten bleiben auf der Bühne, die anderen Athleten verlassen die Bühne.

Runde 2: Symmetrie

Die besten 12 Athleten einer Klasse stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athleten/innen schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden:

- * Die Füße sollen flach auf dem Boden gehalten werden.
- * Die Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- * Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- * Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- * Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen.

Bewertungskriterien Symmetrie-Runde

- * Harmonische Proportionen und stimmiges Gesamtbild.
- * Gesamtentwicklung zwischen Ober- und Unterkörper, zwischen Rücken und Frontansicht und der linken zur rechten Körperhälfte.
- * Die Symmetrie-Runde geht zu ca. 40 Prozent in die Gesamtbewertung des Athleten ein.

Runde 3: Muskulösität

Die besten 12 Athleten einer Klasse stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Jury fragt folgende Pflichtposen ab:

- * Doppelbizeps von vorne
- * Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
- * Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
- * Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
- * Klassische Pose (wahlweise durch den Athleten auszuführen: Victory-Pose, Bogenschützer-Pose; einarmige Bizepspose mit dem anderen Arm seitlich am Kopf gehalten, Doppelbizeps-Pose mit zur Seite gedrehten Hüften).

Bewertungskriterien Muskulösitäts-Runde

- * Die Teilnehmer der Men`s Classic Physique-Klasse sollen etwas mehr Muskelmasse als die Teilnehmer der Mr. Physique-Klassen zeigen, aber weniger Muskelmasse als die Teilnehmer der Männer-Bodybuilding-Klassen (insbesondere im Beinbereich)
- * Präsentation einer deutlichen V-Form mit breiten Schultern, schmalen Hüften und gut entwickelten Lattissimus.
- * Die Teilnehmer sollen gute Muskeldefinition zeigen aber weniger Muskelhärte und geringer sichtbare Vaskularität im Vergleich zu den Männer-Bodybuilding-Klassen.
- * Die Teilnehmer der Men`s Classic Physique-Klasse sollen keinen ausgezehrten, ultradefinierten, extrem trockenen, übermäßig massiven Körperbau zeigen.
- * Muskelmasse in Proportion zur Körpergröße und Knochenbaustruktur – ca. 40% der Gesamtwertung
- * Muskeldefinition & Vaskularität (Venenzeichnung) – ca. 30% der Gesamtwertung

Runde 4: Gruppen- und Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athleten/innen einer Klasse kann die Jury mehrere oder einzelne Athleten zum direkten Vergleich der Grundstellungen inklusive Vierteldrehungen und/oder der Pflichtposen aufrufen. Die Athleten werden von der Jury angewiesen, wann sie die Posen zu beenden haben und eine halb entspannte Stellung einnehmen sollen.

Die Jury weist darüber hinaus auch auf eventuell erforderliche Haltungsänderungen bei der Ausführung der Posen durch einzelne Athleten hin. Sollten sich einzelne Athleten nicht an die Anweisungen der Jury halten, werden diese zunächst verwahrt und bei fortsetzender Weigerung zur Umsetzung der Jury-Anweisungen vom Wettkampf ausgeschlossen.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalisten

Die Jury teilt die 6 Finalisten mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athleten verlassen die Bühne. Die Finalisten stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jeder Athlet einer Klasse wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athleten

Die Jury ruft die Grundstellungen inklusive der vier Vierteldrehungen und die Pflichtposen ab. Zusätzlich kann die Jury Gruppen- und Einzelvergleiche zwischen den Athleten aufrufen. Die Jury wertet die Finalteilnehmer mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.) Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne. Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Der Athlet mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Freies Posing (Kür)

Die 6 Finalisten der Men`s Classic-Physique -Klasse zeigen jeder ihre Posingkür. Die Posingkür geht mit ca. 30 Prozent in die Gesamtwertung ein und darf eine Gesamtdauer von 60 Sekunden nicht überschreiten.

Runde 8: Posedown

Die besten sechs Athleten posen ca. 1 Minute alle zusammen nach eingespielter Musik. Dabei hat jeder Athlet freie Auswahl bezüglich der gezeigten Posen. So können individuelle körperliche Stärken in der Posedown-Runde betont werden. Es besteht keine feste Platzwahl auf der Bühne. Das Wechseln der Position und das Suchen des sportlich- fairen Vergleiches der Athleten untereinander sind erwünscht.

Runde 9: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 8 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger fort.

FRAUEN BODYBUILDING

Posing-Bekleidung:

Den Athletinnen der Frauen-Bodybuilding-Klasse tragen einen einfarbigen Bikini, der frei von Verzierungen oder Schriftzügen ist. Das Tragen von Schmuck oder Armbändern ist nicht erlaubt (Ausnahme Ehering). Die Teilnehmerinnen der Frauen-Bodybuilding-Klasse tragen keine Schuhe.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athletinnen)

Alle Athletinnen betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Athletinnen werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Die Jury fragt in der Eliminationsrunde folgende Pflichtposen ab:

1. Doppelbizeps von vorne
2. Latissimus von vorne
3. Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
4. Seitliche Trizepspose (Seite nach Wahl)
5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
6. Latissimus von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
7. Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
8. Most Muscular (wahlweise Hände vor dem Körper oder an den Hüften)

Für die teilnehmenden Athletinnen in der Bodybuilding-Frauenklasse gelten die gleichen Posen in der Eliminationsrunde in derselben Reihenfolge wie bei den Männern. Die Jury kann, muss aber nicht, die Most-Muscular-Pose aufrufen.

Die Jury ermittelt die besten 12 Athletinnen. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athleten in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athleten die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmern entscheiden alle Juroren darüber, welche Athleten die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren.

Diese nehmen an den folgenden drei Runden der Vorwahl teil: Symmetrie-Runde, Muskulösitäts-Runde sowie Einzel- oder Gruppenvergleiche.

Alle Athletinnen, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmerinnen ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athletinnen bekannt. Diese bleiben auf der Bühne, die anderen Athletinnen verlassen die Bühne.

Runde 2: Symmetrie

Alle Athletinnen stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athletinnen schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden.

- Die Füße sollen flach auf dem Boden gehalten werden.
- Die Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen.

Bewertungskriterien Symmetrie-Runde (ca. 30% der Gesamtwertung)

- Proportionen und Gesamtbild.
- Gesamtentwicklung zwischen Ober- und Unterkörper, zwischen Rücken und Frontansicht und der linken zur rechten Körperhälfte.

Runde 3: Muskulösität

Alle Athletinnen stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Jury fragt folgende Pflichtposen ab:

1. Doppelbizeps von vorne
2. Latissimus von vorne
3. Seitliche Brustpose (Seite nach Wahl)
4. Seitliche Trizepspose (Seite nach Wahl)
5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
6. Latissimus von hinten (ein Bein nach hinten, Wade angespannt)
7. Bauch und Beine (Hände über dem Kopf, ein Bein nach vorne gestreckt)
8. Most Muscular (wahlweise Hände vor dem Körper oder an den Hüften)

Für die teilnehmenden Athletinnen in der Bodybuilding-Frauenklasse gelten die gleichen Posen der Muskulösitäts-Runde in derselben Reihenfolge wie bei den Männern. Die Jury kann, muss aber nicht, die Most-Muscular-Pose aufrufen.

Bewertungskriterien Muskulösitäts-Runde

- Muskelmasse in Proportion zur Körpergröße und Knochenbaustruktur – ca. 40% der Gesamtwertung
- Muskeldefinition & Vaskularität (Venenzeichnung) – ca. 30% der Gesamtwertung

Runde 4: Gruppen- und Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athletinnen kann die Jury mehrere oder einzelne Athletinnen zum direkten Vergleich der Grundstellungen inklusive Vierteldrehungen und/oder der Pflichtposen aufrufen.

Die Athletinnen werden von der Jury angewiesen, wann sie die Posen zu beenden haben und eine halb entspannte Stellung einnehmen sollen. Die Jury weist darüber hinaus auch auf eventuell erforderliche Haltungsänderungen bei der Ausführung der Posen durch einzelne Athletinnen hin.

Sollten sich einzelne Athletinnen nicht an die Anweisungen der Jury halten, werden diese zunächst verwarnet und bei fortsetzender Weigerung zur Umsetzung der Jury- Anweisungen vom Wettkampf ausgeschlossen.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalistinnen

Die Jury teilt die 6 Finalistinnen mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athletinnen verlassen die Bühne. Die Finalistinnen stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jeder Athletin wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athletinnen

Die Jury ruft die Grundstellungen inklusive der vier Vierteldrehungen und die Pflichtposen ab. Zusätzlich kann die Jury Gruppen- und Einzelvergleiche zwischen den Athletinnen aufrufen. Die Jury wertet die Finalteilnehmerinnen mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.) Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Die Athletin mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne. Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Die Athletin mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Posedown

Die besten sechs Athletinnen posen ca. 1 Minute alle zusammen nach eingespielter Musik. Dabei hat jede Athletin freie Auswahl bezüglich der gezeigten Posen. So können individuelle körperliche Stärken in der Posedown-Runde betont werden. Es besteht keine feste Platzwahl auf der Bühne. Das Wechseln der Position und das Suchen des sportlich- fairen Vergleiches der Athleten untereinander sind erwünscht.

Runde 8: Freies Posing (Kür)

Die 6 Finalistinnen können freiwillig ihre Posingkür zeigen. Die Entscheidung für oder gegen die Aufführung der Posingkür obliegt der einzelnen Athletin. Die Posingkür geht nicht in die Gesamtwertung ein und darf eine Gesamtdauer von 60 Sekunden nicht überschreiten.

Runde 9: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 8 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger/der Klassensiegerin fort.

FRAUEN-BIKINI-KLASSEN

Frauen-Bikini, Frauen Masters-Bikini

Posing-Bekleidung:

Als Bekleidung ist das Tragen eines Bikinis und hochhackiger Schuhe festgelegt. Der Schuhabsatz soll eine Höhe von 7,5 cm nicht überschreiten, die High Heels sollen eine Höhe von 15,0 cm nicht überschreiten. Einteilige Badebekleidung ist nicht erlaubt.

Den Athletinnen der Frauen-Fitness-Bikini-Klassen obliegt die freie Wahl bezüglich ihres Posing-Bikinis. Der Bikini darf mit Strass-Steinen verziert, und entweder einfarbig oder mehrfarbig sein. Das Tragen von dezentem Körperschmuck ist erlaubt. Das Tragen von Haarschmuck (z.B. Blumen) ist nicht erlaubt.

Wertungskriterien der Frauen-Bikini-Klassen:

- * Symmetrische Entwicklung der einzelnen Muskelgruppen (ca. 40% der Gesamtwertung)
- * Keine stark ausgeprägte Muskelmasse (ca. 20% der Gesamtwertung)
- * Guter Muskeltonus, aber keine stark ausgeprägte Muskeldefinition (ca. 20% der Gesamtwertung)
- * Keine sichtbare Cellulite, besonders im Bein- und Gluteus-Bereich
- * Präsentation (ca. 20% der Gesamtwertung).
- * Schlanker, femininer Körperbau, gesundes und attraktives Erscheinungsbild
- * Gesicht, Make up, Frisur

Von den Teilnehmerinnen der Frauen-Bikini-Klassen werden keine Posingkür und keine gymnastische Darbietung verlangt. Die Frauen-Bikini-Klassen werden nicht nach Bodybuilding-Kriterien bewertet. Es werden keine Pflichtposen abgerufen, starkes Anspannen der Muskulatur soll vermieden werden.

Die Jury trifft ihre Wertung durch den Vergleich der Front-, Seiten- und Rückenansicht der Teilnehmerinnen – dabei müssen die Teilnehmerinnen ihre Arme stets seitlich dicht und mit leicht gebeugten Ellenbogen am Körper halten. Die Hand eines Armes soll locker auf die Hüfte gelegt werden, eine Hüfte ist leicht seitlich gebeugt. Die Fußstellung ist leicht gespreizt, wobei die Füße nicht mehr als 30cm auseinander positioniert werden dürfen. Bei der Rückenansicht soll der Oberkörper möglichst gerade gehalten- und eine Hand seitlich an der Hüfte positioniert werden, das übermäßige Nach-Vorne-Beugen des Oberkörpers ist zu vermeiden.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athletinnen)

Alle Athletinnen betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jede Athletin wird namentlich vorgestellt, zeigt eine oder zwei ihrer besten Posen und bleibt dabei in der Athletinnen-Reihe stehen. Die Athletinnen werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Vierteldrehungen des Körpers

Die Teilnehmerinnen stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athleten schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden:

- Die Füße können, müssen aber nicht flach auf den Boden gehalten werden. Ein Bein darf leicht seitlich gespreizt sein.
- Die Fersen dürfen nicht mehr als 30 cm auseinander platziert sein.
- Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Bei allen Vierteldrehungen ist eine Hand an der Hüfte positioniert.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Bei der Rückenansicht ist das übermäßige Nach-Vorne-Beugen des Oberkörpers zu vermeiden.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen, bei der Seitenansicht ist der Blick der Jury zugewendet.

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athletinnen kann die Jury mehrere oder einzelne Athletinnen zum direkten Vergleich der Vorderansicht und der Vierteldrehungen des Körpers aufrufen. Die Jury ermittelt die besten 12 Athletinnen. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athletinnen in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athletinnen die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmerinnen entscheiden alle Juroren darüber, welche Athletinnen die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren.

Diese nehmen an den folgenden drei Runden der Vorwahl teil: Dem I-Walk, den Vierteldrehungen sowie den möglichen Einzel- oder Gruppenvergleichen.

Alle Athletinnen, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmerinnen ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athletinnen bekannt. Die besten 12 Athletinnen bleiben auf der Bühne, die anderen Teilnehmerinnen verlassen die Bühne.

Runde 2: I-Walk

Jede Teilnehmerin absolviert den sogenannten „I-Walk“ in zügigem Tempo, das heißt, geht zur Mitte der Bühne direkt vor dem Bühnenhintergrund. Von dort aus geht jede Teilnehmerin geradeaus bis zum vorderen Bühnenrand, macht dort eine komplette Drehung des Körpers und reiht sich wieder in das Line-up der Teilnehmerinnen ein. Die Musik für den I-Walk wird durch die GNBf e.V. eingespielt.

Die maximale Dauer des I-Walk darf 30 Sekunden pro Athletin nicht überschreiten, andernfalls bricht der Moderator den I-Walk ab und bittet die nächste Athletin zur Präsentation ihres I-Walk.

Runde 3: Vierteldrehungen des Körpers

Nach Abschluss der Einzelpräsentation der Teilnehmerinnen befinden sich alle Wettkämpferinnen wieder mit der Vorderansicht zur Jury nebeneinander. Es folgt der Vergleich aller Teilnehmerinnen mittels der Vierteldrehungen des Körpers: Front-Seite-Rücken-Seite.

Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athletinnen schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden:

- Die Füße können, müssen aber nicht flach auf den Boden gehalten werden. Ein Bein darf leicht seitlich gespreizt sein.
- Die Fersen dürfen nicht mehr als 30 cm auseinander platziert sein.
- Die Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Bei allen Vierteldrehungen ist eine Hand an der Hüfte positioniert.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Bei der Rückenansicht ist das übermäßige Nach-Vorne-Beugen des Oberkörpers zu vermeiden.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen, bei der Seitenansicht ist der Blick der Jury zugewendet.

Im Anschluss an die Vierteldrehungen des Körpers kann die Jury Gruppen- oder Einzelvergleiche der Athletinnen anfordern.

Runde 4: Gruppen- und/oder Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athletinnen dieser Klasse ruft die Jury mehrere Athletinnen zu Gruppenvergleichen auf und kann außerdem Einzelvergleiche anfordern. Die Vergleiche der Athletinnen erfolgen durch Vierteldrehungen des Körpers.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalistinnen

Die Jury teilt die 6 Finalistinnen mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athletinnen verlassen die Bühne. Die Finalistinnen stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jede Athletin wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athletinnen

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athletinnen dieser Klasse ruft die Jury mehrere Athletinnen zu Gruppenvergleichen auf und kann außerdem Einzelvergleiche anfordern. Die Vergleiche der Athletinnen erfolgen durch Vierteldrehungen des Körpers.

Die Jury wertet die Finalteilnehmerinnen mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.)

Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Die Athletin mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne. Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Die Athletin mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 6 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger fort.

FRAUEN-ATHLETIK

Posing-Bekleidung:

Den Athletinnen der Frauen-Athletik-Klasse obliegt die freie Wahl bezüglich ihres Posing-Bikinis. Der Bikini darf mit Strass-Steinen verziert, und entweder einfarbig oder mehrfarbig sein. Das Tragen von Schmuck oder Armbändern ist nicht erlaubt (Ausnahme Ehering). Die Teilnehmerinnen der Frauen-Athletik-Klasse tragen keine Schuhe.

Wertungskriterien der Frauen-Athletik-Klasse

- Muskeldefinition & Vaskularität (ca. 45% der Gesamtwertung)
- Symmetrische Entwicklung der einzelnen Muskelgruppen (ca. 30% der Gesamtwertung)
- Muskelmasse (ca. 25% der Gesamtwertung)
- Bühnenerscheinung & Charisma
- Körperhaltung

Von den Teilnehmerinnen der Frauen-Athletik-Klasse werden keine Posingkünste und keine gymnastische Darbietung verlangt. Die Jury ruft fünf Posen ab. Das Zeigen nicht durch die Jury geforderter Posen ist nicht erlaubt.

Runde 1: Elimination (Ermittlung der besten 12 Athletinnen)

Alle Athletinnen betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Die Athletinnen werden durch die Jury in einzelne Gruppen aufgeteilt.

Die Jury fragt in der Eliminationsrunde folgende Pflichtposen ab:

- Doppelbizeps von vorne (ein Bein zur Seite abgespreizt, Handhaltung offen).
- Seitliche Brustpose.
- Doppelbizeps von hinten (ein Bein zur Seite abgespreizt, Handhaltung offen).
- Seitliche Trizeps-Pose.
- Bauch- und Beine (Hände hinter dem Kopf, ein Bein nach vorne gestellt).

Die Jury ermittelt die besten 12 Athletinnen. Bei einer Teilnehmerzahl von maximal 16 Athletinnen in einer Klasse liegt die Entscheidung darüber, welche Athletinnen die nächste Wertungsrunde erreichen, in den Händen des Jurybeauftragten und des Jury-Vorstands. In Klassen ab mindestens 17 Teilnehmern entscheiden alle Juroren darüber, welche Athletinnen die Eliminationsrunde bestehen und sich für die nächste Wertungsrunde qualifizieren.

Diese nehmen an den folgenden drei Runden der Vorwahl teil: Symmetrie-Runde, Muskulösitäts-Runde sowie Einzel- oder Gruppenvergleiche. Alle Athletinnen, die sich nicht unter den besten 12 Teilnehmerinnen ihrer Klasse platzieren konnten, werden einheitlich auf den 13. Platz gewertet. Die Jury gibt die besten 12 Athletinnen bekannt. Diese bleiben auf der Bühne, die anderen Athletinnen verlassen die Bühne.

Runde 2: Symmetrie (ca. 30 % der Gesamtwertung)

Alle Athletinnen betreten gemeinsam die Bühne und stehen mit der Vorderansicht zur Jury.

Nach Aufforderung der Jury folgen insgesamt vier Vierteldrehungen, so dass sich die Athletinnen schließlich erneut mit der Vorderansicht zur Jury befinden.

- Die Füße sollen flach auf dem Boden gehalten werden.
- Fersen dürfen nicht mehr als 20 cm auseinander platziert sein.
- Arme sollen keine übertriebene seitliche Ausbreitung zeigen.
- Drehungen von mehr als 15 Grad in den Seitenposen sind nicht gestattet.
- Die Blickrichtung muss der Fußstellung entsprechen.

Bewertungskriterien Symmetrie-Runde

- Proportionen und Gesamtbild.
- Gesamtentwicklung zwischen Ober- und Unterkörper, zwischen Rücken und Frontansicht und der linken zur rechten Körperhälfte.

Runde 3: Muskulösität

Alle Athletinnen einer Klasse stehen gemeinsam auf Bühne, in Vorderansicht zur Jury. Die Jury ruft folgende Pflichtposen ab:

- Doppelbizeps von vorne (ein Bein zur Seite abgespreizt, Handhaltung offen).
- Seitliche Brustpose.
- Doppelbizeps von hinten (ein Bein zur Seite abgespreizt, Handhaltung offen).
- Seitliche Trizeps-Pose.
- Bauch- und Beine (Hände hinter dem Kopf, ein Bein nach vorne gestellt).

Bewertungskriterien Muskulösitäts-Runde

- Muskeldefinition & Vaskularität (Venenzeichnung) – ca. 45% der Gesamtwertung.
- Muskelmasse, aber nicht so ausgeprägt wie in der Bodybuilding-Klasse – ca. 25% der Gesamtwertung.

Runde 4: Gruppen- und Einzelvergleiche

Für die endgültige Bewertung der teilnehmenden Athletinnen dieser Klasse kann die Jury mehrere oder einzelne Athletinnen zum direkten Vergleich der Grundstellungen inklusive Vierteldrehungen und/oder der Pflichtposen aufrufen.

Runde 5: Vorstellungsrunde Finalistinnen

Die Jury teilt die 6 Finalistinnen mit. Diese bleiben im Bühnenhintergrund stehen. Alle anderen Athletinnen verlassen die Bühne. Die Finalistinnen stehen mit der Vorderansicht zur Jury. Jede Athletin einer Klasse wird namentlich vorgestellt und zeigt eine oder zwei beste Posen.

Runde 6: Vergleichsrunde der besten 6 Athleten

Die Jury ruft die Grundstellungen inklusive der vier Vierteldrehungen und die Pflichtposen ab. Zusätzlich kann die Jury Gruppen- und Einzelvergleiche zwischen den Athletinnen aufrufen. Die Jury wertet die Finalteilnehmerinnen mittels Platzwertung 1 bis 6. Die Reihenfolge der Platzierungen erfolgt in absteigender Form (Platz 1 = 1 Punkt, Platz 2 = 2 Punkte usw.) Die jeweils beste und schlechteste Wertung im Finale wird gestrichen, die verbleibenden Punktwertungen werden addiert. Die Athletin mit der niedrigsten Punktzahl liegt vorne. Die Summe der Punktzahl aus der ersten Wertungsrunde (Symmetrie + Muskulösität) wird mit der Summe der Punktzahl aus dem finalen Wertungsrunde addiert. Die Athletin mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Runde 7: Posedown

Die sechs Athleten posen ca. 1 Minute alle zusammen nach eingespielter Musik. Dabei hat jeder Athlet freie Auswahl bezüglich der gezeigten Posen. So können individuelle körperliche Stärken in der Posedown-Runde betont werden. Es besteht keine feste Platzwahl auf der Bühne. Das Wechseln der Position und das Suchen des sportlich- fairen Vergleiches der Athleten untereinander sind erwünscht.

Runde 8: Bekanntgabe der Ergebnisse, Siegerehrung und Dopingtests

Im Anschluss an Runde 7 folgt die Bekanntgabe der Platzierungen der Klasse. Die Bekanntgabe der Platzierungen und die Siegerehrung erfolgt beginnend von Platz sechs und setzt sich aufsteigend bis zum Klassensieger fort.

PAARE

Für Paare gelten die gleichen Abläufe und Bewertungskriterien wie für die Männer-Bodybuilding-Klassen und die Frauen Bodybuilding-Klasse.

Ermittlung des Männer-Bodybuilding-Gesamtsiegers

Die Ermittlung des Männer- Bodybuilding-Gesamtsiegers erfolgt durch ein Stechen der folgenden Athleten:

- Sieger Teenage (bis 17 Jahre)
- Gesamtsieger Junioren (18 bis 21 Jahre – Sieger des Stechens zwischen dem Sieger der Junioren-Klasse bis 75,0 kg Körpergewicht und dem Sieger der Junioren-Klasse ab 75,1 kg Körpergewicht).
- Gesamtsieger Masters (der Sieger des Stechens zwischen dem Sieger Masters 40 bis 49 Jahre, dem Sieger Masters ab 50 Jahre und dem Sieger Masters ab 60 Jahre)
- Sieger Newcomer
- Sieger Männer Bantamgewicht (bis 70,0 kg Körpergewicht)
- Sieger Männer Leichtgewicht (70,1 kg bis 75,0 kg Körpergewicht)
- Sieger Männer Mittelgewicht (75,1 kg bis 80,0 kg Körpergewicht)
- Sieger Männer Schwergewicht (80,1 kg bis 85,0 kg Körpergewicht)
- Sieger Männer Super-Schwergewicht (ab 85,1 kg Körpergewicht)

WEITERE INFORMATIONEN:

Posingmusik (nur Bodybuilding und Men`s Classic Physique - Klassen):

Die Posingmusik des Athleten/der Athletin darf keine vulgären Texte enthalten und muss auf USB-Stick vorzugsweise in MP3 oder WAV Format aufgespielt sein. Die Dauer der Musik soll mindestens 45 und höchstens 60 Sekunden sein. Sollte die Musik länger als 60 Sekunden spielen, so wird die Kür nach Ablauf der 60 Sekunden gestoppt. Die Datei wird bei der Einschreibung der Athleten auf eine Festplatte kopiert und dem/der Athlet/in wieder mitgegeben. Fragen bezüglich des Musikformats und der Trägerform desselben bitte an Thomas Keller via E-Mail thomas@gnbf.de

Posingverhalten:

- Stoßen, Schubsen und Anrempeln während des Posings ist nicht gestattet. Jegliche Arten von Auseinandersetzungen während des Posierens kann die Disqualifikation aller daran beteiligten Athleten/innen bewirken. Ein positives und mit sportlichen Absichten geführtes Vergleichsposing mit anderen Teilnehmern/innen ist erlaubt.
- Das Liegen auf dem Boden ist nicht gestattet.
- Die „Mond-Pose“ (vorgebeugt, den Rücken zur Jury) oder ähnliche Posen sind nicht gestattet.
- Die Teilnehmer/innen müssen während des Wettkampfes gemäß den Anweisungen der Jury posieren.

Best Poser

Die GNBf e.V. vergibt bei der Deutschen Meisterschaft einen Pokal/eine Trophäe für das beste Posing.

Profi-Qualifikation

Die GNBf e.V. Deutsche Meisterschaft gilt als Profi-Qualifikationswettkampf für die Meisterschaften des Weltverbandes PNBA (Professional Natural Bodybuilding Association). Jeder Klassensieger/jede Klassensiegerin qualifiziert sich für die Teilnahme an PNBA-Meisterschaften, vorausgesetzt es sind mindestens 5 Teilnehmer/innen in der jeweiligen Klasse gestartet. Fragen bezüglich der Profi-Qualifikation an Berend Breitenstein via E-Mail berend@gnbf.de

GNBF e. V.-Verhaltensregeln

Schlechtes oder unfaires Benehmen während des Wettkampfes sowie jegliche Verstöße gegen das GNBF e. V.-Reglement können zur Disqualifikation der betroffenen Athleten/innen führen. Zudem können auch disziplinarische Handlungen gegen diese Athleten/innen seitens der GNBF e.V. vorgenommen werden, welche als Konsequenz den Ausschluss von GNBF e.V.-Veranstaltungen haben.

Die Athleten/innen dürfen den Jurymitgliedern während des Wettkampfes keine Fragen stellen oder GNBF e.V. Mitarbeiter, Sponsoren oder andere anwesende Personen beschimpfen oder belästigen. Ohne direkte Anweisung des Jury-Vorsitzenden oder des Bühnenkoordinators ist es den Athleten/innen nicht erlaubt, die Bühne zu verlassen. Kaugummi kauen auf der Bühne ist nicht erlaubt. Für den Fall, dass ein Athlet/eine Athletin auf der Bühne über starkes Unwohlsein klagt und/oder sich massive Kreislaufprobleme einstellen, muss der Athlet/die Athletin den Jury- Vorsitzenden oder den Bühnenkoordinator per Handzeichen darauf aufmerksam machen und den Backstage-Bereich aufsuchen. Im Backstage Bereich darf getrunken werden. Der Athlet/die Athletin hat die Chance, den Wettkampf im Anschluss an die Flüssigkeitsaufnahme fortzusetzen und auf die Bühne zurückzukehren. Ebenso darf der Athlet bei übermäßigen Schwitzen die Bühne verlassen und sich im Backstage-Bereich mittels dort zur Verfügung gestellter Handtücher abtupfen. Ein erneutes Verlassen der Bühne führt zur Disqualifikation vom Wettkampf.

Die an der GNBF e. V. Deutschen Meisterschaft teilnehmenden Athleten/innen sind angewiesen, sich sportlich einwandfrei zu verhalten. Das Benehmen der Athleten/innen darf von den GNBF e. V. Mitarbeitern- und Mitgliedern sowie von weiteren Anwesenden (Medienvertreter, Publikum u.a.) nicht als unsportlich, aggressiv oder unanständig empfunden werden.

Beispiele eines solchen Benehmens sind verbale oder körperliche Auseinandersetzungen mit Jurymitgliedern, GNBF e.V.-Mitarbeitern, Athleten/innen und Zuschauern, das Verwenden von vulgären Ausdrücken oder ein unkorrektes Verhalten gegenüber Medienvertretern, die von der GNBF e.V. autorisiert wurden, Interviews zu führen oder Fotos zu machen. Derartige Verhaltensweisen führen zum Ausschluss aus dem Verein. Den Athleten/innen ist es nicht gestattet, die Beurteilung der Jury während des Wettkampfes zu beanstanden oder in Frage zu stellen. Die Athleten/innen haben hingegen das Recht, nach dem Wettkampf um eine Erläuterung der individuellen Platzierung zu fragen.

Das frühzeitige Verlassen der Siegerehrung, die verbale Beanstandung der Endbewertung auf der Bühne, das Nichtakzeptieren der Preise und Gewinne während der Verleihung oder respektloses Benehmen sind klare Verstöße gegen das GNBF e.V.-Reglement und führen zum Ausschluss aus dem Verein.

Die Athleten/innen dürfen sich vor, während und nach dem Wettkampf den GNBF e.V.- Mitgliedern gegenüber nicht aggressiv, beleidigend oder vulgär äußern.

Sollte ein Athlet/eine Athletin Grund zur Einreichung von Beschwerden, Kommentaren oder Kritik bezüglich der Wettkampfbewertung-, Organisation-, Durchführung oder anderer Probleme im Zusammenhang mit einem GNBF e.V.-Wettkampf haben, kann er/sie diese unmittelbar nach dem Wettkampf auf schriftlichem Wege dem GNBF e.V.-Sekretariat einreichen. Der Athlet/die Athletin erhält innerhalb von 4 Wochen seitens des GNBF e.V.-Vorstandes eine Antwort beziehungsweise eine Erklärung auf seine/ihre Fragen.

DOPING-TESTS

Die einzelnen Klassensieger/innen der folgenden Kategorien werden gegebenenfalls jeweils direkt nach der Siegerehrung getestet: Frauen-Bodybuilding, Frauen-Athletik, Junioren-Klasse bis 175,0 cm und/oder Junioren-Klasse ab 175,1 cm (der Junioren-Gesamtsieger nimmt am Gesamtsiegerstechen teil und wird zusammen mit den anderen Klassensiegern nach Ende der Veranstaltung getestet), Masters 40 bis 49 Jahre und/oder Masters ab 50 Jahre (der Masters-Gesamtsieger nimmt am Gesamtsiegerstechen teil und wird zusammen mit den anderen Klassensiegern nach Ende der Veranstaltung getestet).

Die einzelnen Klassensieger/innen der Frauen-Bikini-Klasse bis 165,0 cm Körpergröße, der Frauen-Bikini-Klasse ab 165,1 cm Körpergröße, der Frauen-Masters-Bikini-Klasse ab 40 Jahre, der Junioren-Physique-Klasse bis 21 Jahre, der Men`s Physique-Klasse bis 178,0 cm Körpergröße, der Men`s Physique-Klasse ab 178,1 cm Körpergröße, der Männer-Athletik-Klasse bis 178,0 cm Körpergröße und der Männer-Athletik-Klasse ab 178,1 cm Körpergröße werden gegebenenfalls direkt nach den Gesamtsiegerstechen dieser Klassen getestet.

Die einzelnen Klassensieger der folgenden Bodybuilding-Kategorien und damit die Teilnehmer am Bodybuilding-Gesamtsiegerstechen werden jeweils nach dem Ende der Veranstaltung - im Anschluss an das Bodybuilding-Gesamtsiegerstechen getestet: Teenage, Junioren-Gesamtsieger, Masters-Gesamtsieger, Bantamgewicht, Leichtgewicht, Mittelgewicht, Schwergewicht, Super-Schwergewicht. Unmittelbar nach Bekanntgabe der jeweiligen Klassenwertung wird jeder einzelne Klassensieger gegebenenfalls durch einen von der GNBF e.V. beauftragten Mitarbeiter bis zum Ende des Dopingtests begleitet, um mögliche Manipulationen der Dopingproben vor Beginn der Dopingtests auszuschließen.