

BIKINI WELLNESS

REGLAS GENERALES

- En esta modalidad deportiva, el énfasis se sitúa en la estética, la belleza y la feminidad, combinada con un físico atlético.
- Brinda la oportunidad a jóvenes y adultos para mostrar lo mejor de las mujeres atléticas y se diferenciara de Bikini por la forma estructural de sus anatomías y sus curvas características de un cuerpo femenino.
- Wellness = bienestar físico y mental,
- Debe presentar curvas firmes y suaves sin mostrar exceso de grasa o celulitis y no rebasar la hipertrofia exagerada, pero su silueta puede lucir ligeras marcas musculares que muestren un físico más atlético y suave; Admitiendo caderas y piernas más grandes.
- No será bien visto exceso de grasa en brazos, tríceps, abdomen, oblicuos, femorales o entrepierna,
- Se admite mas desarrolló en muslos y glúteos a diferencia que los brazos, espalda, pecho y abdomen.

PRESENTACIÓN EN EL ESCENARIO



BIKINI:

- El bikini será de color de libre elección, confeccionado en material y textura a discreción de la competidora, el uso de terciopelo está permitido.
- El bikini puede llevar adornos en pedrería, lentejuelas o similares; pero no podrá tener volantes, cordones ni bandas.
- El bikini deberá cubrir la mitad de los glúteos, junto con toda la parte del pecho, sin dejar zonas visibles en los costados.
- Está permitida la colocación de conectores metálicos en el bikini, al costado a la altura de la cadera, con un ancho mínimo de 1,5 centímetros.
- Diseños de bikini con corte demasiado pequeño en la zona anterior de la entrepierna y pubis, están totalmente prohibidos

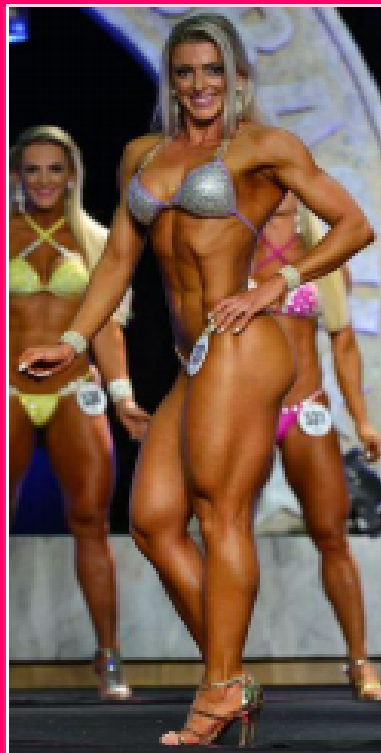
PRESENTACIÓN EN EL ESCENARIO

- Zapato de tacón o sandalia, con u máximo de 12 cm y 1 cm de plataforma oculta.
- Está permitido el uso de joyería, pendientes, pulseras o adornos en este round, siempre que su tamaño y ubicación no impidan la visión del físico de la atleta.
- El cabello puede estar estilizado, de acuerdo al gusto de la atleta, pero no debe impedir la visión clara de la parte superior la espalda, para efectos del juzgamiento del físico completo de la atleta.
- Se recomienda tono de la piel bronceado para una mejor visualización del físico en el escenario, el uso de brillo debe ser moderado



POSES REGLAMENTARIAS

CUARTOS DE GIRO



CUARTO DE GIRO A LA DERECHA, MUESTRA COSTADO IZQUIERDO

La atleta girara para mostrar su costado izquierdo, con la parte superior del cuerpo ligeramente girado hacia los jueces.

La mano izquierda deberá estar apoyada en la cadera izquierda.

Los pies deberán estar juntos y el cuerpo de la atleta deberá estar apoyado en la pierna izquierda la cual estará recta, sin flexionar en la rodilla, la pierna derecha estará ligeramente flexionada

POSES REGLAMENTARIAS



CUARTO DE GIRO, de espaldas

Las competidoras giraran nuevamente a la derecha y quedaran de espalda a los jueces, los pies no deberán estar separados por más de 30 centímetros.

Las atletas deberán tener una mano apoyada en la cadera y no se está permitido voltear a mirar a los jueces en ningún momento durante la pose comparativa

POSES REGLAMENTARIAS



CUARTO DE GIRO A LA DERECHA, MUESTRA COSTADO DERECHO

La atleta girara para mostrar su costado derecho, con la parte superior del cuerpo ligeramente girado hacia los jueces.

La mano derecha deberá estar apoyada en la cadera derecha.

Los pies deberán estar juntos y el cuerpo de la atleta deberá estar apoyado en la pierna derecha la cual estará recta, sin flexionar en la rodilla, la pierna izquierda estará ligeramente flexionada

POSES REGLAMENTARIAS



CUARTO DE GIRO HACIA EL FRENTE

La competidora hará nuevamente un cuarto de giro a la derecha y quedara de frente a los jueces.

Posicionara una mano sobre la cadera y podrá estar apoyada sobre una pierna, mientras la otra está ligeramente flexionada.

Los pies no deberán estar separados más de 15 centímetros y posicionado hacia un lado y hacia el frente.

WELLNESS FITNESS

Cuartos de giro

