

附件 1:

# 2020 年甘肃省第八届健美健身锦标赛 竞赛规程

## 一、主办单位

指导单位：中国健美协会

主办单位：甘肃省社会体育管理中心

酒泉市文体广电和旅游局

酒泉广播电视台

承办单位：肃州区文体广电和旅游局

肃州区体育中心

执行单位：甘肃省健身健美协会（筹）

酒泉市动感时代体育文化有限公司

甘肃省威爱斯体育文化传播有限公司

支持媒体：酒泉广播电视台 中国健美协会网

甘肃省体育局官网 甘肃省社会体育管理中心官网

今日头条 新华网等

## 二、比赛时间、地点

比赛时间：2020 年 11 月 4 日-8 日

比赛地点：酒泉市肃州区

## 四、参赛单位

各市、州、区、行业协会、健身俱乐部、大专院校、体育院系、社会团体、企业及个人。

## 五、比赛项目及分组

### (一) 男子比赛项目

1. 男子古典健美
2. 男子传统健美
3. 男子健体
4. 男子健身模特
5. 健美元老组
6. 男子健身

### (二) 女子比赛项目

1. 女子比基尼健身
2. 女子形体
3. 女子健身模特
4. 女子健身

## 六、比赛分组与身高 (CM)、体重 (KG) 规定

(一) 健美元老组、男子健身、女子健身、大学生女子比基尼、大学生女子健身模特设公开组。

(二) 男子古典健美按身高、体重划分 5 个组 (级) 别:

- 身高 168 (含) 以下, 体重 $\leq$ 身高-100;
- 身高 168.01-171 (含), 体重 $\leq$ 身高-100+2KG 体重;
- 身高 171.01-175 (含), 体重 $\leq$ 身高-100+4KG 体重;
- 身高 175.01-180 (含), 体重 $\leq$ 身高-100+6KG 体重;
- 身高 180 以上, 体重 $\leq$ 身高-100+8KG 体重;

(三) 男子传统健美按体重分 5 个组 (级) 别:

--65 公斤级——(65KG<含>以下)

--70 公斤级——(65.1KG—70KG(含 70KG))

--75 公斤级——(70.1KG—75KG(含 75KG))

--80 公斤级——(75.1KG—80KG(含 80KG))

--80 公斤级以上

(四) 男子健身模特按身高分 2 个组 (级) 别

A 组 174 (含) 以下;

B 组身高 174.01-180 (含);

C 组身高 180 以上;

(五) 男子健体按身高分 3 个组 (级) 别

A 组 174 (含) 以下;

B 组身高 174.01-178 (含);

C 组身高 178 以上;

(六) 女子形体按身高分 2 个组 (级) 别

A 组身高 163 (含) 以下;

B 组身高 163 以上

(七) 女子比基尼健身按身高分 4 个组 (级) 别

A 组身高 164 以下 (含);

B 组身高 164.01-168 (含);

C 组身高 168.01-172 (含);

D 组身高 172 以上;

**(八) 女子健身模特按身高分 2 个组 (级) 别**

A 组身高 172CM (含) 以下;

B 组身高 172CM 以上

**(九) 大学生组男子健体**

A 组身高 174 (含) 以下;

B 组身高 174 以上

**(十) 大学生组男子健身模特**

A 组身高 176 (含) 以下;

B 组身高 176 以上;

**七、年龄规定及参赛范围**

(一) 年龄规定: 年满 16 周岁的中国公民和国际选手可报名参赛。

(二) 男子健美元老组参赛年龄为 1970 年 11 月 6 日(含)以前出生。

**八、比赛办法**

(一) 比赛执行中国健美协会 2019 年新版《健美健身竞赛规则》。

(二) 各组(级)比赛根据报名人数进行预赛、半决赛和决赛。

(三) 男子健美比赛穿单色三角裤(赛裤两侧宽度不得小于 1 厘米)。

(四) 男子健身和女子健身比赛方式

1. 预赛进行形体比赛

2. 半决赛、决赛进行形体、运动特长（90 秒）比赛。

(五) 男子健体比赛按以下方式进行

1. 预赛穿黑色非紧身齐膝短裤展示形体。

2. 半决赛、决赛穿非紧身自选色齐膝短裤展示形体。

(六) 男子健身模特按以下要求和方式进行

1. 体格匀称健康和俊俏的视觉风格。

2. 第一轮穿紧身体操背心、齐腿非紧身同色体操短裤，不低于 25CM，上衣要半遮住胸肌和斜方肌。

3. 前 10 名进入第二轮休闲西服展示。上身着修身的休闲西服，露出上身和腹肌，下身着休闲裤，光脚不穿鞋。

(七) 女子形体健身比赛方式

1. 预赛穿黑色比基尼展示形体。

2. 半决赛、决赛穿自选比基尼展示形体。

(八) 女子健身模特按以要求和方式进行

1. 具备良好的身形和靓丽的视觉风格。

2. 第一轮穿紧身连体健身模特泳衣展示，前 10 名进入第二轮穿晚礼服展示。

3. 第一轮穿紧身连体健身模特泳衣做四个转向，第二轮穿晚礼服走模特步按 I 路线展示自然身形。

(九) 女子比基尼健身比赛按以下方式进行

1. 预赛穿自选比基尼展示形体。

2. 决赛穿自选比基尼走 I 路线展示形体。

(十)丈量身高、称量体重和检录时对运动员的比赛服装、鞋及竞赛油彩进行检查，不符合规定不允许参赛。

(十一)报名后更换比赛项目可在赛前技术会议上向竞赛裁判组提出申请。

## 九、参加办法

(一)每队可报领队1人，教练员2人，运动员不限。运动员不能兼任领队和教练。

(二)参赛单位自行办理比赛期间伤病意外事故保险(含往返赛区途中及在比赛期间可能发生的伤病),自行承担可能发生的医疗费用。

(三)参赛队需按时报到和参加赛前有关会议，无故缺席者视为放弃参赛。

(四)各队参加计团体总分的运动员人数不限。

(五)男子古典健美、男子传统健美、男子健体、男子健身模特、女子比基尼健身、女子形体、女子健身模特分别产生全场冠军。男子古典健美、男子传统健美、男子健体、男子健身模特、女子比基尼健身、女子形体、女子健身模特以及大学生组比赛获得各级别前3名的运动员参加同项目全场冠军比赛。

(六)级别不足3人(含3人)将合并组别。

(七)各项目不得兼项(大学生除外)。

(八)参加大学生组的运动员必须是甘肃省在校大学生(持在校学生证)。

## 十、报名和报到

(一)接受团队和个人报名，运动员跨队重复报名无效。

(二)各参赛单位需将报名表(电子版)于10月26日18:00前发至邮箱357898270@qq.com,逾期不再受理。报名表可在甘肃省社会体育管理中心官方网站下载：<http://www.gssstzx.com>。

(三)请参赛人员将参赛自选音乐以MP3格式发送至邮箱357898270@qq.com,并注明姓名、性别、单位及参赛项目。

(四)比赛报到地点另行通知。

(五)报名联系方式

甘肃省社会体育管理中心

甘肃省健身健美协会(筹)

地址：兰州市城关区金昌南路332号

电话(传真)：0931—8812737

联系人：龙 焘 13919305005

冯 刚 13993137727

## 十一、录取名次与奖励

(一)团体名次录取前8名。计分方式根据各队运动员在各项(组)比赛中的前8名成绩按9、7、6、5、4、3、2、1计算,即获第1名计9分,第2名计7分,依此类推。如得分相同,以获得第1名多的队名次列前。再相同,以获得第2名多的队名次列前,以此类推。

(二)各项(组)比赛录取前10名。

(三) 获得团体前 8 名的队伍颁发牌匾。

(四) 各项比赛设特别奖

- 1、古典健美比赛设“完美体格奖”
- 2、传统健美比赛设“最佳肌肉奖”
- 3、女子比基尼健身比赛设“最佳风采奖”
- 4、男子健体比赛设“最佳魅力奖”
- 5、女子形体比赛设“最佳形体奖”
- 6、男子、女子健身模特比赛分别设“最佳名模奖”
- 7、男子、女子健身比赛设“最佳表演奖”

(五) 男子古典健美、男子传统健美、男子健体、男子健身模特、女子比基尼健身、女子形体、女子健身模特全场冠军颁发奖牌、奖杯和奖金；获各组、级别比赛前 10 名和特别奖的运动员颁发证书；获得各单项比赛前 3 名的运动员颁发奖牌、证书。

(六) 比赛总奖金 8 万元（含奖品），分配方式另行通知。

## **十二、参赛费用**

1、参赛队员比赛期间食宿，差旅费用自理。

2、本次大赛由甘肃省威爱斯体育文化传播有限公司提供技术服务。

## **十三、反兴奋剂工作**

参赛运动员严禁服用兴奋剂，一经发现使用违禁品，取消参赛资格和成绩。

## **十四、其他**



(一) 甘肃省健身健美协会(筹)及其合作伙伴有权使用运动员的竞赛图片和视频进行旨在促进健身健美运动发展的各项宣传活动。

(二) 裁判员由甘肃省健身健美协会(筹)指派,不足人员由承办单位补充。

(三) 严禁使用违禁药物,违者按照国家体育总局《关于严格禁止在体育运动中使用兴奋剂行为的规定》的规定处罚。

(四) 比赛场、馆内严禁到处乱涂抹油、色,破坏公共财物,违者照价赔偿和取消比赛资格。

(五) 称量体重、丈量身高一律穿比赛服,违者不能参加称重、量身高、抽签。

(六) 参赛运动员必须身体健康,各参赛队务必自行办理伤病意外事故保险,在比赛期间发生的伤病及治疗费用自理。

(七) 为确保比赛场馆不受油色的污染,参赛运动员只能使用喷涂类液体油彩,禁止使用涂抹类膏状油彩。

(八) 所有参赛工作人员、裁判员、运动员报到时需提供健康码并测量体温,佩戴口罩。

**十五、未尽事宜,另行通知。**