

STATUTEN NBBF (UITTREKSEL)

De vereniging heeft tot doel het bevorderen van een verantwoorde en esthetische ontwikkeling van het menselijke lichaam bij personen van beiderlei geslacht. (Art. 2 der statuten)

De vereniging tracht dit doel te bereiken door:

- a. het onder deskundige begeleiding beoefenen en doen beoefenen van gerichte Gewichtstraining m.n. Bodybuilding
- b. het geven van doelgerichte, verantwoorde voedingsadviezen met als doel de algemene conditie te verbeteren en de sportprestaties te verhogen.
- c. het aantrekken en opnemen in haar organisatie van sportscholen, welke zij bij uitstek geschikt acht.
- d. het medewerken aan het bevorderen van wetenschappelijk onderzoek op het werk terrein van de vereniging.
- e. het geven van voorlichting o.a. door het uitgeven of het doen van publicaties.
- f. het leggen van contacten met organisaties met een gelijkgericht doel.
- g. het houden van wedstrijden en demonstraties en het deelnemen aan wedstrijden en demonstraties die worden georganiseerd door buitenlandse, bij de IFBB aangesloten instellingen.
- h. het verrichten van al hetgeen met het vorenstaande in de ruimste zin verband houdt, of daaraan bevorderlijk zijn.

De werkzaamheden van de vereniging richten zich op de eerste plaats op de amateuristische sportbeoefening, doch daarnaast ook op de beroepssportbeoefening. (art. 3 der statuten)

WEDSTIJDREGELEMENT

Nederlandse Bodybuilding en Fitnessfederatie

Hoofdstuk

| | |
|---|----|
| 1: Algemene bepalingen | 4 |
| 2: Gedragscode | 6 |
| 3: Wedstrijden en toelatingen | 9 |
| 4: naamgeving en titels | 12 |
| 5: categorieën | 13 |
| 6: Klassering en licenties | 14 |
| 7: Wedstrijdofficial | 17 |
| 8: Deelname aan wedstrijden | 19 |
| 9: Jury | 23 |
| 10: Wedstrijdprocedure | 26 |
| 11: Poses en jurering, Heren | 34 |
| 12: Poses en jurering, Dames | 39 |
| 13: Procedure, poses en jurering, Duo's | 42 |
| 14: Selectie | 44 |
| 15: Protesten | 45 |
| 16: Straffen en disciplinaire maatregelen | 47 |
| 17: Prijzen en prijsuitreiking | 50 |
| 18: Begeleiders | 52 |
| 19: Organisatie van Wedstrijden | 54 |
| 20: Wedstrijdaccomodatie | 59 |
| 21: Doping- reglement | 61 |
| 22: IFBB/NBBF lijst van verboden middelen | 64 |

LIJST VAN AFKORTINGEN

- I.F.B.B. International Federation of Body Builders
E.B.B.F. Europese Body Building Federatie
N.B.B.F. Nederlandse Bodybuilding & Fitness Federatie
H.B. Hoofdbestuur
W.C. Wedstrijdcommissie
J.C. Jury comité
H.J. Hoofd jury



HOOFDSTUK 1

ALGEMENE BEPALINGEN

1.1

Waar in dit reglement sprake is van bodybuilder(s), fitnessers(s), deelnemers(s) of winnaar(s), dient tevens gelezen te worden, bodybuildster(s), fitnesser(s), deelnemster(s) en winnares(sen). Ook voor het overige geldt dat mannelijke substantieven eveneens naar vrouwelijke personen kunnen verwijzen, tenzij uit de context duidelijk anders blijkt.

1.2

Dit reglement kan iedereen die deelneemt, of wil gaan deelnemen aan wedstrijden, trainers, sportschoolhouders en andere belanghebbenden opvragen bij het HB van de NBBF of downloaden van de NBBF-site.

1.3

Een ieder die deelneemt aan wedstrijden, onderwerpt zich door inschrijving aan de bepalingen van dit reglement.

1.4

Een ieder die deelneemt aan wedstrijden dan wel deelnemers op enigerlei wijze begeleidt, wordt geacht bekend te zijn met de inhoud van dit reglement. Nimmer zal een beroep gedaan kunnen worden op onbekendheid met enige in dit reglement opgenomen bepalingen.

1.5

Een ieder die als wedstrijdofficial optreedt, wordt geacht bekend te zijn met de inhoud van dit reglement. Nimmer zal een beroep gedaan kunnen worden op onbekendheid met enige in dit reglement opgenomen bepalingen.

1.6

Deze regels zijn van toepassing op alle in Nederland georganiseerde, nationale en regionale wedstrijden. Bij internationale ontmoetingen zijn de IFBB regels van toepassing.

1.7

Ieder die op enigerlei wijze medewerking verleent of deelneemt aan wedstrijden of andere activiteiten op bodybuilding en fitness gebied, welke niet onder auspiciën staan van de NBBF of worden ondernomen met haar uitdrukkelijke instemming, kunnen voor de duur van maximaal 5 jaar geschorst worden als lid van de federatie. (art. 6 sub 8 der statuten). Het Hoofdbestuur kan wanneer zij dit nodig acht de IFBB regels hiervoor hanteren.

1.8

Dit reglement is gebaseerd op het "IFBB-guide book" en kan te allen tijde hieraan worden aangepast, zonder dat voorafgaande wijziging noodzakelijk is.

1.9

Over de wijzigingen in deze regels beslist het HB na overleg met het jury comité cq hoofdjury.

1.10

In gevallen waarin de regels niet voorzien beslist het HB.

In spoedeisende gevallen, bijv. op wedstrijden, wanneer geen HB- lid aanwezig is, beslist de WC over organisatorische kwesties. De WC beslist tevens na overleg met de voorzitter van de jury, over kwesties die betrekking hebben op de jureringprocedure.



HOOFDSTUK 2

GEDRAGSCODE

2.1

Door lid te worden van de International Federation of Body Builders (IFBB) of hierbij aangesloten Nederlandse Bodybuilding en Fitness Federatie (NBBF), verplicht men zich de statuten en reglementen van de IFBB/NBBF en haar gedragscode te respecteren.

2.2

Het wordt voor iedere bodybuilder/fitnesser als een ernstig vergrijp beschouwd zich pornografisch en/of op aanstotende wijze te laten fotograferen. Een bodybuilder/fitnesser die zich aan een dergelijk vergrijp schuldig maakt, zal geschorst worden voor een door het HB te bepalen periode.

2.3

Als lid van de IFBB/NBBF bent u tevens een vertegenwoordiger van onze federatie. Daarom wordt van u verwacht, dat u zich zowel moreel als fysiek voorbeeldig zult gedragen, teneinde andere mensen te inspireren tot het beoefenen van onze sport

2.4

Ten aanzien van deelnemers aan wedstrijden:

Wij, de bodybuilders/fitnessers realiseren ons dat ons gedrag van invloed is op de goede naam van onze sport bodybuilding en fitness. Wij zijn ons bewust van de verantwoordelijkheid die wij hiervoor dragen en beloven plechtig:

- a. Onze plichten te zullen vervullen tegenover de maatschappij, onze trainers, de officials en de bestuursleden van de IFBB/NBBF
- b. De sport bodybuilding en fitness eer aan te doen, te steunen en waardigheid te verlenen door zo goed als in ons vermogen ligt aan wedstrijden deel te nemen en door zo goed mogelijk in vorm te zijn bij het geven van demonstraties en seminars.
- c. Onze tegenstanders te respecteren op voet van gelijkheid in de geest van vriendschappelijke rivaliteit en sportiviteit.
- d. Het wedstrijdreglement te respecteren en eerlijk na te leven in samenwerking met de officials.
- e. De beslissingen van de jury te accepteren in de geest van sportiviteit zonder ons te verlagen tot zelfzuchtige beschuldigingen, in de overtuiging dat deze beslissingen eerlijk en objectief tot stand gekomen zijn.

- f. Te blijven streven naar lichamelijke perfectie en de juiste morele principes.
- g. Het vertrouwen waard te zijn dat in ons gesteld is door onze deelname en vertegenwoordiging van ons land en ons te houden aan de normen van persoonlijk gedrag die van ons verwacht worden.
- h. De waarde van het bodybuilding en fitness te herkennen en de toekomstige ontwikkeling van deze sport te dienen, door zelf een voorbeeld te zijn dat anderen kan inspireren tot deelname.
- i. Samen te werken met onze bestuursleden bij de ontwikkeling van morele en fysieke normen, zowel voor de sport bodybuilding en fitness als ter bevordering van de oogmerken van de IFBB/NBBF

2.5

Ten aanzien van de bestuursleden:

Wij de bestuursleden, realiseren ons dat ons beleid, onze beslissingen en daden, van invloed zijn op de goede naam van de sport bodybuilding en fitness. Wij zijn ons bewust van de verantwoordelijkheid die wij hierdoor dragen en beloven plechtig:

- a. Alle bodybuilders, fitnessers, officials en andere bestuurleden, waar nodig van dienst te zijn.
- b. De sport bodybuilding en fitness en het begrip voor haar oog merken en doelen, haar waarden en verworvenheden te bevorderen en zodoende allen te verenigen die in welke hoedanigheid dan ook, deel hebben aan deze sport, in gevoelens van wederzijds respect en vriendschap.
- c. De gezondheid en lichamelijke conditie van bodybuilders en fitnessers te beschermen.
- d. De best mogelijke voorwaarden te scheppen voor bodybuilders en fitnessers om lichamelijke perfectie te bereiken.
- e. Zo goed mogelijke voorwaarden te scheppen voor bodybuilders en fitnessers en officials, ten einde wedstrijden optimaal te doen verlopen.
- f. Met de grootst mogelijke doelmatigheid samen te werken met de officials in het uitvoeren van wedstrijd taken.
- g. De statuten van de IFBB/NBBF, alsmede de reglementen, na te leven en te eerbiedigen.
- h. De waarde van bodybuilding te erkennen en samen te werken met de bodybuilders in het inspireren van anderen tot deelname, zodat de toekomst van de sport bodybuilding en fitness verzekerd wordt.
- j. Samen te werken met alle betrokken partijen bij de ontwikkeling van morele en fysieke normen, zowel voor de sport bodybuilding en fitness als ter bevordering van de oogmerken van de IFBB/NBBF.

2.6

Ten aanzien van de officials:

Wij, de officials realiseren ons dat onze daden en beslissingen als juryleden e.d. van invloed zijn op de goede naam van de sport bodybuilding en fitness. Wij zijn ons bewust van de verantwoordelijkheid die wij hiervoor dragen en beloven plechtig:

- a. Eerlijk, onpartijdig en objectief alle wedstrijdregels toe te passen.
- b. De belangen van alle deelnemers op gelijke wijze te beschermen.
- c. Samen te werken in het scheppen van zo goed mogelijke voorwaarden voor het verloop van wedstrijden in het belang van de deelnemers, officials en bestuursleden.
- d. Begrip te hebben voor de gevoelens en de strijd lust van de bodybuilders en fitnessers en voor hen sterke emoties in de hitte van de strijd.
- e. De eisen van een doelmatig bestuur te respecteren en bereidwillig en direct mee te werken met de officieel aangestelde bestuursleden.
- f. Samen te werken met anderen bij de wedstrijd betrokken officials door beslissingen direct en duidelijk te nemen in overeenstemming met de eisen van de wedstrijd en/of jurering-procedure.
- g. Ons te onthouden van pogingen om beslissingen van andere juryleden en officials te beïnvloeden en hun persoonlijke meningen en beslissingen te eerbiedigen.
- h. Het bijzondere vertrouwen dat in ons gesteld is door onze benoeming als jurylid of official waar te maken en ons te houden aan normen van persoonlijk gedrag zoals dat van ons verwacht wordt.
- j. Samen te werken met onze bodybuilders en fitnessers en bestuursleden bij de ontwikkeling van morele en fysieke normen voor de sport bodybuilding en fitness als ter bevordering van de oogmerken van de IFBB/NBBF.

HOOFDSTUK 3

WEDSTRIJDEN EN TOELATINGEN

3.1

Aan wedstrijden, georganiseerd door of onder auspiciën van de NBBF, kan alleen worden deelgenomen door leden van de NBBF of andere bij de IFBB aangesloten organisatie.

3.2.

Men is alleen gerechtigd deel te nemen aan die wedstrijden waarvoor men zich heeft gekwalificeerd.

3.3

Aan de Nederlandse Kampioenschappen kan alleen worden deelgenomen door hen die de Nederlandse Nationaliteit bezitten, of door hen die 5 jaar of langer in Nederland woonachtig zijn.

3.4

Voor uitzending naar Internationale ontmoetingen, komen alleen zij in aanmerking die de Nederlandse nationaliteit bezitten.

3.5

Heb HB kan in bijzondere gevallen ontheffing verlenen van de verplichting aan artikel 3.3 en/of 3.4 te voldoen.

3.6.

Deelname aan wedstrijden “buiten mededinging” is in principe mogelijk, e.e.a. ter beoordeling van het HB.

3.7

De NBBF organiseert of doet organiseren, jaarlijks minstens twee zgn. “A- wedstrijden”, (Nederlandse Kampioenschappen en de “Grand Prix van Nederland), e.e.a. onder voorbehoud.

3.8

De NBBF organiseert of doet organiseren jaarlijks minstens twee zgn. B- wedstrijden, e.e.a. onder voorbehoud.

3.9

De NBBF organiseert of doet organiseren jaarlijks minstens twee zgn. C- wedstrijden, e.e.a. onder voorbehoud.

3.10

De NBBF kan organiseren of doen organiseren zgn. “Selectiewedstrijden” en “bijzondere wedstrijden.

3.11

Het initiatief tot organiseren van wedstrijden behoeft niet van de NBBF zelf uit te gaan. De initiatiefnemer/organisator, dient voorgenomen wedstrijden bij de WC, minstens 6 maanden van tevoren aan te vragen (zie verder hoofdstuk 19)

3.12

Onder “bijzondere” wedstrijden worden verstaan, alle wedstrijden die niet tot een der in art. 3.14 genoemde klassen behoren. Gedacht kan bijv. worden aan nieuwelingen, gala’s, open wedstrijden of veteranenwedstrijden.

3.13

De status van bijzondere wedstrijden wordt door het HB bepaald.

3.14

Er zijn drie klassen nationale wedstrijden:

- A- Wedstrijden. Hieronder vallen de Nederlandse Kampioenschappen de “Grand Prix” van Nederland en de selectiewedstrijden voor uitzending naar internationale ontmoetingen.
- B- wedstrijden. Hieronder vallen de nationale B- wedstrijden. Ook bijzondere wedstrijden kunnen geheel of gedeeltelijk de B- status krijgen.
- C- Wedstrijden. Hieronder vallen beginnerwedstrijden en open districtskampioenschappen. Ook bijzondere wedstrijden kunnen geheel of gedeeltelijk de C- status krijgen.

3.15

Selectie voor uitzending naar de Europese Kampioenschappen valt samen met of vindt plaats tijdens de Nederlandse kampioenschappen. Selectie voor uitzending naar de Wereldkampioenschappen valt samen met of vindt plaats op de “Grand Prix” van Nederland. In voorkomende gevallen kan van deze regel worden afgeweken en kan selectie op een andere, door het HB te bepalen wijze plaatsvinden. (zie hoofdstuk 14)

3.16

Nieuwelingenwedstrijden en de nieuwelingenklasse bij andere bijzondere wedstrijden staan open voor nieuwelingen.

C- wedstrijden staan open voor nieuwelingen en C- klassers.

B- wedstrijden staan open voor C- klassers en B- klassers.

A- wedstrijden staan open voor B- klassers en A- klassers. (zie verder hoofdstuk 6). Indien gepaard gaande met gecontroleerde selectie, zijn A- wedstrijden open en toegankelijk voor deelname voor iedereen.

3.17

Zgn. clubwedstrijden behoeven niet onder auspiciën der Federatie te worden georganiseerd, al wordt dit wel aangeraden. Art. 1.6 en 1.7 van dit reglement zijn echter van toepassing.

3.18

Er is slechts sprake van een clubwedstrijd, indien leden van niet meer dan twee verenigingen of sportscholen hieraan deelnemen.

3.19

Het HB is te allen tijde gerechtigd een waarnemer naar clubwedstrijden te zenden. Bij twijfelgevallen omtrent de status van een wedstrijd beslist het HB na overleg met de betreffende waarnemer.

3.20

De technische leiding m.b.t. het wedstrijdgebeuren in Nederland, berust uitsluitend bij de WC.

3.21

Binnen de NBBF kunnen comités worden opgericht en deze moet uit minimaal 3 personen bestaan, met dien verstande dat van een damescomité een meerderheid uit vrouwen dient te bestaan. De leden van de comités worden door het HB benoemd, telkens voor de duur van een jaar. Aftredende leden zijn onmiddellijk herbenoembaar.

3.22

Statutair dient minstens een lid van het HB deel uit maken van een comité.

3.23

De bevoegdheden en taken van een comité worden afzonderlijk geregeld.

3.24 Jury's worden samengesteld door en onder verantwoordelijkheid van de Hoofdjury eventueel in samenwerking met een jury comité.

3.25

Is er sprake van een jury- comité dan moet deze uit minimaal drie personen bestaan van wie minstens een vrouw. Ook hier geldt art. 3.21

3.26

Statutair dient minsten een lid van het HB deel uit te maken van een Jury comité.

3.27

De taken en bevoegdheden van een jury- comité worden afzonderlijk geregeld.

HOOFDSTUK 4

NAAMGEVING EN TITELS

4.1

De bondswedstrijden heten: Nederlandse Kampioenschappen (N.K.) en Grand Prix (G.P.) (amateurs).

4.2.

Van eventuele andere bondswedstrijden wordt de naamgeving afzonderlijk vastgesteld.

4.3

De naam van B- wedstrijden worden, voorzover inmiddels niet door traditie gevormd, afzonderlijk bepaald.

4.4

De C- wedstrijden heten “Open Kampioenschappen”, Hieraan wordt de naam van het district, de provincie, streek of stad waar de wedstrijden plaatsvinden toegevoegd, voorzover inmiddels niet door traditie gevormd.

4.5

Geen enkele wedstrijd mag worden aangeduid als “Mister of Miss verkiezing, nog als “verkiezing” zonder meer, nog mogen winnaars een dergelijke titel voeren. De enige uitzondering op deze regel is de Mr. en Ms. Olympia, alleen de winnaars van deze IFBB Pro-wedstrijd mogen de titel Mister (Mr.) of Miss (Ms.) Olympia voeren.

4.6

Op aanplakbiljetten mag naar deelnemers en gaststerren niet verwezen worden met Miss of Mister. De enige uitzondering hierop is de Mister (Mr.) of Miss (Ms.) Olympia.

4.7

Winnaars van nationale B- wedstrijden krijgen de titel “kampioen” of winnaar, met daaraan toegevoegd de naam van de betreffende wedstrijd.

4.8

De titel die winnaars van bijzondere wedstrijden mogen voeren, worden per wedstrijd afzonderlijk vastgesteld, onverlet het bepaalde in art. 4.5

HOOFDSTUK 5

CATEGORIEËN

5.1

Nationale wedstrijden worden afgewikkeld in de volgende categorieën:

1. HEREN JUNIOREN
2. HEREN LICHTGEWICHT (TOT 70 KG)
3. HEREN MIDDENGEWICHT (TOT 80 KG)
4. HEREN HALFZWAARGEWICHT (TOT 90 KG)
5. HEREN ZWAARGEWICHT (BOVEN 90KG)
6. HEREN CLASSIC BODYBUILDING
7. HEREN MENS PHYSIQUE
8. HEREN FITNESS
9. WOMEN'S PHYSIQUE
10. DAMES FITNESS
11. DAMES BODYFITNESS
12. DAMES BIKINI FITNESS
13. DAMES WELNESS FITNESS

5.2

Bij de internationale wedstrijden kunnen categorieën worden toegevoegd. Zie hiervoor het IFBB Guidebook.

5.3

Junioren zijn zij die op de dag van de wedstrijd de leeftijd van 23 jaar nog niet hebben bereikt.

5.4

Degenen die in de categorie "junioren" wensen deel te nemen, dienen bij de weging een deugdelijk bewijs van hun leeftijd te overleggen.

5.5

Afhankelijk van het aantal inschrijvingen kunnen categorieën worden samengevoegd, dan wel toegevoegd. De beslissing over het al of niet toe-en/of samenvoegen van categorieën berust bij de A- B- en C- wedstrijden bij de wedstrijdcommissaris met de betreffende organisator.

5.6.

Het HB is steeds bevoegd samenvoeging of toevoeging van categorieën ongedaan te maken, wanneer dit naar het oordeel van het HB in het belang van de deelnemers is.

HOOFDSTUK 6

KLASSERING EN LICENTIE

6.1

Wedstrijdbodybuilders worden verdeeld in de volgende vijf klassen:

1. DE NIEUWELINGEN KLASSE
2. C- KLASSE
3. B- KLASSE
4. A- KLASSE
5. INTERNATIONALE KLASSE

6.2

Nieuweling is ieder die nog nooit bij de eerste vijf geëindigd is op een C- wedstrijd. Afhankelijk van het aantal deelnemers kan het HB besluiten nieuwelingen naar een C- wedstrijd te laten gaan.

6.3

Promotie naar de C- klasse vindt plaats wanneer men bij de eerste vijf eindigt op een C- wedstrijd.

6.4

Promotie naar de B- klasse vindt plaats wanneer men bij de eerste drie eindigt op een C- wedstrijd. Afhankelijk van het aantal deelnemers per klasse kan het HB besluiten alleen de winnaar van de C- klasse te promoveren naar B- klasse.

6.5

Promotie naar A- klasse vindt plaats wanneer men bij de eerste vijf eindigt op een B- wedstrijd. Afhankelijk van het aantal deelnemers per klasse kan het HB besluiten alleen de eerste drie te promoveren naar de A- klasse .

6.6

Promotie naar de internationale klasse vindt plaats wanneer men uitgezonden wordt naar enige internationale ontmoeting. Uitzending naar grote Internationale evenementen zoals de amateur Arnold Schwarzenegger wedstrijd en/of de Tour elite is alleen voor A- atleten met toestemming van het HB.

6.7

Nieuwelingen- wedstrijden en de nieuwelingen- klassen bij andere bijzondere wedstrijden staan uitsluitend open voor nieuwelingen.

C- wedstrijden staan open voor nieuwelingen en C- klassers (zie art. 3)

B- wedstrijden staan open voor B- klassers en C- klassers (zie art. 6.5 en 6.6)

A- wedstrijden staan open voor A- klassers, B- klassers en voor hen die behoren tot de internationale klasse (zie art. 6.5 en 6.6)

6.8

Wie gedurende drie jaar niet aan wedstrijden heeft deelgenomen kan uitkomen in een lagere klasse dan waarvoor hij zich eerder geklasseerd had. Met dien verstande dat deelname in de nieuwelingenklasse niet meer mogelijk is.

6.9

Afgezien van het bovenstaande heeft het H.B, na overleg met de W.C, H.J. en/of dames/heren comité indien aanwezig, de bevoegdheid een deelnemer op grond van (herhaalde) wanprestatie in een lagere klasse te plaatsen.

6.10

In voorkomende gevallen kan het H.B., na overleg met de W.C., H.J. en/of dames/heren comité indien aanwezig, vrijstelling verlenen van de verplichting zich te klasseren en de deelnemer toestaan uit te komen in een hogere klasse. Dit impliceert niet dat in zo'n geval promotie naar een hogere klasse heeft plaatsgevonden.

6.11

Een ieder die aan wedstrijden deelneemt, dient lid te zijn van de NBBF of van een IFBB nationale federatie en toestemming van de verantwoordelijke voorzitter overleggen. Hiervoor betaald men bondscontributie aan de NBBF of van een IFBB nationale federatie.

6.12

Het HB kan besluiten wedstrijdlicenties uit te geven en hiervoor moet een door het HB vast te stellen bedrag boven de normale bondscontributie worden betaald. Is dit het geval dan dient men deze licentie mee te nemen bij deelname aan een wedstrijd. Er is in dat geval geen deelname mogelijk zonder de licentie.

6.13

Een wedstrijdlicentie is slechts geldig voor het jaar waarvoor deze is afgestempeld, getekend of een licentiezegel is geplakt. Aftekenen, afstempelen of licentiezegel verstrekt wordt per jaar gedaan na betaling van de bondscontributie en licentiegeld. Men dient er zorg voor te dragen dat men ruim voor de wedstrijd(en) waaraan men wenst deel te nemen over een geldig bondslidmaatschap (sportpas) en, indien verstrekt, wedstrijdlicentie beschikt. In het algemeen kan dit ook gebeuren op de dag van de wedstrijd via de Wedstrijdcommissaris.

6.14

De sportpas en, indien verstrekt, de wedstrijdlicentie dient bij de weging voor de wedstrijd aan de wedstrijdcommissaris te worden getoond.

6.15

De wedstrijdlicentie, indien verstrekt, blijft eigendom van de NBBF, Iedere eigenmachtige verandering is verboden en maakt de licentie, indien verstrekt, ongeldig.

6.16

Bij verlies of in het ongerede geraken van de wedstrijdlicentie, indien verstrekt, kan tegen betaling van € 15, - een kopie worden verstrekt. Bij herhaling wordt het bedrag waartegen een kopie kan worden afgegeven, telkens verdubbelt.

6.17

Bij vergrijpen tegen reglementen en/of wangedrag, wordt de wedstrijdlicentie, indien verstrekt, ingetrokken. Deelnemers die (voorlopig) geschorst zijn, dienen hun licentie, indien verstrekt, op eerste aanvraag aan het secretariaat toe te zenden (zie Hoofdstuk 16).



HOOFDSTUK 7

WEDSTRIJD-OFFICIALS

7.1

Onder “wedstrijdofficials” worden al de functionarissen gerekend, die een taak of een deeltaak vervullen bij het afwickelen van een wedstrijd.

7.2

Wedstrijdofficials dienen lid te zijn van de NBBF of van een andere bij de IFBB aangesloten federatie.

7.3

Leden van het HB, en de comités worden, ook wanneer zij geen specifieke taak hebben, beschouwd als behorend tot de wedstrijdofficials.

7.4

Op iedere wedstrijd fungeert de door het HB benoemde WC

7.5

De wedstrijdcommissaris is verantwoordelijk voor een soepel verloop van de wedstrijd. Dit houdt o.a. in:

- a. Controle van de wedstrijdaccommodatie. (zie hoofdstuk 20)
- b. Toezicht op weging en inschrijfprocedure.
- c. Opstellen van tijdschema.
- d. Het vervaardigen en distribueren van deelnemerslijsten.
- e. Tijdig laten oproepen en ten tonele laten voeren van de verschillende categorieën.
- f. Toezicht op wedstrijdleding van de deelnemers en juryleden.
- g. Toezicht op de naleving van verdere voorschriften m.b.t. de deelnemers. (zie Hoofdstuk 2 en 8)
- h. Toezicht op het gehele “backstage”gebeuren.
- i. Er op toezien dat de uitslag en de kopie jurylijsten van iedere wedstrijd aan het jurycomité, indien aanwezig, en/of de Hoofdjury gezonden worden.
- j. Er op toezien dat de uitslagen van iedere wedstrijd aan het bondstijdschrift gezonden worden.
- k. Het controleren en invullen van de wedstrijdlicenties, indien aanwezig.
- l. Toezicht op het gehele jury- en wedstrijdgebeuren.

7.6

De WC kan zich laten assisteren door zoveel personen als hij bij de betreffende wedstrijd nodig oordeelt.

7.7

Door het jurycomité, indien aanwezig, en/of de Hoofdjury worden een juryvoorzitter (hoofdjury) en minimaal 5 juryleden benoemd.

7.8

Bij de A- en B wedstrijden dient in elk geval een afzonderlijke damesjury te worden benoemd, waarvan minstens 3 dames deel uit maken. Bij C- wedstrijden wordt een dergelijke procedure aanbevolen. Het HB kan te allen tijde wanneer zij dit noodzakelijk acht hiervan afwijken.

7.9

De taken van de juryvoorzitter (hoofdjury) en de juryleden worden behandeld in Hoofdstuk 9.

7.10

Bij elke wedstrijd behoort een teller(ster) aanwezig te zijn.

Deze is verantwoordelijk voor het tellen van de scores en registreren hiervan op de verzamellijsten, alsmede voor controle op de resultaten in nauw overleg met de voorzitter van de jury (HF) en de wedstrijdcommissaris.

7.11

Bij de finale van alle wedstrijden dient een ceremoniemeester (speaker) aanwezig te zijn, wiens taak het is in nauw overleg met de HJ en de WC, de deelnemers in de diverse categorieën door de verplichte poses en vergelijkingen te leiden, alsmede deelnemers, winnaars en eventuele gasten aan te kondigen en voor te stellen.

7.12

De aanwezigheid van een ceremoniemeester bij de pre-judging wordt aanbevolen.

7.13

De wedstrijdcommissaris benoemt een of meerdere personen die verantwoordelijk zijn voor de registratie en het afspelen van de muziek voor en tijdens de tweede ronde.

7.14

Het is iedere wedstrijdofficial in functie ten strengste deelnemers aan te moedigen of te adviseren.

7.15

Een ieder die officiële kleding of kenmerken draagt, wordt geacht in functie te zijn, ook wanneer hij/zij op dat moment geen taak vervult.

HOOFDSTUK 8

DEELNAME AAN WEDSTRIJDEN

8.1

Een ieder die aan wedstrijden deel wenst te nemen, dient er zorg voor te dragen dat ruim voor de dag van de wedstrijd aan alle eisen m.b.t. deelname is voldaan. Wanneer een deelnemer zich inschrijft of in laat schrijven, dient hij in principe in het bezit te zijn van een sportpas en wedstrijdlicentie, indien aanwezig, te zijn. E.e.a. kan desnoods nog voor de wedstrijd, tijdens de weging geregeld worden. **Zonder geldig lidmaatschap is deelname niet mogelijk.**

8.2

Inschrijving geschiedt bij de wedstrijdorganisator.

8.3

De wedstrijdorganisator is verplicht een sluitingsdatum vast te stellen, welke minstens twee weken voor de wedstrijddag moet liggen.

8.4

Een ieder die zich inschrijft voor een wedstrijd is verplicht ook daadwerkelijk aan deze wedstrijd deel te nemen. Bij gebrek hiervan stelt men zich bloot aan disciplinaire maatregelen.

8.5

Wanneer een deelnemer om dringende redenen van deelname moet af zien, dient deze zich zo spoedig mogelijk, **echter uiterlijk op de dag voor de wedstrijd** de organisator hiervan op de hoogte te stellen, onder opgave van redenen. De WC kan in zo'n geval een duidelijk bewijs van onmacht eisen. Bijv. in de vorm van een medische verklaring.

8.6

Uiterlijk een week voor de wedstrijd ontvangt de deelnemer of diens vertegenwoordiger een bevestiging van de organisator. Deze vermeldt tijd en plaats van de wedstrijd, als mede de categorie en klasse waarvoor de deelnemer is ingeschreven. Deze bevestiging kan dienst doen als deelnemersbewijs dan wel op de dag van de wedstrijd tegen een dergelijk bewijs worden ingeleverd.

8.7

Deelnemers dienen ten minste een uur voor de aanvang van de pre-judging aanwezig te zijn.

8.8

Bij aankomst krijgen de deelnemers per categorie een of meer kleedruimten aangewezen. Hier dienen zij te wachten tot ze opgeroepen worden voor de weging. De WC kan besluiten om door omstandigheden de deelnemers pas na de weging naar de kleedruimtes te verwijzen.

8.9

De WC of een van zijn assistenten roept de deelnemers per categorie op voor de weging. En wel in de volgende volgorde.

Heren Junioren (tot 23 jaar), heren lichtgewicht (tot 70 kg), heren middengewicht (tot 80 kg), heren halfzwaargewicht (tot 90 kg), heren zwaargewicht (boven de 90 kg), Classic Bodybuilding, heren Fitness, Mens Physique, Mens Muscular Physique, Dames Women's Physique, dames Bodyfitness, dames Fitness, dames Wellness Fitness
Eventueel toegevoegde klassen worden in logische volgorde in dit geheel ingepast.

8.10

Om organisatorische redenen kan eventueel van deze volgorde worden afgeweken.

8.11

Bij de weging dient elke deelnemer zijn sportpas, wedstrijdlicentie (indien aanwezig), almede zijn muziekcassette in te leveren. Junioren dienen desgewenst een bewijs m.b.t. hun leeftijd overleggen.

8.12

Muziekcassettes of Cd's dienen voorzien te zijn van naam en categorie. Tevens moet duidelijk aangegeven worden op welke wijze de poseermuziek is opgenomen. Een muziekcassette dient zodanig "gespoeld" zijn dat deze onmiddellijk afgespeld kan worden.

8.13

De WC controleert vooraf de ijking en de werking van de weegschaal.

8.14

Deelnemers worden gewogen in de voorgeschreven wedstrijdkleding.

8.15

Wanneer een deelnemer te zwaar wordt bevonden voor de categorie waarvoor hij heeft ingeschreven, krijgt hij 30 min. De tijd zijn gewicht alsnog binnen de voor de betreffende categorie aangegeven grenzen te brengen.

8.16

Een deelnemer die te zwaar wordt bevonden voor de categorie waarvoor was ingeschreven, mag desgewenst in een hogere gewichtsklasse uitkomen.

8.17

Een deelnemer die meent in een lagere gewichtsklasse te kunnen uitkomen dan waarvoor men afhankelijk heeft ingeschreven, dient zich te melden bij de weging voor de lagere gewichtsklasse. Plaatsing in een lagere gewichtsklasse nadat de weging van een hogere gewichtsklasse is voltooid is niet meer mogelijk.

8.18

Nadat wedstrijdlicentie en gewicht zijn gecontroleerd, zal de wedstrijdcommissaris of een van zijn assistenten aan iedere deelnemer een nummer uitreiken. Dit nummer dient te worden bevestigd aan de linkerkant van de posingslip of bikini en moet gedurende de gehele pre-judging en finale duidelijk zichtbaar zijn.

8.19

Een ieder die zich niet binnen de daarvoor vastgestelde tijdperiode voor weging meldt, wordt van verdere deelname uitgesloten.

8.20

Mannelijke deelnemers dienen te verschijnen, gekleed in posingslip die schoon is en van voldoende grootte. Zgn. tangaslips zijn verboden evenals gangbaar model slip in te kleine maat. De slip dient **eenkleurig** te zijn zonder opvallende ornamenten. Zgn. "metallic"stoffen, evenals stoffen met een vlek- of streeppatroon (incl. "panter"- en "tijger" imitaties) zijn verboden.

8.21

Vrouwelijke deelnemers dienen te verschijnen in een **eenkleurige** bikini die moet voldoen aan de eisen van algemeen geldend fatsoen. De bikini moet de buikmusculatuur tonen, evenals de spieren in de onderrug.

8.22

Deelnemers mogen geen schoeisel of sokken dragen, geen horloges, ringen, kettingen, oorbellen, of kunstmatige lichaamsverfraaiingen. Uitzondering hierop zijn de deelnemers(sters) in de klassen dames Fitness, Bodyfitness en heren Fitness. Alle deelnemers mogen geen kauwgom of snoep kauwen en niet roken. De schoenen bij deze dames moeten aan de volgende eisen voldoen: zoolhoogte maximaal 1 cm, hakhoogte maximaal 12 cm.

8.23

Het opbrengen van kunstmatige bruining is toegestaan, doch dit dient te geschiedt te zijn voor men het gebouw waar de wedstrijd gehouden wordt betreedt. Een overmaat aan olie is ten strengste verboden. Een **matig** gebruik van olie of crème is toegestaan. Kleurings creme die afgeveegd kan worden is ook ten strengste verboden.

8.24

Het is deelnemers ten strengste verboden tijdens het poseren gebruik te maken van attributen. Uitzondering hierop is de Fitness klassen, deze mogen attributen gebruiken in overeenstemming met het Guide Book van de IFBB.

8.25

Een deelnemer mag zich desgewenst laten begeleiden door ten hoogste **een verzorger**. Deze dient in het bezit te zijn van een "verzorgingslicentie". Zie hoofdstuk 18). Internationaal gelden hierop de regels van de IFBB.

8.26

De wedstrijdcommissaris heeft na overleg met de voorzitter van de jury (HJ) de bevoegdheid iedere deelnemer die naar hun oordeel niet voldoet aan deze voorschriften van (verdere) deelname uit te sluiten. (voor evt. protesten zie Hoofdstuk 15)

8.27

Deelnemers dienen niet eerder dan 20 en niet later dan 10 minuten voor de aanvang van de pre-judging resp. Finale van categorie in de ruimte achter het toneel aanwezig te zijn.

8.28

Voor aanvang van de pre-judging resp. Finale zal de wedstrijdcommissaris of een van zijn assistenten de betreffende deelnemers in numerieke volgorde opstellen en het toneel op leiden.

8.29

Deelnemers dienen de aanwijzingen van de voorzitter van de jury (HJ) en de ceremoniemeester strikt op te volgen. Poses dienen onmiddellijk te worden ingezet en op de juiste wijze te worden aangenomen.

8.30

Deelnemers dienen zich tijdens het gehele verloop van de wedstrijd correct te gedragen. Dit geldt zowel voor hun optreden tijdens de verschillende rondes als daarbuiten. Wangedrag kan tot onmiddellijke uitsluiting van de wedstrijd en (voorlopige) schorsing leiden.



HOOFDSTUK 9

JURY

9.1

Het jurycomité, indien aanwezig, of de HJ benoemt een jury uit beschikbare juryleden in de betreffende wedstrijdclassen – (A,B,C). Het is organisatoren van NBBF wedstrijden niet toegestaan zelf een jury samen te stellen.

9.2

De klassering van juryleden alsmede de wijze van benoemen en andere taken en bevoegdheden van jurycomité, indien aanwezig, HF en juryleden, worden afzonderlijk geregeld.

9.3

Voor C- wedstrijden dient een jury van minimaal 5 personen aanwezig te zijn, die gedurende de hele wedstrijd in functie kan blijven.

9.4

Minstens een van de juryleden dient een vrouw te zijn.

9.5

Bij A- en B- wedstrijden verdient het aanbeveling een afzonderlijke damesjury samen te stellen, waarvan minstens drie vrouwen deel uit maken.

9.6

Bij A- en B- wedstrijden worden de juryleden voor aanvang van de finale op het toneel aan het publiek voorgesteld.

9.7

Bij C- wedstrijden worden de juryleden aan het publiek geïntroduceerd van achter de jurytafel.

9.8

Om organisatorische en/of inrichtingsredenen kan van deze procedures worden afgeweken.

9.9

Het verdient aanbeveling meer dan 5 juryleden per A- en B- wedstrijden in te schakelen, zodat bij verschillende categorieën gewisseld kan worden.

9.10

Aan de jury wordt minstens een schaduwjurylid toegevoegd. Deze vult gedurende het gehele verloop van de wedstrijd scoreformulieren in.

9.11

Mocht een van de juryleden door de voorzitter (HJ) wegens incompetentie uit de jury verwijderd worden of om andere redenen zijn werk niet kunnen continueren, dan neemt het schaduw jurylid diens plaats in. De scoreformulieren van het schaduw jurylid zijn dan geldig voor de gehele wedstrijd.

9.12

Mannelijke juryleden dienen gekleed te zijn in een grijze pantalon, donkerblauwe blazer met het IFBB/NBBF embleem op de borst. Voorts dienen zij een lichtblauw, lichtgrijs of wit overhemd te dragen met, indien verstrekt, een IFBB/NBBF stropdas welke men tegen een door het HB bestuur te bepalen bedrag kan verkrijgen bij de voorzitter van de NBBF.

9.13

Vrouwelijke juryleden dienen gekleed te zijn in een donkerblauwe blazer met het IFBB/NBBF embleem op de borst. Voorts een grijze of zwarte rok of pantalon en een lichtblauwe, lichtgrijze of witte blouse.

9.14

Indien de weersomstandigheden dit noodzakelijk maken, kan eventueel een zomertenuue gedragen worden, bestaande uit een lichtblauw overhemd respectievelijk blouse, met een grijze pantalon en voor de dames grijze of zwarte rok.

9.15

De voorzitter van de jury (HJ) heeft de bevoegdheid ieder jurylid dat niet aan de kledingvoorschriften voldoet uit de jury te verwijderen. De wedstrijdcommissaris zal hier nauwlettend op toezien.

9.16

Voor aanvang van de wedstrijd dient de voorzitter van de jury (HJ) een bespreking te beleggen met alle juryleden, bij welke gelegenheid de HJ de juryleden expliciet zal wijzen op de volgende gedragsregels:

- a. Het is de juryleden niet toegestaan met elkaar te spreken tijdens de wedstrijd.
- b. Juryleden mogen niet trachten de mening van andere juryleden te beïnvloeden.
- c. Het is juryleden ten strengste verboden deelnemers op enigerlei wijze aan te moedigen of aanwijzingen te geven.
- d. Het is juryleden niet toegestaan alcoholische dranken te nuttigen tijdens het jureren.
- e. Het is juryleden eveneens ten strengste verboden te roken tijdens het jureren.
- f. Het is juryleden niet toegestaan foto's te nemen tijdens het jureren.

9.17

Uitdrukkelijk wordt vermeld dat ook juryleden die bij een bepaalde categorie niet in functie zijn, is verboden deelnemers aan te moedigen. Dit verbod geldt zowel achter de jurytafel als in de zaal, van achter de coulissen of op enige andere plaats in het gebouw waar de wedstrijd gehouden wordt.

9.18

De wedstrijdcommissaris en/of de voorzitter van de jury (H) hebben de bevoegdheid elk jurylid dat zich niet aan deze regels houdt uit de jury te verwijderen.

9.19

De jury- tafels dienen zodanig te zijn opgesteld dat juryleden niet naast elkaar zitten. Zij mogen vanaf hun zitplaats niet in staat zijn de papieren van een collega- jurylid in te zien.

9.20

Wanneer de inrichting van een zaal het noodzakelijk maakt de jurytafel(s) op te stellen voor de eerste rij, dient tussen de juryleden steeds een stoel te worden opengelaten, dan wel te worden bezet door een jurylid dat niet in functie is.

9.21

De procedure van het jureren wordt meer in detail behandeld in de hoofdstukken 10 en 11.



HOOFDSTUK 10

WEDSTRIJD-PROCEDURE

10.1

Nationale amateur-wedstrijden bestaan uit 3 ronden:

- 1^e “Musculaire ronde” (verplichte poses) en “ontspannen ronde” (quarterturns c.q. symmetrie ronde)
- 2^e “vrij poseren” (routine) op eigen muziek
- 3^e “Pose-down” alleen de 5 finalist!

10.2

Amateurswedstrijden worden afgewikkeld op een dag en bestaan uit afzonderlijke een afzonderlijke voorronde (zgn. “pre-judging) en de finale.

10.3

De pre-judging begint 's morgens, de finale in de avond of in de namiddag.

10.4

Om organisatorische redenen kan van het gestelde in art. 10.3 worden afgeweken, met dien verstande dat pre-judging en finale aansluitend plaatsvinden.

10.5

Tijdens de pre-judging wordt in elk geval ronde 1 afgewikkeld.

10.6

De voorzitter van de jury (HJ) kan, in overleg met de wedstrijdcommissaris, besluiten ook de jurering van de tweede ronde tijdens de pre-judging te doen plaatsvinden.

10.7

Indien de tweede ronde tijdens de pre-judging wordt beoordeeld, wordt deze ronde tijdens de finale voor het publiek nogmaals herhaald, zonder dat jurering plaatsvindt.

10.8

Indien het aantal deelnemers dit toestaat, zullen allen die aan de pre-judging hebben deelgenomen in de gelegenheid worden gesteld tijdens de finale hun vrije posing routine voor het publiek te herhalen.

10.9

Indien het aantal deelnemers in enige categorie dit noodzakelijk maakt, zal een maximaal aantal finalist voor de finale worden vastgesteld. Alleen degenen die zich plaatsen voor de

finale zullen dan in de gelegenheid worden gesteld hun vrije posing routine tijdens de finale uit te voeren c.q. te herhalen.

10.10

De beslissing over het aantal deelnemers dat in de finale wordt toegelaten, ligt bij de voorzitter van de jury (HJ). Deze zal hieromtrent van te voren overleg plegen met de wedstrijdcommissaris.

10.11

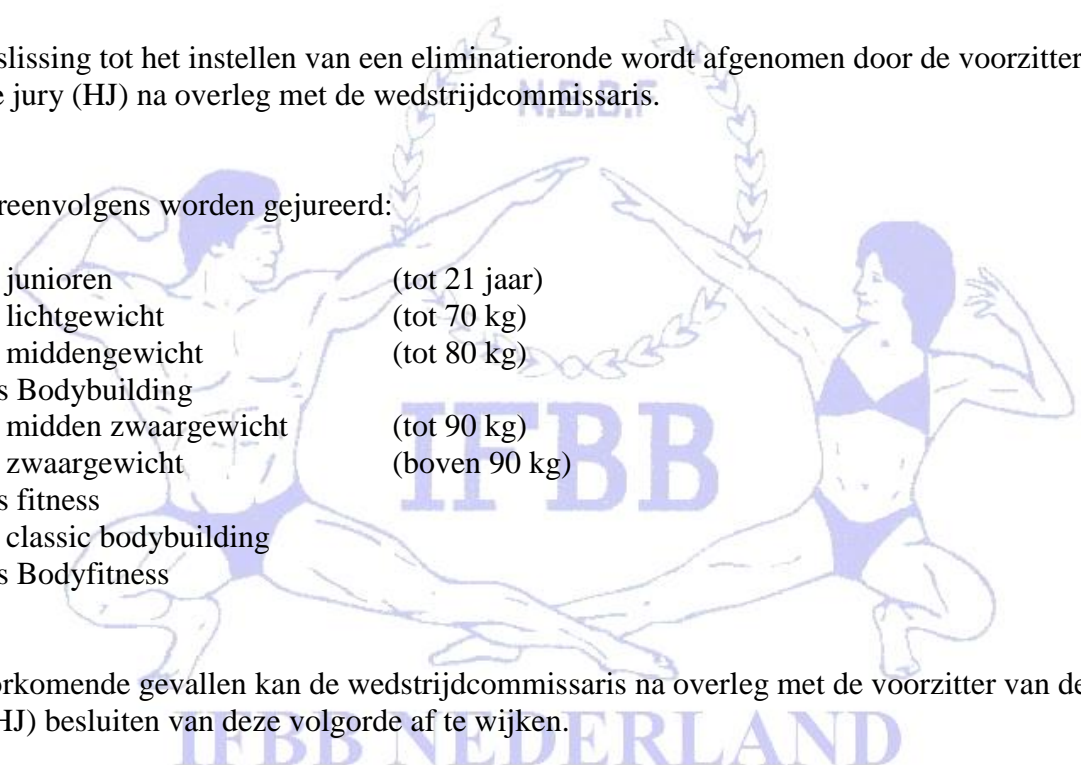
Bij een groot aantal deelnemers in enige categorie kan van de gebruikelijke procedure worden afgeweken door het inlassen van een zgn. 'eliminatie ronde'. Deze gaat aan de eigenlijke wedstrijd rondes vooraf. Bij een eliminatie ronde geeft de jury geen punten, doch selecteert zij de beste 15 deelnemers zonder zich over een rangorde uit te spreken.

10.12

De beslissing tot het instellen van een eliminatie ronde wordt afgenomen door de voorzitter van de jury (HJ) na overleg met de wedstrijdcommissaris.

10.13

Achtereenvolgens worden gejureerd:



| | |
|----------------------------|---------------|
| Heren junioren | (tot 21 jaar) |
| Heren lichtgewicht | (tot 70 kg) |
| Heren middengewicht | (tot 80 kg) |
| Dames Bodybuilding | |
| Heren midden zwaargewicht | (tot 90 kg) |
| Heren zwaargewicht | (boven 90 kg) |
| Dames fitness | |
| Heren classic bodybuilding | |
| Dames Bodyfitness | |

10.14

In voorkomende gevallen kan de wedstrijdcommissaris na overleg met de voorzitter van de jury (HJ) besluiten van deze volgorde af te wijken.

10.15

Wanneer de jury, de schaduwjury en de telster achter hun tafels hebben plaatsgenomen, reikt de voorzitter van de jury (HJ) of de wedstrijdcommissaris, aan alle juryleden en schaduwjuryleden een aantekenformulier uit "judges personal notes" of een formulier waarop de het jurylid zijn persoonlijke aantekeningen kan maken. Dit formulier blijft eigendom van het betreffende jurylid en kan niet worden opgevraagd.

10.16

De voorzitter geeft een teken aan de wedstrijdcommissaris of een door deze hiertoe aangestelde functionaris en deze zendt de deelnemers het toneel op.

10.17

De deelnemers stellen zich in een rij aan de achterzijde van het toneel op (zgn. "line-up") of althans op die plaats die hen door de HJ wordt aangewezen.

EERSTE RONDE

10.18

De voorzitter van de jury (HJ) zal de deelnemers in groepen van ten hoogste 3 personen naar voren roepen en hen de verplichte poses laten uitvoeren.

10.19

De juryleden volgen deze poses aandachtig en maken desgewenst aantekeningen op het daarvoor bestemde formulier.

10.20

De verplichte poses (8 voor de heren en 7 voor de dames), volledigheidshalve worden ze ook hier genoemd.

1. Dubbele biceps voorzijde (front double biceps)
2. Latspread voorzijde (front double latissimus dorsi spread)
3. Zijkant borst (side chest)
4. Dubbele biceps rugzijde (back double biceps)
5. Latspread rugzijde (back double latissimus dorsi spread)
6. Triceps pose
7. Buikspieren bovenbeen (abdominals en thighs)
8. Most muscular

Deze poses, behalve no. 8 worden ook van de dames gevraagd.

10.21

Iedere pose dient ingezet te worden onmiddellijk nadat daartoe het commando gegeven is. De voorzitter van de jury (HJ) zal deelnemers die hieraan niet voldoen eenmaal een waarschuwing geven. Wanneer voor de tweede keer een pose te laat wordt ingezet, zal de voorzitter van de jury (HJ) aan alle juryleden opdracht geven bij het plaatscijfer van de betreffende deelnemer het cijfer 1 op te tellen.

10.22

Wanneer de verplichte poses van een bepaalde groep deelnemers zijn afgewerkt, zal de voorzitter van de jury (HJ) hun de zgn “quarterturns” laten uitvoeren, teneinde de juryleden in staat te stellen de symmetrie optimaal te beoordelen.

10.23

De deelnemers dienen ontspannen rechtop te staan, zonder spieren aan te spannen, het hoofd rechtop, de blik voorwaarts gericht, de armen langs de zijkant van het lichaam.

10.24

Wanneer een deelnemer naar het oordeel van de voorzitter van de jury (HJ) niet de juiste houding aanneemt of zijn spieren aanspant, zal bij de eerste overtreding een waarschuwing. Bij herhaling zal de voorzitter van de jury (HJ) alle juryleden opdragen bij het plaatscijfer van de betreffende deelnemer het cijfer 1 op te tellen.

10.25

Op aanwijzing van de voorzitter van de jury (HJ), draaien de deelnemers tegelijk een kwartslag naar rechts, zodat zij met hun linkerzijde naar de jury gericht staan.

Op aanwijzing van de HJ draaien de deelnemers nogmaals een kwartslag naar rechts, zodat zij met de rug naar de jury gericht staan. Op aanwijzing van de HJ draaien de deelnemers nogmaals een kwartslag naar rechts zodat zij met hun rechterzijde naar de jury staan. Op aanwijzing van de HJ draaien de deelnemers voor de laatste maal een kwartslag naar rechts zodat zij wederom met het gezicht naar de jury gericht staan.

10.26

Zodra de deelnemers de verplichte poses en quarterturns hebben afgewerkt, vraagt de voorzitter van de jury (H) aan jurylid nr. 1, welke deelnemers hij wil vergelijken.

10.27

Een jurylid mag 2 of 3 deelnemers per keer in de vergelijking roepen.

10.28

De voorzitter van de jury (HJ) stelt de betreffende deelnemer(s) voor jurylid nr. 1 op en vraagt het jurylid welke van de verplichte poses hij of zij verlangt te zien.

10.29

Het jurylid mag alle 8 poses (7 bij de dames) vragen of zoveel minder als hij voor het nemen van een verantwoorde beslissing voldoende acht. Ook quarterturns mogen gevraagd worden.

10.30

Het is een jurylid niet toegestaan andere dan verplichte poses te vragen.

10.31

Wanneer de vergelijking voor jurylid nr. 1 is afgewerkt, keren de betreffende deelnemers terug in de line-up en wordt de procedure zoals omschreven in art. 10.26 tot 10.30 herhaald voor jurylid nr. 2 en vervolgens voor alle andere juryleden.

10.32

Wanneer op deze wijze alle juryleden in de gelegenheid zijn geweest een vergelijking te vragen, zal de voorzitter van de jury de procedure als boven beschreven herhalen.

10.33

Ieder jurylid mag zoveel vergelijkingen vragen als hij of zij nodig vindt om tot een gedegen oordeel te komen.

10.34

Ieder jurylid wordt geacht alle vergelijkingen te volgen, dus niet slechts deze welke door hem of haar zelf zijn gevraagd zijn.

10.35

De eerste ronde is eerst dan geëindigd wanneer geen van de juryleden meer een vergelijking verlangt.

10.36

De voorzitter van de jury (HJ) of degene die door hem hiertoe aangewezen is, verstrekt aan ieder jurylid en schaduwjurylid een scoreformulier voor de eerste ronde.

10.37

De juryleden dienen vervolgens met behulp van hun aantekeningen alle deelnemers in een rangorde te plaatsen. Zij vullen het cijfer "1" in achter het nummer van de deelnemer die naar hun oordeel de eerste plaats verdient, het cijfer "2" achter het nummer van de deelnemers die naar oordeel de tweede plaats verdient, enz.

10.38

Het is juryleden niet toegestaan deelnemers gelijk te plaatsen, behalve wanneer er sprake is van strafpunten.

10.39

Na iedere ronde, wanneer alle juryleden hun scoreformulieren hebben ingevuld, zal de voorzitter van de jury (HJ) deze ophalen en controleren.

10.40

Wanneer een jurylid een sterk van het gemiddelde afwijkende score heeft vermeld, zal de voorzitter van de jury (HJ) het betreffende jurylid vragen zijn of haar beslissing opnieuw te bezien.

10.41

De voorzitter van de jury (HJ) heeft de bevoegdheid een jurylid wegens incompetentie uit de jury te verwijderen, wanneer zijn of haar scores herhaaldelijk al te sterk afwijken van het gemiddelde, deze wordt dan vervangen door een schaduw jurylid.

10.42

De teller(ster) vult aan de hand van de scoreformulieren een verzamellijst in. De hoogste en de laagste score per deelnemer worden bij de telling niet meegerekend.

10.43

De voorzitter van de jury (HJ) of degene die door hem hiertoe aangewezen is, verstrekt aan ieder jurylid en schaduwjury lid een scoreformulier voor de tweede ronde.

TWEEDE RONDE

10.44

De wedstrijdcommissaris, of degene die hiertoe door hem aangewezen is, zendt iedere deelnemer een voor een het podium op in volgorde van hun wedstrijdnummer.

10.45

Iedere deelnemer wordt in de gelegenheid gesteld gedurende 60 seconden, voor de categorie Bodybuilding dames en heren en Classic Bodybuilding heren, en 90 sec voor Fitness heren en dames. Het HB kan besluiten om ook voor de klasse bodyfitness dames een routine van 60 seconden in te laten.

10.46

Uitdrukkelijk wordt erop gewezen dat ook deze ronde primair op fysieke hoedanigheden beoordeeld wordt.

10.47

De tweede ronde kent geen vergelijkingen.

10.48

Zodra alle deelnemers hun vrije posing routine hebben afgewerkt, verstrekt de voorzitter van de jury (HJ), of degenen die hiertoe door hem aangewezen is, aan ieder jurylid en schaduwjurylid een scoreformulier voor de tweede ronde. Voor het overige is de procedure gelijk aan die welke beschreven is voor de eerste ronde.

10.49

De telster vult nu per deelnemer het totaal van de tweede ronden in.

10.50

De deelnemers met de 5 laagste punten totalen gaan door naar de derde ronde. De overige deelnemers worden vanaf de zesde plaats in rangorde gezet.

10.51

Wanneer de puntentotalen van een deelnemer gelijk zijn, kunnen meer dan 5 deelnemers doordringen tot de derde ronde.

10.52

De voorzitter van de jury (HJ) kan, wanneer het aantal deelnemers gering is, op grond hiervan besluiten meer dan 5 deelnemers in de derde ronde toe te laten.

10.53

Na controle en goedkeuring door de wedstrijdcommissaris verstrekt de telster de uitslag van de eerste 2 ronden en de namen van hen die in de derde ronde zullen verschijnen aan de voorzitter van de jury (HJ).

10.54

De voorzitter van de jury (HJ) overhandigt na controle en goedkeuring, de lijst met deelnemers voor de derde ronde, vlak voor aanvang van de finales aan de ceremoniemeester. **Dit geschiedt onder strikte geheimhouding.** De wedstrijdcommissaris houdt van genoemde lijst een kopie in zijn bezit.

10.55

Het doen van mededelingen over de stand na de eerste 2 ronden aan individuele juryleden en/of derden is niet toegestaan.

10.56

Overigens is het aan ieder die uit hoofde van zijn functie bekend is met de uitslag van de eerste 2 rondes ten strengste verboden hierover enige mededeling te doen, direct noch indirect.

FINALES

10.57

De voorzitter van de jury (HJ) geeft een teken aan de wedstrijdcommissaris, waarop deze of degene die hiertoe door hem aangewezen zijn, de deelnemers in de betreffende categorie het podium op zendt. Deze stellen zich op in een “line-up” aan de achterzijde van het toneel of op een andere hen daartoe door de voorzitter van de jury (HJ) aangewezen plaats.

10.58

De ceremoniemeester stelt de deelnemers aan het publiek voor waarna deze voor het publiek nogmaals de verplichte poses afwerken. Deze poses hebben ditmaal het karakter van een demonstratie en worden niet gejureerd. Daarom is de grootte van de groepen, waarin de verplichte poses afgewerkt worden, nu niet aan enige beperking gebonden. Wanneer naar het oordeel van de voorzitter van de jury (HJ), het aantal deelnemers dit noodzakelijk maakt, kan het herhalen van de verplichte poses komen te vervallen. In dat geval zal direct na het voorstellen van de deelnemers begonnen worden met de (al dan niet formele) tweede ronde.

10.59

Na het afwerken van de verplichte poses verlaten de deelnemers het toneel. De wedstrijdcommissaris, of degene die hiertoe door hem is aangewezen, zendt nu de eerste deelnemer van de betreffende categorie het toneel op voor de vrije routine. Wanneer deze vrije posering routine (tweede ronde) reeds tijdens de pre-judging werd beoordeeld, heeft deze thans het karakter van een demonstratie en zal dan niet opnieuw gejureerd worden.

10.60

Wanneer alle deelnemers hun vrije posering routine hebben afgewerkt, maakt de ceremoniemeester de nummers en namen bekend van hen die zich voor de “pose-down” hebben geplaatst. Bij het afroepen van de namen zendt de wedstrijdcommissaris, of degene die door hem is aangewezen, hen een voor een het toneel op.

10.61

De finalisten zullen nu nogmaals de verplichte poses afwerken. Dit gebeurt in tegenstelling tot de eerste ronde niet in groepen van 3, doch gelijktijdig.

10.62

De “pose-down” kent geen vergelijkingen.

10.63

Wanneer de verplichte poses zijn afgewerkt geeft de ceremoniemeester het teken ‘vrij poseren’. De finalisten mogen nu 1 minuut tegen de achtergrond van een neutrale muziek die poses uitvoeren, waarmee zij menen de jury het beste van hun kwaliteiten te kunnen overtuigen.

10.64

Bij het vrij poseren is lichamelijk contact niet toegestaan. Het staat de finalisten echter binnen redelijk grenzen vrij iedere ruimte op het toneel die zij geschikt achten te benutten.

10.65

Zodra 1 minuut verstreken is, geeft de ceremoniemeester de finalisten opdracht zich op te stellen in line-up. De voorzitter van de jury (HJ) of degene die hiertoe door hem/haar is aangewezen, reikt aan alle juryleden en schaduwjuryleden het scoreformulier voor de derde ronde uit.

10.66

Uitdrukkelijk wordt erop gewezen, dat de pose-down een op zichzelf staande ronde is, waarbij de jury een oordeel moet vellen zonder de resultaten van de eerste 2 ronden hierin te betrekken.

10.67

Voor het overige is de procedure gelijk aan die van de eerste ronde.

10.68

De teller(ster) maakt thans een totaaltelling, welke door de wedstrijdcommissaris nog eens extra gecontroleerd wordt. De deelnemer met het laagste aantal punten wordt eerste geplaatste, die met het op een na laagste aantal punten, tweede, enz.

10.69

Wanneer er 2 deelnemers eindigen met een gelijk aantal punten, wordt de hoogste plaats toegekend aan die deelnemer, die aan het eind van de pre-judging het minste aantal punten had. Wanneer ook aan het einde van de pre-judging het puntenaantal van beide deelnemers gelijk was, wordt de hoogste plaats toegekend aan die deelnemer die door de jury met het grootste aantal hoge plaatsingen werd gewaardeerd. Wanneer ook het aantal hoge plaatsingen gelijk is, zal tussen de betreffende deelnemers opnieuw een pose-down worden gehouden, waarbij de juryleden een van hen als winnaar aanwijst.

10.70

De ceremonie van de prijsuitreiking, alsmede de beschikbare prijzen worden besproken in Hoofdstuk 17 van het wedstrijdreglement.

10.71

Wanneer de betreffende wedstrijd een prijs "alle categorieën" kent (zgn. "Overall-winnaar"), worden de winnaars van de afzonderlijke categorieën opnieuw opgeroepen. Tussen hen zal opnieuw pose-down gehouden worden, zoals omschreven in de betreffende artikelen. De juryleden plaatsen de deelnemers in volgorde, op gelijke wijze als bij de andere ronden.

10.72

Desgewenst kunnen ook bij de selectie van de winnaar "alle categorieën" vergelijkingen worden aangevraagd.

HOOFDSTUK 11

POSES EN JURERING HEREN BODYBUILDING, CLASSIC BODYBUILDING EN FITNESS

11.1

Bij het beoordelen van de lichaamsbouw van een deelnemer, zowel individueel als in vergelijkingen, dient een vaste procedure te worden gevolgd, die een veelomvattende beoordeling van de fysieke verschijning als geheel mogelijk maakt.

11.2

Bij de verplichte poses dient allereerst gelet te worden op de voornaamste spiergroep(en) die in de betreffende pose getoond wordt/worden. Daarna dient het jurylid het gehele lichaam in ogenschouw te nemen. Vanaf het hoofd in neerwaartse richting.

11.3

Er wordt begonnen met het vormen van een algemene indruk, lettend op spiervolume, evenwichtige ontwikkeling, dichtheid (kwaliteit, hardheid) en definitie.

11.4

De neerwaartse inspectie moet omvatten: nek, schouders, borst, alle armspieren, de voorzijde van de romp (borstspieren, overgang van borst naar schouder- en buikspieren, taille) boven en onderbenen.

11.5

Dezelfde procedure voor rugposes moet ook omvatten: boven en ondergedeelte van de trapezius, teres en infraspinatus, erector spinae, gluteus, de beenbicepsgroep aan de achterzijde van het bovenbeen en gastrocnemius en soleus.

11.6

Een meer gedetailleerde beoordeling van de verschillende spiergroepen kan plaatsvinden tijdens de vergelijkingen, waarbij het mogelijk is vorm, dichtheid en definitie van de spieren te vergelijken. Hierbij dient steeds gelet te worden op een complete evenwichtige ontwikkeling.

11.7

Dubbele biceps voorzijde:

Met het gezicht naar de jury staand, de voeten iets uit elkaar, dient de deelnemer beide armen te heffen tot schouderhoogte en in de elleboog te buigen. De handen moeten tot een vuist gebald en naar beneden gebogen worden. Hierdoor zullen de belangrijkste spiergroepen die in deze pose beoordeeld worden, de biceps en onderarmspieren, gespannen worden. Bovendien moet de deelnemer trachten zoveel mogelijk andere spieren aan de voorzijde van zijn lichaam aan te spannen, daar de juryleden de gehele fysieke verschijning zullen beoordelen.

11.8

Bij deze pose dient de jury allereerst te letten op de armspieren en vervolgens de “van hoofd tot voeten inspectie” uit te voeren zoals beschreven in artikelen 11.3 tot 11.6.

11.9

Latspread voorzijde:

Staande met het gezicht naar de jury, de voeten iets uit elkaar, dient de deelnemer beide handen, dan wel open of bij voorkeur tot een vuist gebald, tegen de onderkant van het middel te plaatsen en latissimusspieren uit te zetten. Tegelijkertijd moet de deelnemer trachten zoveel mogelijk andere spieren aan de voorzijde van het lichaam aan te spannen.

11.10

Eerst dient bekeken te worden of de deelnemer een goede spreiding van de latissimusspieren kan tonen en daarbij de V-vorm in het bovenlichaam tot stand kan brengen. Verder is de beoordeling als omschreven in de artikelen 11.3 en 11.6.

11.11

Zijkant borst:

De deelnemer is vrij te kiezen, welke kant hij in deze pose wil tonen. Hij dient met de linker- of rechterzijde naar de jury te staan en de arm aan deze zijde in een rechte hoek te buigen, de vuist gebald. Met de andere hand omvat hij de pols in bovengreep. Het been aan de kant die getoond wordt, dient licht gebogen te worden, de voet rustend op de tenen. De deelnemer expandeert zijn borstkas en spant, door opwaartse druk uit te oefenen zijn biceps aan de getoonde zijde zoveel mogelijk aan. Tevens dient de deelnemer de spieren in het bovenbeen (in het bijzonder de biceps femoris-groep) en de kuitspieren aan te spannen.

11.12

De jury dient speciale aandacht te besteden aan de borstspieren en de boog van de borstkas, de biceps, beenbiceps en de kuiten. Vervolgens is de beoordeling als omschreven in de artikelen 11.3 tot 11.6.

11.13

Dubbele biceps rugzijde:

De deelnemer staat met de rug naar de jury gekeerd. Hij dient de armen en het polsgewricht te buigen, zoals omschreven in art. 7. Een voet wordt naar achteren geplaatst, rustend op de tenen. Vervolgens dient hij alle armspieren, de spieren van de schoudergordel, de boven- en onderkant van de rug en dijbeen- en kuitspieren aan te spannen.

11.14

De jury beoordeelt in de eerste plaats de armspieren en zal vervolgens te werk gaan zoals beschreven in de artikelen 11.3 en 11.6.

11.15

In de beoordeling worden de volgende spiergroepen betrokken: de nek, schouderpijeren (deltoideus), tweehoofdige armpier (biceps brachi), driehoofdige armpier (tricepsbrachii, de spieren in de onderarm, de monnikskapspier (trapezius), de grote ronde rugspier (teres major), de onder het doornuitsteeksel van het schouderblad gelegen onderdoorspieren (infraspinatus), de lange rugstrekker (erector spinae), de buitenste schuine buikspier (obliquus externus abdominis), de brede rugspier (latissimus dorsi), de grote bilspier (gluteus maximus), de spieren aan de achterkant van het dijbeen (biceps femoris, semimembranosus, semitendinosus) en tenslotte de kuitspieren (gastrocnemicus en soleus).

11.16

De “dubbele biceps rugzijde” zal, over het algemeen genomen, meer dan andere poses helpen te beslissen over kwaliteit, spierdichtheid, definitie en evenwichtige ontwikkeling van de spieren.

11.17

Latspread rugzijde:

De deelnemer staat met zijn rug naar de jury gekeerd. Hij plaatst zijn handen in de taille, met de ellebogen naar buiten gericht. Een voet wordt naar achteren geplaatst, rustend op de tenen. Vervolgens dient hij de brede rugspier zo wijd mogelijk aan te spannen, evenals de andere spieren aan de achterzijde van zijn lichaam, speciaal de spieren aan de achterzijde van het dijbeen en de kuitspieren.

11.18

De jury beoordeelt in de eerste plaats de mate van spreiding van de brede rugspier en zal vervolgens te werk gaan zoals beschreven in de artikelen 11.3 tot 11.6.

11.19

Triceps:

De deelnemer is vrij te kiezen welke kant hij in deze pose wil tonen. Hij dient met zijn linker of rechterzijde naar de jury gekeerd te staan en brengt beide armen achter de rug. Hij mag zijn naar de jury gekeerde arm vasthouden bij de pols of bij de vingers. Het is echter niet toegestaan de getoonde arm aan te spannen, zonder deze met de andere hand vast te houden. Het been dat getoond wordt, dient licht gebogen te worden, de voet rustend op de tenen. De deelnemer oefent druk uit op de getoonde arm, waardoor de triceps aangespannen wordt. Tevens dient hij de borstkas te expanderen en de bui en beenspieren aan te spannen.

11.20

De jury beoordeelt in de eerste plaats de triceps en zal vervolgens te werk gaan zoals beschreven in de artikelen 11.3 tot 11.6.

11.21

Buikspieren en bovenbeen:

Met het gezicht naar de jury gericht, plaatst de deelnemer beide handen achter het hoofd en zet naar keuze het linker of rechterbeen voorwaarts. Vervolgens spant hij de buikspieren aan, waarbij het bovenlichaam enigszins naar voren komt. Tegelijkertijd spant hij de dijbeenspieren aan, in het bijzonder die van het voorwaarts geplaatste been.

11.22

De jury beoordeelt in de eerste plaats de buik en bovenbeenspieren en zal vervolgens te werk gaan zoals omschreven in de artikelen 11.3 tot 11.6.

De Most muscular

Is bijna hetzelfde als buikspieren bovenbeen, alleen wordt hierbij het lichaam voorover gebogen en de armen gebogen of gestrekt naar voren gebracht en de borstkas, trapezius en schoudermusculatuur worden ten volle geëxpandeerd. De jury beoordeelt hier in de eerste plaats de trapezius, borst en armspieren en zal vervolgens te werk gaan zoals omschreven in de artikelen 11.3 tot 11.6.

11.23

De uitvoering van de zgn. “quarterturns” in de eerste ronde, wordt beschreven in de artikelen 10.22 t/m 10.25.

11.24

Bij de beoordeling van de “quarterturns” zal de jury vooral letten op de verhoudingen, zowel van het lichaam als geheel als van de te onderscheiden spiergroepen.

11.25

De jury zal de voorkeur geven aan een harmonieuze klassieke lichaamsbouw.

11.26

Eveneens zal in deze ronde gelet worden op een goede houding, atletisch voorkomen, en op de juiste anatomische structuur. Hierin zullen betrokken worden: de breedte van de schouders in verhouding tot de taille, de boog van de borstkas, de kromming van de ruggengraat, de verhouding tussen ledematen en romp, de mate van de rechtheid van de benen.

11.27

Een goede conditie van de huid, zonder vlekken, acne of tatoeages, kan eveneens in het totaal oordeel worden betrokken.

11.28

In de tweede ronde (het vrij poseren), dient de deelnemer zich er steeds van bewust te zijn, dat ook in deze ronde op de gespierdheid, definitie en proporties wordt gelet. De poses moeten lang genoeg aangehouden worden om de jury in staat te stellen een weloverwogen oordeel te vormen.

11.29

De routine mag niet bestaan uit een aaneenschakeling van louter ritmische bewegingen.

11.30

Het is de deelnemer verboden bij zijn posing routine of als ondersteuning hiervan gebruik te maken van attributen, in welke vorm dan ook. Het HB behoudt zich hier het recht hierop per wedstrijd een uitzondering te maken als dit ten gunste komt van de betreffende wedstrijd.

11.31

De deelnemer dient tijdens zijn posing routine alle zijden van zijn lichaam te tonen, zowel voor als achterzijde, als ook de flanken. Alle grote spiergroepen dienen getoond te worden.

11.32

Bij de beoordeling van de tweede ronde zal de jury primair dezelfde normen hanteren als bij de beoordeling van de eerste ronde.

11.33

De jury mag de originaliteit van de posing routine slechts mee laten tellen indien deelnemers elkaar overigens zo weinig ontlopen dat aan de hand van de in artikel 11.3 genoemde criteria geen beslissing genomen kan worden.

11.34

De door de deelnemer gekozen muziek of eventueel uitgevoerde acrobatische bewegingen mogen nimmer van invloed zijn op de waardering. Behoudens het gestelde in artikel 11.33.



HOOFDSTUK 12

POSES EN JURERING DAMES BODYBUILDING EN FITNESS

12.1

In het algemeen gelden bij het beoordelen dezelfde procedures en normen als omschreven in de artikelen 11.1 tot 11.6.

12.2

Daarnaast wordt het aspect ‘vrouwelijkheid’ in de beoordeling betrokken, in zoverre gelet moet worden op vrouwelijke vormen. Dit impliceert geenszins dat spierontwikkeling niet gewaardeerd moet worden. Deze dient echter binnen de grenzen van een harmonieus geheel te blijven. Een al te massieve spierontwikkeling, zoals bij de heren, wordt niet gewaardeerd.

Spierdefinitie moet niet verward worden met “uittering” tengevolge van een extreem gewichtverlies, bij niet of slecht getrainden, waarbij een overmatige reductie van lichaamsvet de onderliggende spieren laat zien, die in dat geval plat, draderig en onontwikkeld zijn.

12.3

In voorkomende gevallen moet aan de spieropbouw de voorkeur gegeven worden boven extreme definitie zonder meer.

12.4

Dubbele biceps voorzijde:

Met de voorzijde van het lichaam naar de jury gekeerd, worden de armen boven het hoofd geheven in een hoed van 45 graden, met de handen open (**fitness**) en ontspannen of tot vuisten gebald (**bodybuilding**). Het rechterbeen wordt zijwaarts geplaatst. Vervolgens worden alle spieren aan de voorzijde van het lichaam aangespannen.

12.5

De beoordeling van deze pose is zoals beschreven in artikel 11.8.

12.6

Latspread voorzijde:

Staande met het gezicht naar de jury, de voeten iets uit elkaar, dient de deelnemer beide handen, dan wel open of bij voorkeur tot een vuist gebald, tegen de onderkant van het middel te plaatsen en latissimusspieren uit te zetten. Tegelijkertijd moet de deelnemer trachten zoveel mogelijk andere spieren aan de voorzijde van het lichaam aan te spannen.

12.7

De beoordeling van deze pose is zoals beschreven in artikel 11.10.

12.8

Zijkant Borst:

De deelnemster is vrij te kiezen welke kant zij in deze pose wil tonen. Zij dient met haar linker of rechterzijde naar de jury gekeerd te staan, het getoonde been wordt in de knie gebogen, rustend op de tenen. De getoonde arm wordt in een rechte hoek gebogen met de handpalm naar boven gericht. Met de andere hand wordt de pols in bovengreep omvat. Vervolgens worden alle spieren aan de getoonde zijde van het lichaam aangespannen.

12.9

De beoordeling van deze pose is zoals omschreven in artikel 11.12.

12.10

Dubbele biceps rugzijde:

Met de rug naar de jury gekeerd worden de armen boven het hoofd geheven in een hoek van 45 graden, met de handen open (**fitness**) en ontspannen of tot vuisten gebald (**bodybuilding**). Een been wordt achterwaarts geplaatst, rustend op de tenen. Vervolgens worden alle spieren aan de achterzijde van het lichaam aangespannen.

12.11

De beoordeling van deze pose is zoals omschreven in artikel 11.14.

12.12

Latspread rugzijde:

De deelnemster staat met zijn rug naar de jury gekeerd. Hij plaatst zijn handen in de taille, met de ellebogen naar buiten gericht. Een voet wordt naar achteren geplaatst, rustend op de tenen. Vervolgens dient hij de brede rugspier zo wijd mogelijk aan te spannen, evenals de andere spieren aan de achterzijde van zijn lichaam, speciaal de spieren aan de achterzijde van het dijbeen en de kuitspieren.

12.13

De beoordeling van deze pose is zoals omschreven in artikel 11.18.

12.14

Triceps:

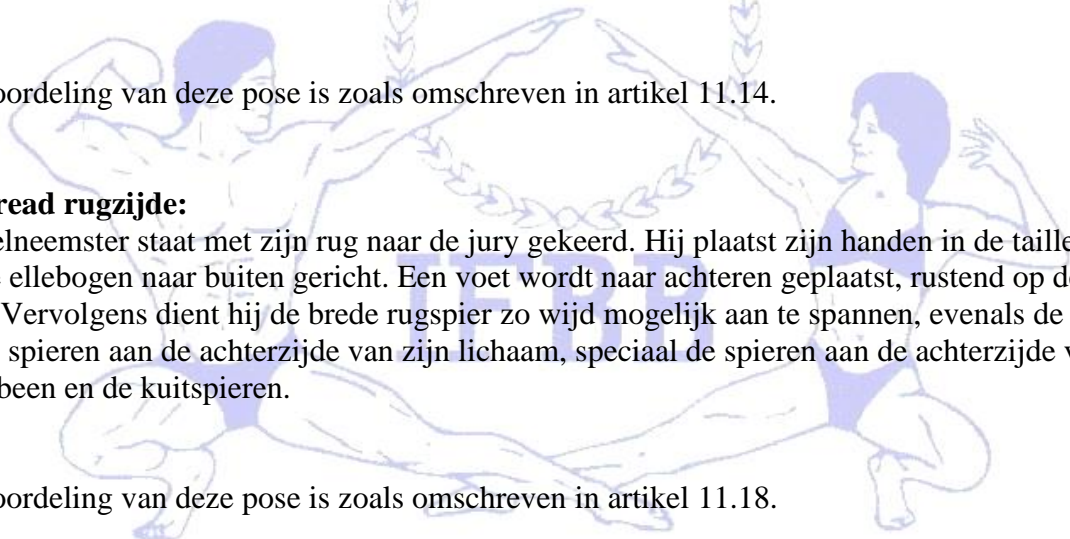
De deelnemster is vrij te kiezen welke kant zij in deze pose wil tonen. Met de linker of rechterzijde naar de jury gekeerd en het been aan dezelfde kant achterwaarts geplaatst, worden beide armen achter de rug gebracht. De naar de jury gekeerde arm mag worden vastgehouden bij de pols of bij de vingers. Het is echter niet toegestaan de getoonde arm aan te spannen zonder deze met de andere hand vast te houden. Vervolgens worden alle spieren aan de getoonde zijde van het lichaam aangespannen.

12.15

De beoordeling van deze pose is zoals omschreven in artikel 11.20

12.16

Buikspieren bovenbenen:



Met de voorzijde van het lichaam naar de jury gericht, worden beide handen achter het hoofd gebracht. Naar keuze kan het linker of het rechterbeen voorwaarts geplaatst worden. Vervolgens worden alle spieren aan de voorzijde van het lichaam aangespannen.

12.17

De beoordeling van deze pose is zoals beschreven in artikel 11.22

12.18

De uitvoering van de “quarterturns” is gelijk aan die bij de heren voor de dames Bodybuilding. Zij worden omschreven in de artikelen 10.22 t/m 10.25. Uitzondering hierop is bij de dames Fitness waar de armen in een lichte buiging naar achteren gebogen worden wanneer zij de zijkant(en) aan de jury tonen.

12.19

De beoordeling van de “quarteturns” is zoals omschreven in de artikelen 11.24 t/m 11.27. Met dien verstande dat bij de dames ook de relatieve breedte van de heupen in de beoordeling betrokken wordt.

12.20

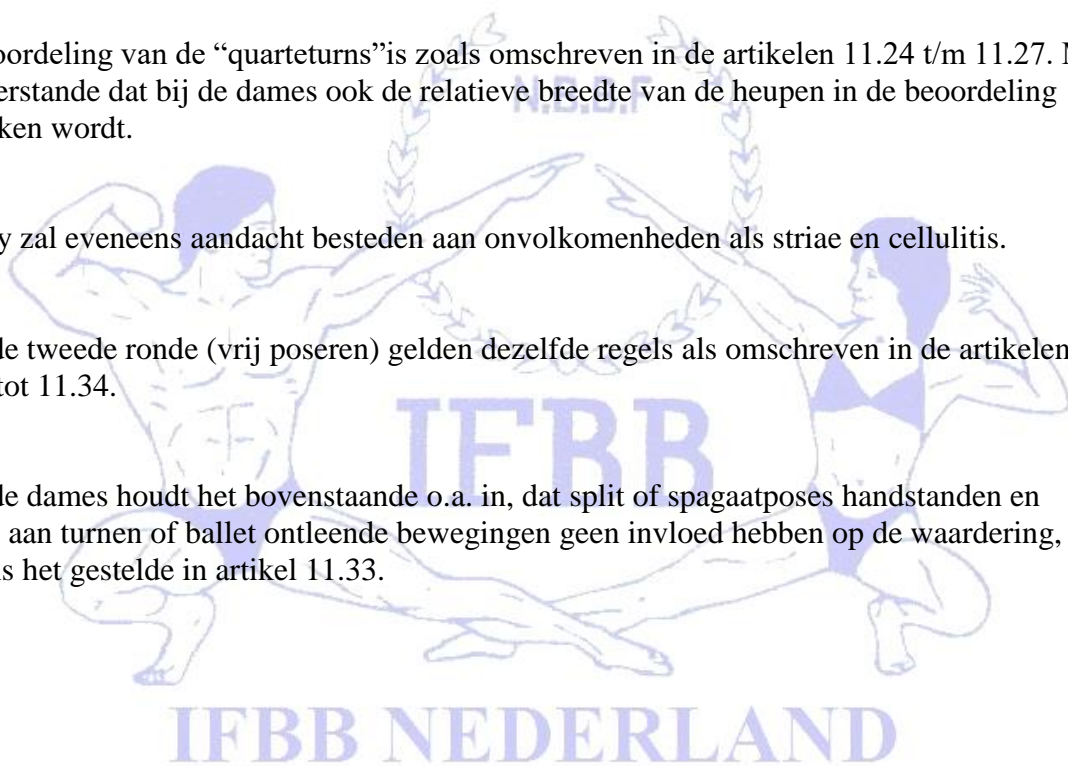
De jury zal eveneens aandacht besteden aan onvolkomenheden als striae en cellulitis.

12.21

Voor de tweede ronde (vrij poseren) gelden dezelfde regels als omschreven in de artikelen 11.28 tot 11.34.

12.22

Voor de dames houdt het bovenstaande o.a. in, dat split of spagaatposes handstanden en andere aan turnen of ballet ontleende bewegingen geen invloed hebben op de waardering, volgens het gestelde in artikel 11.33.



HOOFDSTUK 13

PROCEDURE, POSES EN JURERING DUO'S

13.1

De regels m.b.t. wedstrijdleding voor dames en heren zijn onverkort van toepassing op duo's. Verder worden overeenstemming in snit en kleur van de posingslip en bikini op prijs gesteld.

13.2

Duo-wedstrijden kennen slechts twee ronden. In de eerste ronde worden de verplichte poses en de quarterturns beoordeeld. Tijdens de tweede ronde worden de deelnemers in de gelegenheid gesteld gedurende **90 seconden** hun vrije posing routines af te werken.

13.3

Uit het voorgaande artikel volgt reeds dat bij de jurering van duo's en relatief grotere waarde wordt toegekend aan het vrije poseren.

13.4

Zowel de heer al de dame dienen het uitgereikte wedstrijdnummer op de linkerkant van hun posingslip respectievelijk bikini te dragen gedurende het gehele verloop van de wedstrijd.

13.5

De deelnemers worden in groepen van ten hoogste twee duo's vanuit de line-up geroepen voor het afwerken van de verplichte poses. Deze zijn:

- a. Dubbele biceps voorzijde
- b. Zijkant borst
- c. Latspread voorzijde
- d. Dubbele biceps rugzijde
- e. Latspread achterzijde
- f. Triceps
- g. Buikspieren en bovenbenen

13.6

De wijze waarop de poses worden uitgevoerd worden beschreven in hoofdstukken 11 en 12. Het synchroon uitvoeren van de poses door de heer en de dame wordt door de jury in de beoordeling betrokken.

13.7

Na het afwerken van de verplichte poses vinden desgewenst vergelijkingen plaats, overeenkomstig het geen in hoofdstuk 10 beschreven staat.

13.8

Onmiddellijk na de vergelijkingen worden de duo's in groepjes van maximaal twee naar voren geroepen voor de quarterturns. Procedure, uitvoering en beoordeling hiervan zijn zoals omschreven in de hoofdstukken 10, 11 en 12.

13.9

De jury zal de heer en de dame afzonderlijk beoordelen op dezelfde wijze als omschreven in de hoofdstukken 10, 11 en 12. Vervolgens wordt het duo als geheel beoordeeld. Hierbij wordt in het bijzonder gelet op de mate waarin de beide partners harmoniëren in lichaamstype, getraindheid, spieropbouw en definitie.

13.10

De duo's waarvan de beide partners zowel wat uiterlijke verschijning, als wat synchroniteit van poseren betreft, als eenheid fungeert resp. elkaar aanvullen, zullen hoger gewaardeerd worden dan de duo's waarbij zulke niet of in mindere mate het geval is.

13.11

Het in artikelen 13.9 en 13.10 genoemde zal door het jurylid voor zichzelf worden gewaardeerd om daar een uiteindelijke score uit te krijgen.

13.12

In de tweede ronde (vrij poseren) worden door de jury zowel waarderingen toegekend voor het poseren als artistieke prestatie, als voor de musculariteit, definitie en harmonie (zowel van beide partners afzonderlijk als van het duo als eenheid).

13.13

Het in artikelen 13.6, 13.9 en 13.10 zal door het jurylid voor zichzelf worden gewaardeerd om daar een uiteindelijke score uit te krijgen.

13.14

Op het score formulier wordt alleen de uiteindelijke plaatsing opgenomen. Verder verloopt de telling als beschreven in hoofdstuk 10.

13.15

De drie duo's met de laagste totaalcijfers op de verzamellijst, worden geacht te zijn doorgedrongen tot de finale. In de finale (final posedown), dienen de duo's wederom de verplichte poses uit te voeren, gevolgd door een minuut vrij poseren op neutral muziek.

13.16

De jury zal de wijze waarop de duo's de verplichte poses inzetten en aannemen mede in het oordeel betrekken, met dien verstande dat duo's die in harmonie bewegen en de poses op identieke wijze aannemen, hoger gewaardeerd zullen worden dan de duo's waarbij dit niet of in mindere mate het geval is.

13.17

Voor het overige zijn de hoofdstukken 10, 11 en 12 van toepassing.

HOOFDSTUK 14

SELECTIE

14.1

Selectie voor uitzending naar Internationale ontmoetingen zal zoveel mogelijk plaatsvinden tijdens reguliere A- wedstrijden.

14.2

De selectie voor uitzending naar Europese Kampioenschappen vindt plaats tijdens de Nederlandse Kampioenschappen en wordt altijd gehouden, voor zowel de heren als de dames. De selectie voor uitzending naar de Wereldkampioenschappen voor heren vindt plaats tijdens de Grand Prix. Indien mogelijk kan ook een internationale selectie voor dames, junioren, duo's etc. aan de N.K. of de Grand Prix gekoppeld worden.

14.3

In principe zullen de winnaars/winnaressen van iedere categorie waarvoor uitzending van toepassing is geacht worden geselecteerd te zijn. Behoudens het bepaalde in de artikelen 14.4 t/m 14.7. De winnaars/winnaressen van elke klasse gaan naar de E.K. De beste atleten geselecteerd uit de klassewinnaars (of uit de eerste drie per klasse gaan naar de W.K.).

14.4

Het HB kan, na overleg met het dames en heren comité (indien aanwezig), besluiten ook kandidaten die niet aan de betreffende reguliere A- wedstrijden hebben deelgenomen in een pose-down te laten participeren, wanneer het zulk wenselijk acht voor de kwaliteit van het uit te zenden team.

14.5

Wanneer dit om technische of organisatorische redenen noodzakelijk is, kan het HB, na overleg met het heren en dames comité (indien aanwezig), besluiten selectie bij een andere gelegenheid dan tijdens de in artikel 14.2 genoemde wedstrijden te doen plaatsvinden.

14.6

Selectie voor uitzending naar de Wereldkampioenschappen dames, de Europese of wereldkampioenschappen junioren en andere internationale ontmoetingen, zal plaatsvinden tijdens en door het HB hiertoe aan te wijzen reguliere wedstrijd, of d.m.v. een afzonderlijke selectie uit door het HB aan te wijzen atleten.

14.7

Het HB kan, wanneer het daartoe termen acht, na overleg met het heren en dames comité (indien aanwezig) besluiten van bovenstaande procedures af te wijken en atleten voor uitzending aan te wijzen, zonder voorafgaande selectie.

HOOFDSTUK 15

PROTESTEN

15.1

Elk lid van de NBBF, heeft het recht een protest in te dienen tegen de gang van zaken bij enig evenement dat vanwege de NBBF of onder haar auspiciën plaatsvindt.

15.2

Protesten kunnen 3 zaken betreffen en wel:

- a. Technische, betrekking hebbende op overtredingen van het wedstrijd en of jureringreglement.
- b. Organisatorische, betrekking hebbende op het organisatorische gedeelte van een wedstrijd in de ruimste zin van het woord.
- c. Algemene, betrekking hebbende op het gedrag van personen, zowel tijdens als buiten de wedstrijden.

15.3

Elk protest dient aangetekend schriftelijk te worden ingediend binnen 7 dagen na afloop van het betreffende evenement, dan wel binnen 7 dagen nadat de gebeurtenis waartegen geïnterced wordt, plaatsvond.

15.4

Tijdens de wedstrijd moeten protesten betrekking hebbende op de jurering zo spoedig mogelijk worden ingediend bij de voorzitter van de jury (HJ) c.q. Wedstrijdcommissaris. Nimmer mag echter om het indienen van een protest de lopende procedure van een categorie onderbroken worden.

15.5

Tijdens de wedstrijd dienen protesten tegen handelingen van organisatorische aard, eveneens zo spoedig mogelijk bij de wedstrijdcommissaris te worden ingediend.

15.6

Bij het indienen van een protest na afloop van een wedstrijd, of wanneer men een protest dat tijdens een wedstrijd werd ingediend nadien behandeld wenst te zien, dient men een bedrag van € 25,- over te maken op de giro/bank rekening van de penningmeester van de NBBF.

15.7

Protesten tegen de gang van zaken en/of jurering tijdens een C- wedstrijd moeten worden ingediend bij de HJ, WC of HB.

15.8

Protesten tegen de gang van zaken en/of jurering bij A en B wedstrijden alsmede bijzondere wedstrijden moeten worden ingediend bij de HJ, WC of HB.

15.9

Protesten van algemene (artikel 15.2 sub c) behoren direct bij de secretaris(esse) van de NBBF te worden ingediend.

15.10

Indien de WC of HJ niet tot een uitspraak kan komen, verzoekt het HB om een bindend advies.

15.11

Tegen beslissingen van de HJ en WC staat beroep bij het HB open. Tegen beslissingen van het HB inzake protesten is geen beroep mogelijk.

15.12

Inzake een protest wordt zo spoedig mogelijk, in elk geval binnen een termijn van maximaal 3 maanden, uitspraak gedaan.

15.13

Het HB kan, indien het daartoe termen aanwezig acht een onderzoekscommissie benoemen, die terzake het betreffende protest advies uit kan brengen.

15.14

Protesten van natuurlijke of rechtspersonen die op het moment dat het feit of de gebeurtenis waartegen geprotesteerd wordt niet waren aangesloten bij de NBBG of enige andere met de NBBF verbonden organisatie, worden niet in behandeling genomen.

HOOFDSTUK 16

STRAFFEN EN DISCIPLINAIRE MAATREGELEN

16.1

Behalve de reeds in artikel 6, punt 1 sub c en punt 8 der statuten vervatte bevoegdheid van het HB om tot een federatie behorend lid te schorsen of royeren, heeft het HB tevens de bevoegdheid aan leden die handelen of hebben gehandeld in strijd met de statuten, reglementen of besluiten van de Federatie de in artikel 16.5 vermelde straffen op te leggen.

16.2

Het HB, alsmede binnen hun respectievelijke jurisdicties de wedstrijdcommissaris, voorzitter van de jury (HJ), dames en heren comité (indien aanwezig), zijn voorts bevoegd ten aanzien van leden, wier handelen of gedragingen daartoe aanleiding geven, zodanig disciplinaire maatregelen te treffen dat een ordelijke gang van zaken op wedstrijden en binnen de federatie als geheel gewaarborgd zijn.

16.3

Het HB is gerechtigd de in artikel 16.1 en 16.2 genoemde bevoegdheid geheel of ten dele aan het dagelijkse bestuur (indien aanwezig) te delegeren. Het dagelijkse bestuur (indien aanwezig) is gehouden telkens dat van deze gedelegeerde bevoegdheid gebruik is gemaakt, aan het HB te rapporteren ten aanzien van wie en op welke wijze dit geschiedde.

16.4

De WC en het dames en heren comité (indien aanwezig) hebben geen strafbevoegdheid. In bepaalde, spoedeisende gevallen zijn echter bevoegd de in artikel 16.24 genoemde disciplinaire maatregelen toe te passen.

16.5

De in artikel 16.1 bedoelde straffen zijn:

- a. Waarschuwing
- b. Berisping
- c. Een geldboete van maximaal € 250, - per lid
- d. Intrekking van lidmaatschap en/of licentie gedurende een bepaalde tijd.
- e. Schorsing
- f. Royement

16.6

De geldboete dient binnen een door het HB bij de strafoplegging te stellen termijn aan de penningmeester te zijn betaald, bij gebrek waarvan de gestrafte wordt geacht te zijn geschorst, totdat de geldboete is voldaan.

16.7

Intrekking van lidmaatschap en/of licentie vindt plaats voor tenminste 1 en ten hoogste 36 maanden.

16.8

De lidmaatschapskaart en/of licentie dient (dienen), onmiddellijk nadat het lid van de strafoplegging in kennis is gesteld, aangetekend aan de secretaris(esse) van de federatie te worden opgezonden. Bij gebreke hiervan wordt het lid geacht te zijn geschorst, totdat de lidmaatschapskaart en/of licentie door de secretaris(esse) der federatie is (zijn) ontvangen.

16.9

Bij intrekking van de lidmaatschapskaart en/of licentie, blijven de overige aan het lidmaatschap verbonden rechten en verplichtingen onverkort gehandhaafd.

16.10

De termijn gedurende welke de lidmaatschapskaart en/of de licentie wordt (worden) ingetrokken gaat in op het moment dat de secretaris(esse) van de federatie de lidmaatschapskaart en/of licentie ontvangen heeft, ongeacht de schorsing bij in gebreke blijven, waarvan in artikel 16.8 sprake is.

16.11

Een schorsing wordt steeds uitgesproken voor een bepaalde tijd, behoudens eerdere opheffing of intrekking.

16.12

In bijzondere gevallen kan door het HB een straf voorwaardelijk worden opgelegd dan wel voor een resterend gedeelte worden kwijtgescholden.

16.13

Behoudens het bepaalde in artikel 16.14 wordt geen straf uitgesproken nadat het betrokken lid de gelegenheid is gegeven tot verweer.

16.14

In dringende gevallen, ter beoordeling van het HB, kan een voorlopige schorsing voor de duur van ten hoogste twee maanden, worden opgelegd, zonder dat aan het bepaalde in artikel 16.13 is voldaan.

16.15

Leden kunnen zich desgewenst voor eigen rekening van rechtskundige en/of deskundige bijstand voorzien.

16.16

Het HB kan zowel het onderzoek naar, als de behandeling van strafwaardige handelingen delegeren naar een strafcommissie (SC). Deze dient uit tenminste drie leden te bestaan, die geen directe of indirecte betrekking met het betreffende lid mogen hebben.

16.17

Nadat het onderzoek terzake afgesloten is en partijen gehoord zijn, brengt de SC advies uit aan het HB, De SC zelf is niet bevoegd tot strafoplegging.

16.18

Opgelegde straffen worden met redenen omkleed door het HB binnen 14 dagen na de uitspraak schriftelijk ter kennis van de betrokkene(n) gebracht, onder vermelding van de mogelijkheid tot beroep in geval van oplegging van de straffen als bedoeld in artikel 16.5 subs c, d, e, f.

16.19

Beroep tegen een straf als bedoeld in artikel 16.5 subs c, d, e, f, dient binnen 14 dagen na dagtekening van de kennisgeving van strafoplegging met redenen omkleed te worden ingediend bij de voorzitter van het NBBF hoofdbestuur (HB).

16.20

De voorzitter van het HB zal binnen een maand na ontvangst van het beroep, beslissen of de zaak opnieuw in behandeling genomen zal worden. In dat geval zal een nieuwe SC worden geformeerd.

16.21

Van het al of niet opnieuw behandelen van de zaak, zal het HB het lid binnen 14 dagen na de in artikel 16.20 bedoelde beslissing in kennis stellen.

16.22

De NBBF- secretaris(esse) draagt er zorg voor dat, behoudens ingevallen van waarschuwing of berisping, opgelegde straffen met bijbehorende strafreden(en), zodra zij in kracht van gewijsde zijn gegaan, zo spoedig mogelijk in het bondstijdschrift en/of Internet site worden gepubliceerd, onder vermelding van de naam van de gestrafte.

16.23

Schorsingen en voorlopige schorsingen op grond van overtredingen van artikel 6 punt 8 van de statuten worden steeds onmiddellijk gepubliceerd.

16.24

De in artikel 16.4 bedoelde disciplinaire maatregelen kunnen onder meer zijn:

- a. Verbod tot (verdere) deelname aan een wedstrijd.
- b. Verbod tot (verder) fungeren als official bij een wedstrijd.
- c. Andere maatregelen ter handhaving van de orde

E.e.a. ter beoordeling van het HB, HJ, WC en de comités (indien aanwezig)

16.25

Tegen disciplinaire maatregelen is geen beroep mogelijk.

HOOFDSTUK 17

PRIJZEN EN PRIJSUITREIKING

17.1

Voor iedere categorie worden door de organisator minimaal vijf prijzen beschikbaar gesteld in de vorm van een beker of trofee. Deze prijzen dienen van solide kwaliteit te zijn.

17.2

Er dient een duidelijk waarneembaar verschil te zijn in de prijzen voor de 5^e t/m 1^e plaats. Hierbij kan gedacht worden aan oplopende grootte of hoogte, toegepast materiaal, metaalkleur e.d.

17.3

De WC heeft de bevoegdheid prijzen, waarvan de kwaliteit naar zijn oordeel te wensen overlaat, ongeschikt te verklaren.

17.4

Aan alle deelnemers dient een herinnering in de vorm van een eenvoudige medaille of vaantje te worden uitgereikt.

17.5

De organisator kan, naast de verplichte prijzen en herinneringen ander ereletaal en/of trofeeën beschikbaar stellen. Gedacht kan bijv. worden aan een evt. Overall-prijs, Best-posing prijs, aanmoedigingsprijzen e.d. De wedstrijdcommissaris heeft te allen tijde de bevoegdheid het beschikbaar stellen van extra prijzen te verbieden, wanneer hij dat in het belang van de sport acht.

17.6

Bij de Nederlandse Kampioenschappen worden, naast de trofeeën of bekens, in elke categorie voor de nrs. 1, 2, en 3 de NBBF- medailles beschikbaar gesteld. Deze bestaan uit:

- a. een goudkleurige medaille met rood-wit-blauw lint, voor de eerste plaats.
- b. Een zilverkleurige medaille met rood-wit-blauw lint, voor de tweede plaats.
- c. Een bronskleurige medaille met rood-wit-blauw lint, voor de derde plaats.

17.7

De prijsuitreiking vindt plaats aan het slot van de wedstrijd.

17.8

Op het toneel dient indien mogelijk een erepodium met drie platformen, gemerkt 2 -1 – 3 te worden opgesteld.

17.9

Wanneer geen erepodium voorhanden is, kan de prijsuitreiking plaatsvinden op het poseerplatform dan wel op een andere, daartoe door de wedstrijdcommissaris aan te wijzen plaats op het toneel.

17.10

De prijsuitreiking vindt plaats per categorie in de gebruikelijke wedstrijdvolgorde.

17.11

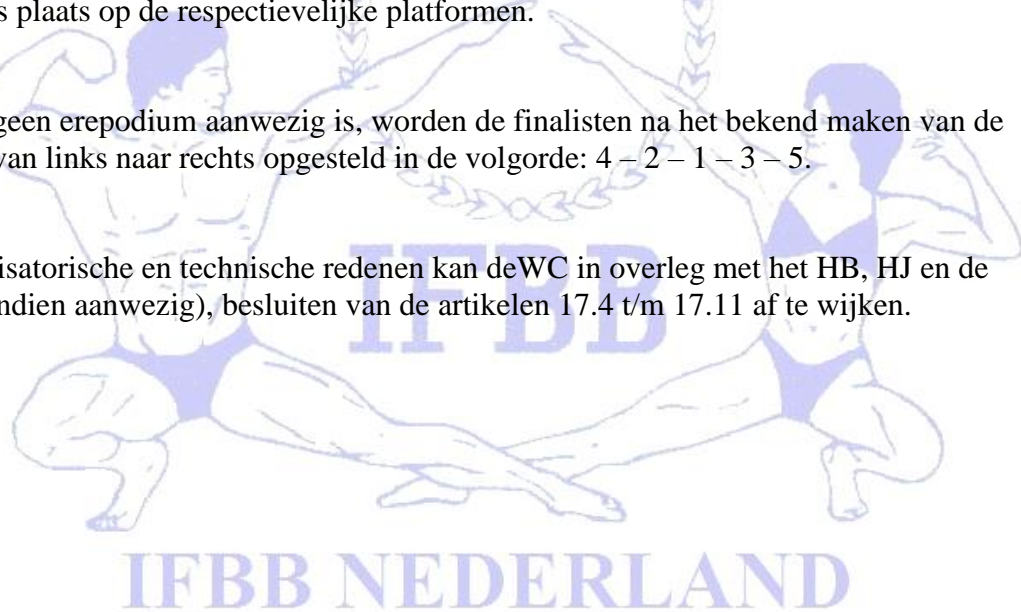
De finalisten stellen zich op achter het erepodium. De ceremoniemeester dan wel de voorzitter van de jury (HJ) roept hun namen af in de volgorde 5 – 4 – 3 – 2 – 1. De als vijfde geplaatste atleet neemt plaats naast het platform gemerkt '3'. De vierde geplaatste atleet neemt plaats naast het platform gemerkt '2'. De als 3, 2, en 1^e geplaatste atleten nemen vervolgens plaats op de respectievelijke platformen.

17.11

Wanneer geen erepodium aanwezig is, worden de finalisten na het bekend maken van de uitslagen van links naar rechts opgesteld in de volgorde: 4 – 2 – 1 – 3 – 5.

17.12

Om organisatorische en technische redenen kan de WC in overleg met het HB, HJ en de comités (indien aanwezig), besluiten van de artikelen 17.4 t/m 17.11 af te wijken.



HOOFDSTUK 18

BEGELEIDERS

18.1

Deelnemers aan wedstrijden kunnen zich desgewenst laten begeleiden, met dien verstande dat deelnemers van een sportschool slechts door een persoon begeleid mogen worden. Nemen van een sportschool zowel dames als heren aan de wedstrijd, dan mogen twee begeleider worden ingeschakeld.

18.2

Begeleiders mogen zich, tenzij de wedstrijdcommissaris (WC) anders beslist, slechts ophouden in de kleedruimten. Zij hebben in principe geen toegang tot de zaal en de ruimte achter het podium.

18.3

Als begeleiders mogen slechts optreden diegenen die over en geldige NBBF trainers – of verzorgerlicentie beschikken.

18.4

Een trainers licentie kan worden verstrekt aan hen die:

- a. minstens een jaar als lid van de NBBF staan ingeschreven.
- b. De benodigde bondsopleiding met goed gevolg hebben doorlopen.

18.5

Op het moment dat de bondsopleiding wordt aangevuld of uitgebreid, krijgt de licentie van de personen die de aanvullende en/of uigebreide opleiding (nog) niet met goed gevolg hebben doorlopen de status ‘voorlopig’. Per geval zal bezien worden hoe lang deze status gehandhaafd kan blijven.

18.6

Een verzorgers licentie kan worden verstrekt aan hen die:

- a. Minstens een jaar als lid van de NBBF staan ingeschreven
- b. De NBBF basis cursus met goed gevolg hebben doorlopen of beschikken over een diploma sportmassage of een ander (paramedische) opleiding, die naar oordeel van het HB het verstrekken van een dergelijke licentie verantwoord doet zijn.

18.7

Het HB kan besluiten van de in artikelen 18.5 en 18.6 genoemde eisen a te wijken, wanneer het van mening is, dat op grond van kennis en ervaring van de aanvrager het verstrekken van een licentie verantwoord is.

18.8

Een verzorgers licentie kan tegen betaling van het door het HB vastgestelde bedrag, voor de wedstrijd alsnog bij de WC verkregen worden.

18.9

Een licentie is slechts geldig voor het kalenderjaar waarvoor en licentie geldig is. Verlenging van de licentie kan eveneens bij de wedstrijdcommissaris voldaan worden.

18.10

Jaarlijks zal het HB het bedrag vaststellen dat verschuldigd is voor het verstrekken cq verlengen van de licentie.

18.11

Begeleider dienen zich te allen tijde te onthouden van het verstrekken van middelen cq het verrichten van handgrepen die de gezondheid van de aan hun zorg toevertrouwde deelnemers zou kunnen schaden. Wanneer een vermoeden van malafide handelen van de zijde van de begeleiders bestaat, kan het HB tot een onmiddellijk ingaande (voorlopig) intrekken van de licentie besluiten.

18.12

Begeleiders dienen zich steeds te houden aan aanwijzingen van de WC of degene die hiertoe door hem aangewezen is. Bij gebreke hiervan kunnen zij door deze van de betreffende wedstrijd verwijderd worden.

18.13

Begeleiders (met of zonder verzorgerlicentie), dienen in ieder geval ook het entree bewijs voor de wedstrijd te betalen: alleen bij betaling hebben zij recht op en plaats in de zaal.

18.14

Het HB kan afzien van het in artikelen 18.3 t/m 18.10 gestelde wanneer technische of organisatorische redenen dit noodzakelijk achten.

HOOFDSTUK 19

ORGANISATIE VAN WEDSTRIJDEN

19.1

Personen die een wedstrijd wensen te organiseren, dienen over een geldige organisatie licentie te beschikken of schriftelijke toestemming van de voorzitter van de NBBF.

19.2

Een licentie dient schriftelijk te worden aangevraagd bij het HB. Een licentie wordt uitsluitend verstrekt, wanneer aan de volgende eisen is voldaan:

- a. De aanvrager dient minsten een jaar als lid van de NBBF staan ingeschreven.
- b. De aanvrager dient van onbesproken gedrag te zijn. Het HB kan de aanvrager verzoeken een “verklaring omtrent het gedrag” te overleggen.
- c. De aanvrager dient voor een periode van minstens 36 maanden geen enkele bemoeienis te hebben gehad met de organisatie van wedstrijden die niet onder de auspiciën van de NBBF hebben plaats gehad.

Het HB behoudt zich het recht, wanneer zij dit in het belang van de atleten acht, hiervan af te wijken.

19.3

De organisatie van A- wedstrijden is voorbehouden aan de federatie, deze kan ze echter eventueel ook laten organiseren.

19.4

De organisatie van jaarlijks terugkerende B- wedstrijden zal bij voorrang gegund worden aan hen die in voorgaande jaren reeds tot volledige tevredenheid deze wedstrijd organiseerden.

19.5

Het is niet mogelijk een B- wedstrijd te organiseren, zonder dat minstens drie jaar achteren een C- wedstrijd met dezelfde naam in dezelfde plaats georganiseerd werd.

Het HB behoudt zich het recht, wanneer zij dit in het belang van de atleten acht, hiervan af te wijken.

19.6

Houders van een geldige licentie of schriftelijke toestemming van de voorzitter van de NBBF, die minstens drie jaar achtereen in dezelfde plaats onder identieke naam een C- wedstrijd organiseerden, kunnen bij het HB schriftelijk met redenen omkleed verzoek indienen deze wedstrijd B- status te verlenen.

19.7

Per provincie dienen jaarlijks een of twee C- wedstrijden te worden georganiseerd. Deze dienen zo gelijkmatig mogelijk over het jaar verdeeld te worden. Om technische en/of organisatorische redenen kan het HB besluiten hiervan af te wijken.

19.8

Voor het eind van het kalenderjaar, wordt op een landelijke Organisatorenvergadering een voorstel aan het HB opgesteld m.b.t. de data waarop de verschillende wedstrijden zullen plaatsvinden. Het HB zal zo spoedig mogelijk een beslissing nemen t.a.v. dit voorstel.

19.9

Het HB zal in principe per provincie twee licentiehouders opdracht verstrekken tot het organiseren van de in artikel 19.8 bedoelde wedstrijden.

19.10

Wanneer geen of geen geschikte kandidaten gevonden worden, zal het HB de organisatie van de wedstrijd(en) eventueel op zich nemen.

19.11

Een licentiehouders die buiten artikel 19.8 bedoelde wedstrijden om, een C- wedstrijd wenst te organiseren, dient minstens zes maanden voor de voorgenomen datum een schriftelijk verzoek hiertoe bij de WC in te dienen.

19.12

De WC zal bij de behandeling van dit verzoek allereerst contact opnemen met het HB. Wanneer een of twee organisatoren van bestaande wedstrijden geldige bezwaren hebben, zal het HB de aanvraag afwijzen.

19.13

Een licentiehouders die een bijzondere wedstrijd wenst te organiseren, dient minstens zes maanden voor de voorgenomen datum en schriftelijk met redenen omkleed verzoek hiertoe bij het HB in te dienen. Duidelijk dient in het verzoek naar voren te komen, wat naar oordeel van de aanvrager deze wedstrijd tot een bijzondere wedstrijd maakt.

19.14

Het HB zal bij behandeling van deze aanvraag allereerst (naast de WC), contact opnemen met de organisator van een eventuele C- wedstrijd van de provincie waarin bedoelde licentiehouders een wedstrijd wenst te organiseren en vervolgens met alle bestaande organisatoren binnen wiens provincie in dezelfde maand of maanden aansluitend aan die waarin de voorgenomen wedstrijd zou vallen, een C- wedstrijd op het programma staat. Mocht voor de bijzondere wedstrijd of en gedeelte hiervan de B- status zijn aangevraagd, dan zal het HB eveneens contact opnemen met de organisator van een eventuele B- wedstrijd die in de maand zelf of maanden aansluitend aan die waarin de voorgenomen wedstrijd zou vallen, op het programma staat.

19.15

Na goedkeuring zal de WC, in geval van B- wedstrijden, na overleg met de organisator en het dames en heren comité (indien aanwezig) een wedstrijdcommissie benoemen. Om technische en/of organisatorische redenen kan het HB besluiten hiervan af te wijken.

19.16

De WC zal allereerst zo spoedig mogelijk onderzoeken of de accommodatie voldoet aan de daaraan te stellen eisen (zie hoofdstuk 20). Voorts zal hij erop toezien dat de organisatie en afwikkeling van de wedstrijd ordelijk en in overeenstemming met de reglementen verlopen.

19.17

Goedkeuring van de aanvraag betekent slechts dat de wedstrijd zal plaatsvinden onder auspiciën van de NBBF en dat de federatie zorg zal dragen voor samenstellen van een jury en het aankondigen van de wedstrijd in het bondstijdschrift en de NBBF website. De NBBF aanvaardt geen enkele verantwoordelijkheid, financieel noch anderszins, noch voor schade toegebracht aan derden tijdens, voor of na de betreffende wedstrijd.

19.18

Het is de organisator niet toegestaan zelf een jury samen te stellen. Wel kan hij dienaangaande voorstellen doen aan het jury comité (indien aanwezig) cq de HJ.

19.19

Uiterlijk twee weken voor de datum waarop de wedstrijd plaatsvindt, dient de organisator de bondsbelasting te hebben voldaan. Deze bondsbelasting wordt jaarlijks door het HB vastgesteld. Een eventueel nog verschuldigd bedrag moet ter plaatse (voor het begin van de wedstrijd) alsnog aan de WC worden voldaan. Wanneer om wat voor reden ook een organisator de verschuldigde bondsbelasting niet betaalt, vervalt automatisch de toestemming om een wedstrijd te organiseren. Voor bijzondere wedstrijden wordt de bondsbelasting afzonderlijk vastgesteld. Bondsbelasting zal per wedstrijd door de WC en het HB worden bepaald.

19.20

Onmiddellijk na afloop van de wedstrijd dient de organisator aan de HJ, alle juryleden, teller(ster) en de aanwezige bestuursleden van het HB, in principe zijn dit 9 personen een onkostenvergoeding (op 1 januari 2017 door het HB op € 50,- per persoon bepaald) uit te betalen.

19.21

Tevens dient de organisator er zorg voor te dragen dat de jury tijdens haar werk op geregelde tijden van verversing wordt voorzien. In de pauze tussen de prejudging en de finale, dan wel aan het einde van de wedstrijd, dient de organisator voor een eenvoudige maaltijd voor de HJ, juryleden, teller(ster), WC en aanwezige bestuursleden van het HB zorg te dragen.

19.22

De organisator dient er bij het reserveren van de wedstrijd accommodatie rekening mee te houden dat deze aan de in Hoofdstuk 20 gestelde eisen moet voldoen.

19.23

De organisator is verplicht ordelijke administratie bij te houden. Bij inschrijving van deelnemers moet erop toe gezien worden dat hun persoonsgegevens volledig zijn. Vermeld moet zeker worden: Naam en voornaam, geboortedatum, adres, klasse, categorie en no. Lidmaatschap en of wedstrijdlicentie (indien aanwezig) van de NBBF. Indien deze gegevens niet volledig verstrekt worden, dient de organisator contact met de desbetreffende deelnemer(s) op te nemen teneinde alsnog de juiste gegevens te verkrijgen. In het bijzonder moet duidelijk aan de inschrijvers worden medegedeeld, dat zij slechts kunnen deelnemen wanneer zij over een geldig lidmaatschap en/of wedstrijdlicentie (indien aanwezig) van de NBBF beschikken.

19.24

De organisator dient een sluitingsdatum voor inschrijving te stellen van minimaal een week voor de wedstrijddag.

19.25

Op de sluitingsdatum dient de organisator en definitieve lijst van de deelnemers (compleet met adres etc.) samen te stellen en kopieën hiervan aan de WC te zenden.

19.26

De organisator dient er zorg voor te dragen dat op de dag van de wedstrijd voldoende personeel aanwezig is om het geheel vlot te doen verlopen.

19.27

De organisator dient in overleg met de WC een functionaris te benoemen die verantwoordelijk is voor de inname en het afspelen van de poseer muziek.

19.28

De organisator dient eveneens te zorgen dat een capabele ceremoniester (speaker) aanwezig is.

19.29

Aangeraden wordt de aanvangstijden van de prejudging en de finale zo te kiezen, dat voldoende tijd overblijft om na afloop van de prejudging de zaal te ontruimen.

19.30

Het is de organisator verboden gasten te contracteren die niet bij de NBBF of een andere met de IFBB verbonden federatie zijn aangesloten.

19.31

Wanneer de organisator overweegt een gastster uit het buitenland aan te trekken, dient hij dit eerst aan te vragen bij het HB. Dit alles dient ruimschoots van te voren te gebeuren (voordat er afspraken met de betreffende guestposer worden gemaakt). Teven dient men tegenover 1 buitenlands gastoptreden 2 Nederlandse gastoptredens te stellen.

19.32

Het plaatsen van reclameborden of decoraties op het toneel op een zodanige wijze dat dit storend werkt voor de fotograaf van het bondstijdschrift, of de jury en het publiek afleidt van het wedstrijdgebeuren, is verboden.

19.33

De organisator dient er zorg voor te dragen dat voldoende materiaal aanwezig is waarmee de deelnemers zich kunnen opwarmen.

19.34

De organisator is verplicht minstens vijf prijzen per categorie beschikbaar te stellen. Deze moeten van solide kwaliteit zijn. (zie hoofdstuk 17).

19.35

Teven dient de organisator aan alle deelnemers een herinnering in de vorm van een medaille of vaantje uit te reiken.

19.36

De organisator is verplicht op de eerste twee rijen voldoende plaatsen vrij te houden voor officials, genodigden, een verslaggever en/of fotograaf van het bondsorgaan en eventuele aanhang van de juryleden (een per persoon).

19.37

Leden van het HB hebben op een NBBF- wedstrijd te allen tijde vrije toegang.



HOOFDSTUK 20

WEDSTRIJDACCOMODATIE

20.1

De oppervlakte van het toneel moet zodanig zijn dat een line-up van 20 deelnemers kan worden opgesteld zonder dat de deelnemers elkaar raken. In de praktijk zal dit neerkomen op een breedte van 15 tot 20 meter.

20.2

De belichtingsfaciliteiten dienen zodanig te zijn, dat zowel de complete line-up, als de deelnemers in een vergelijking of posedown, als individueel poserende deelnemer voor jury en publiek goed zichtbaar zijn.

20.3

In de praktijk zal het vastgestelde in artikel 20.2 hierop neerkomen, dat een brede verlichting van de achterzijde van het toneel of enige andere plek waarop de line-up is opgesteld, samen dient te gaan met een smallere verlichting van de voorzijde van het toneel of het posing platform, waarop ten hoogste zes deelnemers de vergelijkingen of posedown afwerken. Deze verlichting dient zowel de voorzijde als de zijkant van de deelnemers te bestrijken.

20.4

Voor de juiste verlichting van de individueel poserende deelnemer dient op het posingplatform of, bij afwezigheid hiervan, een centrale plek op het toneel, een smaller oppervlak verlicht te worden van de linker – rechter – en voorzijde.

20.5

Er dient voldoende gescheiden kledruimte voor dames en heren aanwezig te zijn.

20.6

De tafels van de juryleden, de teller(ster) en eventueel schaduwjuryleden dienen met voldoende tussenruimte te worden opgesteld. Op de tafel van de voorzitter van de jury (HJ), dient een microfoon aanwezig te zijn. Op de tafel van de wedstrijdcommissaris tevens een stopcontact.

20.7

Op het toneel dient t.b.v. de ceremoniemeester een kathedr met microfoon geplaatst te worden.

20.8

De accommodatie dient over een deugdelijke geluidsinstallatie te beschikken, waarop het afspelen van de poseermuziek zonder storingen mogelijk is.

20.9

De achtergrond waartegen de deelnemers poseren, moet neutraal en niet afleidend zijn. Het IFBB/NBBF logo en eventuele reclame mogen niet zodanig zijn opgesteld, dat de juryleden of het publiek hierbij hinder ondervinden bij het beoordelen resp. bekijken van de poses.

20.10

De WC is ten allen tijde bevoegd een accommodatie voor gebruik af te keuren indien deze naar zijn oordeel niet aan de te stellen eisen voldoen. Teven staan **alle** gebeurtenissen tijdens de gehele wedstrijd onder zijn leiding cq verantwoording. **In nauw overleg met de HJ is de WC de enige** die bevoegd is op een NBBF wedstrijd evt. procedure(s) zoals in het WEDSTRIJDREGLEMENT zijn vermeld te wijzigen, indien ook deze naar zijn oordeel op dat moment niet in het belang van een goede verloop van de wedstrijd zijn.



HOOFDSTUK 21

DOPING-REGLEMENT (1)

21.1

De IFBB/NBBF verbiedt het gebruik van doping door zijn atleten en heeft regels opgesteld tegen het drugsgebruik. Dopingtesten zijn verplicht gesteld tijdens Europese, Wereld- en andere Internationale kampioenschappen, toegewezen door de IFBB. De nationale federaties moeten dopingtesten uitvoeren tijdens hun nationale kampioenschappen (in het bijzonder de Selectiewedstrijden).

21.2

De medische en dopingcommissie van de IFBB zorgt voor een lijst van dopingmiddelen, vastgesteld door de WADA (World Anti-Doping Agency), zie “Lijst van verboden middelen” in dit reglement, en dopingregels. Deze wordt aangepast aan de IOC- regels.

21.3

De controles moeten uitgevoerd worden, voorafgaand aan de prejudging en/of na de wedstrijd. Als een atleet, die voor een dopingtest wordt geselecteerd, weigert hieraan mee te werken of de test probeert te manipuleren, wordt dit beschouwd als een overtreding van het reglement en tevens beschouwd als een positieve uitslag.

21.4

De dopingtest moet uitgevoerd worden in een IOC geaccrediteerd laboratorium. Als een dergelijk laboratorium niet beschikbaar is in het land waar de testen worden uitgevoerd, mag de nationale federatie een geschikt laboratorium uitzoeken dat goedgekeurd is door de voorzitter van de medische commissie.

21.5

De eerste positieve uitslag zal leiden tot 1 jaar schorsing. Een tweede positieve uitslag tot 2 jaar schorsing. Een derde positieve uitslag tot een levenslange schorsing.

21.6

De IFBB/NBBF houdt zich het recht voor om dopingcontroles willekeurig uit te oefenen buiten de wedstrijden om (out of competition). Elke atleet die weigert hieraan mee te werken, wordt voor 2 jaar geschorst voor internationale wedstrijden.

21.7

Het is het beleid van de IFBB/NBBF, indien besloten door het HB of voorzitter, om de namen van de atleten en hun landen openbaar te maken.

21.8

Bij een dopingtest worden twee urinemonsters afgenomen (A + B monster). Indien het A-monster positief wordt bevonden, heeft de atleet het recht om het B- monster te laten onderzoeken. De atleet heeft 30 dagen de tijd om te beslissen dit B- monster te laten onderzoeken. Deze tijd gaat in vanaf de datum dat de atleet te horen krijgt (verbaal of

schriftelijk) dat de dopingtest positief is. Hij/zij moet dit kenbaar maken aan de voorzitter van de internationale of nationale medische commissie.

21.9

Als het dopingonderzoek plaatsvindt voor de wedstrijdfinale en de atleet positief wordt bevonden, houdt de IFBB/NBBF zich het recht voor om de atleet voor de betreffende wedstrijd te diskwalificeren. Dit recht bestaat ook als er nog geen gelegenheid is geweest om het B- monster (in contra-expertise) te laten onderzoeken.

21.10

Iedereen die gearresteerd wordt of die beschuldigd wordt van bezit of verhandelen van illegale of verboden substanties zal geschorst worden voor en nader te bepalen periode. Deze periode wordt bepaald door een IFBB/NBBF disciplinaire commissie. Het besluit van deze commissie is definitief.

21.11

Iedereen die schuldig wordt bevonden aan verhandelen of verkopen van illegale of verboden substanties zal geschorst worden voor en nader te bepalen periode. Deze periode wordt bepaald door een IFBB/NBBF disciplinaire commissie. Het besluit van deze commissie is definitief.

21.12

Tegen federaties die geen dopingcontroles uitvoeren op nationale competities en atleten uitzenden naar internationale wedstrijden en daar positief worden bevonden, zullen door de IFBB de volgende acties worden uitgevoerd: Een waarschuwing bij een eerste overtreding. Een diskwalificatie van de betreffende wedstrijd bij een tweede overtreding. Een schorsing van 2 jaar voor alle internationale wedstrijden bij een derde overtreding.

21.13

Iedereen die schuldig wordt bevonden aan het manipuleren van een urinemonster of vervalsen van testresultaten, zal geschorst worden voor een periode, bepaald door de IFBB/NBBF disciplinaire commissie.

IFBB NEDERLAND

DOPING-REGLEMENT (2)

21.14

Uitgaande van het principe dat een sportorganisatie mede tot taak heeft waar mogelijk te waken voor gezondheid en het welbevinden van de beoefenaars van de door haar aangesloten leden in het bijzonder, voorzover deze gezondheid en dit welbevinden direct of indirect met de beoefening van de door haar vertegenwoordigde sport in verband staan, heeft de NBBF de officiële dopinglijst van de WADA overgenomen, een lijst van middelen waarvan het gebruik **in verband met recreatief en/of wedstrijd bodybuilding** aan de bij de NBBF aangesloten leden verboden is.

21.15

Verreweg de meeste van de in deze lijst opgenomen stoffen, vallen onder de zgn. UR (uitsluitend recept) regeling, hetgeen impliceert dat handel in deze middelen is voorbehouden aan apothekers en wel uitsluitend, wanneer hiervoor een recept verstrekt is door een bevoegd arts. Hieruit volgt reeds dat het verhandelen van deze preparaten door derden bij de wet verboden is. Afgezien van bestraffing volgens de wet, zullen bij de NBBF aangesloten sportscholen en individuele leden die zich aan het verhandelen en/of verstrekken van de in de lijst genoemde stoffen schuldig hebben gemaakt, zich dienen te verantwoorden voor een door de NBBF benoemde tuchtcommissie. Eventuele disciplinaire maatregelen: Zoals genoemd in deel (1) van dit dopingreglement.

21.16

Het gebruik van de in de “lijst van verboden middelen” opgenomen stoffen om **dringende medische redenen**, op voorschrift van huisarts of specialist, kan voor de tuchtcommissie aanleiding zijn geen disciplinaire maatregelen te nemen. Een positief bevonden deelnemer(ster) dient in zo'n geval een medische verklaring te tonen. De tuchtcommissie behoudt zich het recht voor die eventuele medische noodzaak middels een onderzoek door een door de NBBF aan te wijzen medicus te laten verifiëren. De kosten van een dergelijk onderzoek komen, indien op grond van de uitslag tot strafbaarstelling besloten wordt, voor rekening van de deelnemer(ster).

Waar hierboven van de deelnemer(ster) gesproken wordt, dient tevens gelezen te worden “bij de NBBF aangesloten leden” dit impliceert dat ook niet aan wedstrijden deelnemende atleten van wie op goede gronden aangenomen kan worden dat zij gebruik maken van verboden middelen om andere dan dwingende medische redenen, door de tuchtcommissie ter verantwoording geroepen kunnen worden.

21.17

De IFBB/NBBF verbiedt het gebruik van stoffen c.q. middelen vermeld op de lijst World Anti-Doping Agency. De IFBB/NBBF hanteert de actuele lijst, zoals opgesteld door de WADA.

HOOFDSTUK 22

WADA LIJST MET VERBODEN MIDDELEN

DOPINGLIJST

1 januari 2007

Het gebruik van elk geneesmiddel moet worden beperkt tot medische indicaties.

I. Stoffen en methoden verboden binnen wedstrijdverband en buiten wedstrijdverband

Verboden stoffen

- S1. Anabole middelen
- S2. Hormonen en verwante stoffen
- S3. Bèta-2 agonisten
- S4. Middelen met een anti-oestrogene werking
- S5. Diuretica en andere maskerende middelen

Verboden methoden

- M1. Verbetering van het zuurstoftransport
- M2. Chemische en fysieke manipulatie
- M3. Genetische doping

II. Stoffen en methoden verboden binnen wedstrijdverband

- S6. Stimulantia
- S7. Narcotica
- S8. Cannabinoïden
- S9. Glucocorticosteroiden

III. Stoffen verboden in bepaalde sporten

- P1. Alcohol
- P2. Bètablokkers (β -receptorblokkerende stoffen)

IV. Specifieke stoffen

De dopinglijst is een vertaling van de "2007 Prohibited List International Standard", behorend bij de Wereld Anti-Doping Code. In geval van disputen geldt de originele Engelstalige tekst (16 september 2006).

I. STOFFEN EN METHODEN VERBODEN BINNEN WEDSTRIJDVERBAND EN BUITEN WEDSTRIJDVERBAND

VERBODEN STOFFEN

S1. Anabole middelen

Anabole middelen zijn verboden.

1. Androgene Anabole Steroïden (AAS)

a. Exogene* androgene anabole steroïden zoals:

1-androsteendiol (5 α -androst-1-ene-3 β ,17 β -diol), **1-androsteendion** (5 α -androst-1-ene-3,17-dion), **bolandiol** (19-norandrosteendiol), **bolasteron**, **boldenon**, **boldion** (androsta-1,4-diene-3,17-dion), **calusteron**, **clostebol**, **danazol** (17 α -ethynyl-17 β -hydroxyandrost-4-eno[2,3-d]isoxazol), **dehydrochloormethyltestosteron** (4-chloro-17 β -hydroxy-17 α -ethylandrosta-1,4-dien-3-on), **desoxymethyltestosteron** (17 α -methyl-5 α -androst-2-en-17 β -ol), **drostanolon** (dromostanolon), **ethylestrenol** (19-nor-17 α -pregn-4-en-17-ol), **fluoxymesteron**, **formebolon**, **furazabol** (17 β -hydroxy-17 α -methyl-5 α -androstaano[2,3-c]-furazan), **gestrinon**, **4-hydroxytestosteron** (4,17 β -dihydroxyandrost-4-en-3-on), **mestanolon**, **mesterolon**, **metenolon**, **metandiënon** (17 β -hydroxy-17 α -methylandrosta-1,4-dien-3-on, methandrostenolon), **methandriol**, **methasteron** (2 α , 17 α -dimethyl-5 α -androstaan-3-on-17 β -ol), **methyldienolon** (17 β -hydroxy-17 α -methylestra-4,9-dien-3-on), **methyl-1-testosteron** (17 β -hydroxy-17 α -methyl-5 α -androst-1-en-3-on), **methylnortestosteron** (17 β -hydroxy-17 α -methylestr-4-en-3-on), **methyltrienolon** (17 β -hydroxy-17 α -methylestra-4,9,11-trien-3-on), **methyltestosteron**, **miboleron**, **nandrolon**, **19-norandrosteendion** (estr-4-ene-3,17-dion), **norboleton**, **norclostebol**, **norethandrolon**, **oxabolon**, **oxandrolon**, **oxymesteron**, **oxymetholon**, **prostanazol** ([3,2-c]pyrazol-5 α -etioallocholane-17 β -tetrahydropyranol), **quinbolon**, **stanozolol**, **stenbolon**, **1-testosteron** (17 β -hydroxy-5 α -androst-1-en-3-on), **tetrahydrogestrinon** (18 α -homo-pregna-4,9,11-trien-17 β -ol-3-on, THG), **trenbolon** en andere stoffen met een vergelijkbare chemische structuur of vergelijkbare biologische werking.

b. Endogene** androgene anabole steroïden:

Androstanolon (17 β -hydroxy-5 α -androstan-3-one, dihydrotestosteron), **androsteendiol** (androst-5-ene-3 β ,17 β -diol), **androsteendion** (androst-4-ene-3,17-dion), **prasteron**

(dehydroepiandrosteron, DHEA), **testosteron** en de volgende metabolieten en isomeren:

5 α -androstaan-3 α ,17 α -diol, 5 α -androstaan-3 α ,17 β -diol, 5 α -androstaan-3 β ,17 α -diol, 5 α -androstaan-3 β ,17 β -diol, 3 α -hydroxy-5 α -androstaan-17-on, 3 β -hydroxy-5 α -androstaan-17-on, androst-4-*een*-3 α ,17 α -diol, androst-4-*een*-3 α ,17 β -diol, androst-4-*een*-3 β ,17 α -diol, androst-5-*een*-3 α ,17 α -diol, androst-5-*een*-3 α ,17 β -diol, androst-5-*een*-3 β ,17 α -diol, 4-androsteendiol (androst-4-*een*-3 β ,17 β -diol), 5-androsteendion (androst-5-*een*-3,17-dion), epi-dihydrotestosteron, 19-norandrosteron, 19-noretiocholanolon.

Wanneer een androgeen anabool steroïd van nature endogeen wordt geproduceerd, is sprake van een verboden stof in het monster indien de concentratie van de verboden stof of haar metabolieten en/of welke andere relevante ratio(s) dan ook zodanig afwijkt van de waarden die normaal gevonden worden bij mensen, dat het niet waarschijnlijk is, dat het consistent is met een normale endogene productie. Er is geen sprake van een monster dat een verboden stof bevat, wanneer een sporter bewijs kan overleggen dat de concentratie van een verboden stof, of haar metabolieten en/of enige andere relevante ratio(s) in het monster, is toe te schrijven aan een fysiologische of pathologische oorzaak.

In alle gevallen en bij elke concentratie is sprake van een verboden stof in het monster van de sporter en zal het laboratorium een belastend analyseresultaat melden, wanneer, gebaseerd op een betrouwbare analysemethode (zoals IRMS), het laboratorium kan aantonen dat de verboden stof van exogene herkomst is. In een dergelijk geval is nader onderzoek niet noodzakelijk.

Wanneer een waarde wordt gerapporteerd die normaal gevonden wordt bij mensen en de betrouwbare analysemethode (zoals IRMS) niet heeft vastgesteld dat sprake is van exogene herkomst van de stof, maar als er serieuze aanwijzingen zijn dat in het monster van de sporter sprake is van een verboden stof (zoals een vergelijking van steroïdprofielen), zal de relevante Anti-Doping Organisatie nader onderzoek (laten) verrichten door eerdere testresultaten opnieuw te bekijken of nieuwe testen uit te voeren om te bepalen of het resultaat het gevolg is van een fysiologische of pathologische oorzaak of van een exogene herkomst van een verboden stof.

Wanneer een laboratorium melding maakt van de aanwezigheid van een T/E ratio groter dan vier (4) staat tot een (1) in de urine, en een betrouwbare analysemethode (zoals IRMS) niet heeft aangetoond dat de testosteron en/of de epitestosteron van exogene herkomst is, kan nader onderzoek worden verricht door eerdere testresultaten opnieuw te bekijken of nieuwe testen uit te voeren om te bepalen of het resultaat het gevolg is van een fysiologische of pathologische oorzaak of van een exogene herkomst van een verboden stof. Als het laboratorium rapporteert, gebaseerd op een betrouwbare analysemethode (zoals IRMS) dat de verboden stof van exogene herkomst is, is geen nader onderzoek nodig en is sprake de aanwezigheid van deze verboden stof in het monster.

Wanneer een aanvullende betrouwbare analysemethode (zoals IRMS) niet is toegepast en er niet minimaal drie eerdere testresultaten beschikbaar zijn, dient de relevante Anti-Doping Organisatie de sporter ten minste drie keer onaangekondigd te controleren in een periode van drie maanden ten einde een longitudinaal profiel van de sporter vast te stellen. Als het longitudinale profiel van de sporter zoals vastgesteld uit de tests fysiologisch niet normaal is, zal het resultaat als een belastend analyseresultaat gemeld worden.

In extreem zeldzame gevallen kan endogeen boldenon worden aangetroffen in zeer lage nanogram per milliliter (ng/ml) waarden in de urine. Wanneer een dergelijke zeer lage concentratie van boldenon wordt aangetroffen door een laboratorium en een betrouwbare analysemethode (zoals IRMS) heeft niet aangetoond dat de verboden stof van exogene herkomst is, kan nader onderzoek worden verricht door nieuwe testen uit te voeren.

Wanneer een aanvullende betrouwbare analysemethode (zoals IRMS) niet is toegepast dient de relevante Anti-Doping Organisatie de sporter ten minste drie keer onaangekondigd te controleren in een periode van drie maanden ten einde een longitudinaal profiel van de sporter vast te stellen. Als het longitudinale profiel van de sporter zoals vastgesteld uit de

tests fysiologisch niet normaal is, zal het resultaat als een belastend analyseresultaat gemeld worden.

Voor 19-norandrosteron geldt dat een belastend analyseresultaat, gerapporteerd door een laboratorium, wordt beschouwd als wetenschappelijk en valide bewijs voor de exogene herkomst van de verboden stof. In een dergelijk geval is nader onderzoek niet noodzakelijk.

Wanneer een sporter weigert aan de onderzoeken mee te werken, is sprake van een overtreding van het dopingreglement.

2. Andere anabole middelen zoals,

Clenbuterol, tibolon, zeranol, zilpaterol.

Met betrekking tot de gehele sectie S1 geldt:

* "Exogeen" refereert aan een stof die van nature niet door het lichaam kan worden aangemaakt.

** "Endogeen" refereert aan een stof die van nature door het lichaam kan worden aangemaakt.

S2. Hormonen en verwante stoffen

De volgende stoffen, inclusief andere stoffen met een vergelijkbare chemische structuur of vergelijkbare biologische werking, en hun releasing factors, zijn verboden:

1. **Erytropoëtine (EPO, epoëtine)**
2. **Groeihormoon (GH, somatropine), Insuline-achtige Groeifactoren (zoals IGF-1), Mechano Groeifactoren (MGFs)**
3. **Gonadotrope hormonen (LH, HCG-humaan choriogonadotrofine),** alleen voor mannen verboden
4. **Insuline**
5. **Corticotrope hormonen (ACTH, tetracosactide)**

Er is sprake van een verboden stof in het monster wanneer de concentratie van de verboden stof, of haar metabolieten en/of relevante ratio's, in het monster van de sporter de waarden die normaal gevonden wordt bij mensen zodanig overschrijdt dat het niet consistent is met een normale endogene productie, tenzij een sporter kan aantonen dat de concentratie het gevolg is van een fysiologische of pathologische oorzaak.

Wanneer het laboratorium, gebruikmakend van een betrouwbare analysemethode, rapporteert dat de verboden stof van exogene herkomst is, wordt het monster geacht een verboden stof te bevatten en zal een belastend analyseresultaat worden gerapporteerd.

De aanwezigheid van andere stoffen met een vergelijkbare chemische structuur of vergelijkbare biologische werking, diagnostische markers of releasing factors van een bovengenoemd hormoon of elke andere bevinding die aantoont dat de gedetecteerde stof van exogene herkomst is, zal worden beschouwd als het gebruik van een verboden stof en zal worden gerapporteerd als een belastend analyseresultaat.

S3. Bèta-2 agonisten

Alle bèta-2 agonisten en hun D- en L-isomeren zijn verboden.

Als uitzondering hierop vereist het gebruik van **formoterol, salbutamol, salmeterol** en **terbutaline**, toegediend per inhalatie, een dispensatie via de verkorte dispensatieprocedure.

Ongeacht de aanwezigheid van een dispensatie, wordt een concentratie **salbutamol** (vrij salbutamol plus het glucuronideconjugaat) groter dan 1000 ng/ml als een belastend analyseresultaat beschouwd, tenzij een sporter kan bewijzen dat dit resultaat het gevolg was van het therapeutische gebruik van geïnhaleerde salbutamol.

S4. Middelen met een anti-oestrogene werking

De volgende klassen van anti-oestrogene stoffen zijn verboden:

1. **aromatase-remmers**, zoals **anastrozol, letrozol, aminoglutethimide, exemestaan, formestaan, testolacton**.
2. **selectieve oestrogeen-receptormodulatoren (SERMs)**, zoals **raloxifeen, tamoxifen, toremifeen**.
3. **andere anti-oestrogene stoffen** zoals **clomifeen, cyclofenil, fulvestrant**.

S5. Diuretica en andere maskerende middelen

Maskerende middelen zijn verboden. Daaronder vallen:

Diuretica*, **epitestosteron, probenecide, alfa-reductase remmers** (zoals **dutasteride, finasteride**) en **middelen die het plasmavolume vergroten** (zoals **albumine, dextran, hydroxy-ethylzetmeel (HES)**) en andere stoffen met een vergelijkbare biologische werking.

Tot de diuretica* behoren:

Acetazolamide, amiloride, bumetanide, canrenoïnezuur, chloortalidon, etacrynezuur, furosemide, indapamide, metolazon, spironolacton, thiaziden (zoals **bendroflumethiazide, chloorthiazide, hydrochloorthiazide**), **triamteren** en andere stoffen met een vergelijkbare chemische structuur of vergelijkbare biologische werking (behalve drosperinon, dat niet verboden is).

* Een dispensatie is niet geldig, wanneer de urine van de sporter, naast een diureticum tevens (een) verboden stof(fen) op of onder de grenswaarde bevat.

IFBB NEDERLAND

VERBODEN METHODEN

M1. Verbetering van het zuurstoftransport

De volgende methoden zijn verboden:

- a. Bloeddoping, waaronder het gebruik van autoloog, homolog of heteroloog bloed of rode bloedcelproducten van welke oorsprong dan ook.
- b. het gebruik van middelen die de opname, het transport of de afgifte van zuurstof verbeteren zoals **perfluorchemicaliën, efaproxiral (RSR-13)** en **gemodificeerde hemoglobineproducten**, (bijvoorbeeld **bloedvervangingsmiddelen op basis van hemoglobine en hemoglobine in microcapsules**).

M2. Chemische en fysieke manipulatie

- a. Frauderen of poging tot frauderen ten einde de integriteit en validiteit van de monsters die afgenomen worden bij een dopingcontrole te veranderen, is verboden. Hieronder vallen onder andere catheterisatie en verwisseling van of frauderen met de urine.
- b. intraveneuze infusies zijn verboden, behalve in het geval van een gerechtvaardigde medische behandeling.

M3. Genetische doping

Het niet-therapeutische gebruik van cellen, genen, genetische bouwstenen, of het veranderen van de genetische expressie, waardoor de sportprestatie verbeterd kan worden, is verboden.

II. STOFFEN EN METHODEN VERBODEN BINNEN WEDSTRIJDVERBAND

In aanvulling op de categorieën S1-S5 en M1-M3 zijn de volgende categorieën binnen wedstrijdverband verboden:

VERBODEN STOFFEN

S6. Stimulantia

Alle stimulantia (waaronder ook hun D- en L-isomeren wanneer van toepassing) zijn verboden, behalve imidazolinederivaten voor plaatselijk gebruik, en die stimulantia die zijn opgenomen in het "WADA Monitoring Program 2007"*

Onder de stimulantia vallen:

Adrafinil, adrenaline (epinefrine) amfepramon, amfetamine, amfetaminil, amifenazol, benzfetamine, benzylpiperazine, bromantan, cathine***, clobenzorex, cocaïne, cropropamide, crotetamide, cyclazodon, dimetamfetamine (dimethylamfetamine), efedrine****, etamivan, etilamfetamine, etilefrine, famprofazon, fenbutrazaat, fencamfamine, fencamine, fendimetrazine, fenetylline, fenfluramine, fenmetrazine, fenpromethamine, fenproporex, fentermine, 4-fenylpiracetam (carfedon), furfenorex, heptaminol, hydroxyamfetamine (parahydroxyamfetamine), isomethepteen, levmetamfetamine, meclofenoxaat, mefenorex, mefentermine, mesocarb, metamfetamine(D-), p-methylamfetamine, methyleendioxyamfetamine, methyleendioxyamfetamine, methylefedrine****, methylfenidaat, modafinil, nicethamide, norfenefrine, norfenfluramine, octopamine, ortetamine, oxilofrine, pemoline, pentetrazol, prolintan, propylhexedrine, selegiline, sibutramine, strychnine, tuaminoheptaan** en andere stoffen met een vergelijkbare chemische structuur of vergelijkbare biologische werking.

* Stoffen die zijn opgenomen in het "WADA Monitoring Program 2007" (bupropion, coffeine, fenylefrine, fenylpropanolamine, pipradol, pseudo-efedrine en synefrine (oxedrine)) worden niet als verboden beschouwd.

** **Adrenaline**, in combinatie met lokale anaesthetica of voor lokaal gebruik (bijvoorbeeld nasaal of oogheelkundig) is niet verboden.

*** **Cathine** is verboden bij een concentratie in de urine hoger dan 5 microgram per

milliliter.

**** Zowel **efedrine** als **methylefedrine** zijn verboden bij een concentratie in de urine hoger dan 10 microgram per milliliter.

Een stimulantium dat niet met name genoemd wordt als voorbeeld in deze sectie, wordt alleen dan als "specifieke stof" beschouwd, wanneer de sporter kan aantonen dat de stof in het bijzonder vatbaar is voor het onbedoeld overtreden van de anti-doping regels vanwege de algemene aanwezigheid in medicinale producten of dat het minder voor de hand ligt dat een stof met succes als dopingmiddel zal worden gebruikt

S7. Narcotica

De volgende narcotica zijn verboden:

Buprenorfine, dextromoramide, diamorfine (heroïne), fentanyl en zijn derivaten, hydromorfon, methadon, morfine, oxycodon, oxymorfon, pentazocine en pethidine.

S8. Cannabinoïden

Cannabinoïden (hasj, marihuana, etc.) zijn verboden.

S9. Glucocorticosteroïden

Alle glucocorticosteroïden zijn verboden wanneer oraal, rectaal, intraveneus of intramusculair toegediend. Voor het gebruik van glucocorticosteroïden op deze wijzen is een dispensatie noodzakelijk via de reguliere dispensatieprocedure.

Voor het gebruik via andere toedieningswijzen (intra-articulaire, peri-articulaire, peritendineuse, epidurale, intracutane injecties en inhalatie) is een dispensatie noodzakelijk via de verkorte dispensatieprocedure, behalve voor gebruik via de hieronder genoemde toedieningswijzen.

Lokale toepassingen zijn, wanneer gebruikt voor dermatologische (waaronder iontoforese en fonoforese), oculaire, auriculaire, nasale, buccale, gingivale en peri-anale aandoeningen, niet verboden en er is ook geen dispensatie voor nodig.

IFBB NEDERLAND

III. STOFFEN VERBODEN IN BEPAALDE SPORTEN

P1. Alcohol

Alcohol (ethanol) is alleen binnen wedstrijdverband verboden in de onderstaande sporten. Detectie zal worden uitgevoerd door adem- en/of bloedanalyse. De voor de sport geldende grenswaarde (bloedwaarde) staat tussen haakjes.

| | | |
|------------------|------------|---------------------------------|
| Autosport | (0,10 g/l) | |
| Bowls | (0,10 g/l) | (alleen voor aangepast sporten) |
| Handboogschieten | (0,10 g/l) | |
| Jeu de boules | (0,10 g/l) | |
| Karate | (0,10 g/l) | |
| Luchtvaart | (0,20 g/l) | |
| Moderne vijfkamp | (0,10 g/l) | (alleen bij schietonderdelen) |
| Motorsport | (0,10 g/l) | |
| Powerboaten | (0,30 g/l) | |

P2. Bètablokkers (β -receptorblokkerende stoffen)

Tenzij anders is aangegeven, zijn bètablokkers alleen verboden binnen wedstrijdverband in de volgende sporten:

| | |
|------------------|--|
| Autosport | |
| Biljart | |
| Bobslee | |
| Bowls | (alleen voor aangepast sporten) |
| Bridge | |
| Curling | |
| Gymnastiek | |
| Handboogschieten | (ook buiten wedstrijdverband verboden) |
| Jeu de boules | |
| Kegelen | |
| Luchtvaart | |
| Moderne vijfkamp | (alleen bij schietonderdelen) |
| Motorsport | |
| Schieten | (ook buiten wedstrijdverband verboden) |
| Skiën | (bij schansspringen, snowboard (free style & big air) en free style (aerials & half pipe)) |
| Worstelen | |
| Zeilen | (alleen voor stuurlieden in het matchracen) |

Tot de bètablokkers behoren onder andere:

acebutolol, alprenolol, atenolol, betaxolol, bisoprolol, bunolol, carteolol, carvedilol, celiprolol, esmolol, labetalol, levobunolol, metipranolol, metoprolol, nadolol, oxprenolol, pindolol, propranolol, sotalol en timolol.

IV. SPECIFIEKE STOFFEN*

"Specifieke stoffen"* worden hieronder genoemd:

- Alle geïnhaleerde bèta-2 agonisten behalve salbutamol (vrij salbutamol plus het glucuronideconjugaat) groter dan 1000 ng/ml en clenbuterol;
- Probenecide;
- Cathine, cropropamide, crotetamide, efedrine, etamivan, famprofazon, fenpromethamine, heptaminol, isomethhepteen, levmetamfetamine, meclofenoxaat, p-methylamfetamine, methylefedrine, nicethamide, norfenefrine, octopamine, ortetamine, oxilofrine, propylhexedrine, selegiline, sibutramine; tuaminoheptaan en elk ander stimulantium dat niet met name genoemd wordt onder sectie S6 maar waarvan een sporter kan vaststellen dat het voldoet aan de voorwaarden zoals genoemd in sectie S6.
- Cannabinoïden;
- Alle glucocorticosteroïden;
- Alcohol;
- Alle bètablokkers.

* "De dopinglijst kan specifieke stoffen vermelden die gemakkelijk kunnen leiden tot het onbedoeld overtreden van anti-dopingregels doordat ze veel worden gebruikt in medicijnen of waarvan het minder waarschijnlijk is dat ze met succes worden gebruikt als doping." Een dopingovertreding betreffende een dergelijke stof kan leiden tot een verlaagde sanctie zoals gesteld in de Code op voorwaarde dat: "...een sporter kan aantonen dat het gebruik van een dergelijke specifiek genoemde stof niet is geschied met het oogmerk de sportprestaties te verbeteren..."

