Bikini Wellness

(bienestar físico)

Esta nueva categoría

NO es Bikini, Fitness, NO es Fitness Figura, NO es Women Physique, NO es Culturismo, ES …. otra cosa…

Esta fue creada por IFBB Brasil, la cual busca valorizar deportivamente las curvas del físico femenino, sus adecuados músculos y deben mostrar un bajo porcentaje de grasa, tono muscular moderado y correcta proporción física.

Deberá tener estética, femineidad, belleza en la piel, bronceado, cabello bien arreglado, maquillaje de buen gusto, encanto ene el escenario, carisma y sensualidad.

Accesorios se permiten pulsera, anillo, collar, aretes, etc.

En esta categoría se busca un físico femenino, con curvas musculares firmes y suaves, carentes de grasa o celulitis, se permite un mayor desarrollo de las piernas como consecuencia de la práctica de la bicicleta o la gimnasia funcional.

Reglas

Bikini Wellness, es una categoría que esta en fase de desarrollo en la IFBB, con un reglamento vivo que se irá adaptando de acuerdo a las secuencias evolutivas de esta categoría.

Especialmente dará la oportunidad a jóvenes y adultos para mostrar lo mejor de las mujeres atléticas y se diferenciara de Bikini por la forma estructural de sus anatomías y sus curvas características de un cuerpo femenino.

Definición de la palabra Wellness (bienestar en castellano), es una palabra que viene en inglés: Well (buen) = Ness (estado de ánimo, forma de ser), esta palabra se resume como estar bien con la vida, bienestar físico y mental, es por eso que se deico a mujeres deportistas de gimnasio que no poseen un cuerpo de contextura espigada y no desean hacer dietas demasiado estrictas.

Esta Categoría no puede mostrar características de Fitness Figura, Fitness, Bikini y menos de Woman Physique ya que esta se encuentran fuera del parámetro de Wellness.

Debe presentar curvas firmes y suaves sin mostrar exceso de grasa o celulitis y no rebasar la hipertrofia exagerada, pero su silueta puede lucir ligeras marcas musculares que muestren un físico más atlético y suave.

Admitiendo caderas y piernas más grandes derivadas de actividades como bicicleta, gimnasia, patinaje, etc.

Bikini Wellness

(bienestar físico)

No será bien visto exceso de grasa en brazos, tríceps, abdomen, oblicuos, femorales o entrepierna, no estrías, espinillas, cicatrices, manchas, excesivos tatoos y flacidez.

Se admite una ligera diferencia en el volumen de las extremidades superiores a la inferiores, es decir puede desarrollar muslos y glúteos más que los brazos, espalda, pecho y abdomen.

Presentación en el escenario

Primero deberán salir al escenario una por una con los siguientes datos: nombre, edad, estado, color de cabello, ojos, profesión y lo que desee ella poner en sus datos.

Se van a ir ubicando ene le escenario desde el lado medio y lateral izquierdo, después regresar a su posición numérica que se lo marcara el juez.

Cada participante tendrá que caminar en el escenario a forma de desfile de modas dando giro a la derecha del escenario, centro e izquierda zona lateral.

Debe salir sonriente, encantadora, atractiva, tener una gran seguridad al caminar sobre el escenario no cayendo en lo vulgar ni movimientos sensuales ya que será motivo disminución en su puntaje o hasta la descalificación.

Cada participante tiene 30 segundos para mostrarse en el escenario ya que solo será una sola pasarela.

Bikini de dos piezas color y material a su gusto (lentejuelas, piedras, accesorios) con un tercio del cual esta cubriendo el glúteo (prohibido mini tanga o hilo dental).

Zapato de tacón o sandalia, con u máximo de 12 cm y 1 cm de plataforma oculta.

Joyería en general es permitido.

Se recomienda tono de la piel bronceado para una mejor visualización del físico en el escenario, no aceite, brillo debe ser moderado de acuerdo al producto aplicado.

Poses Reglamentarias

La competidora deberá conservar su sitio girando a la derecha:

1.- **Perfil izquierdo:** estando de frente, un cuarto de vuelta la derecha y delicadamente atractiva, terminando con la rodilla derecha extendida y la izquierda ligeramente flexionada, brazo apoyado en la cintura o suelto y el brazo derecho relajado, postura en general relajada y femenina mirando hacia los jueces.

Bikini Wellness

(bienestar físico)

2.- **De Espaldas:** da otro cuarto de vuelta a la derecha y delicadamente elegante de espaladas hacia los jueces con rodillas relajadas y un poco separadas, no exagerado.

3.- **Perfil derecho:** dará otro cuarto de vuelta a la derecha delicadamente terminando con la rodilla izquierda extendida y la derecha ligeramente flexionada, brazo derecho en la cintura, brazo izquierdo suelto flojo, postura relajada mirando hacia jueces.

4.- **De frente:** otro giro un cuarto a la derecha elegante y delicada, con rodillas relajadas y un poco separadas y postura totalmente relajada.

La competencia será con un mínimo de 3 y un máximo de 5 participantes.

Evaluación de la Categoría

En general su físico descriptivo, belleza general, estética facial, actitud, sensualidad, femineidad conformarán la toma de decisiones de los jueces.

Parámetros adicionales

Para ser descalificadas de este categoría durante su inscripción, si la atleta presenta:
Alto contenido en grasa corporal.
Bikini no adecuado, tendrá la oportunidad de presentar el correcto.
Volumen y definición muscular muy marcado como el de Figura o Fitness.
Cicatrices de cirugía muy visible, estrías o antiestética.
Exceso de celulitis, alguna anomalía en la piel.





Bikini Wellness

(bienestar físico)



