



1. CATEGORÍAS

Para competencias con 2 clases:

Class A	Hasta e incluyendo 5' 9" (175.3 cm)
Hasta e incluyendo 5'4" (162.6cm)	Hasta e incluyendo 167 lbs / 75.7kg
Hasta e incluyendo 5'5" (165.1cm)	Hasta e incluyendo 172 lbs / 78kg
Hasta e incluyendo 5'6" (167.6cm)	Hasta e incluyendo 177 lbs / 80.3kg
Hasta e incluyendo 5'7" (170.2cm)	Hasta e incluyendo 182 lbs / 82.6kg
Hasta e incluyendo 5'8" (172.7cm)	Hasta e incluyendo 187 lbs / 84.8kg
Hasta e incluyendo 5'9" (175.3cm)	Hasta e incluyendo 194 lbs / 88kg
Class B	over 5' 9" (175.3 cm)
Hasta e incluyendo 5'10" (177.8cm)	Hasta e incluyendo 202 lbs / 91.6kg
Hasta e incluyendo 5'11" (180.3cm)	Hasta e incluyendo 209 lbs / 94.8kg
Hasta e incluyendo 6' (182.9cm)	Hasta e incluyendo 217 lbs / 98.4kg
Hasta e incluyendo 6'1" (185.4cm)	Hasta e incluyendo 224 lbs / 101.6kg
Hasta e incluyendo 6'2" (188cm)	Hasta e incluyendo 232 lbs / 105.2kg
Hasta e incluyendo 6'3" (190.5cm)	Hasta e incluyendo 239 lbs / 108.4kg
Hasta e incluyendo 6'4" (193cm)	Hasta e incluyendo 246 lbs / 111.6kg
Hasta e incluyendo 6'5" (195.6cm)	Hasta e incluyendo 253 lbs / 114.8kg
Hasta e incluyendo 6'6" (198.1cm)	Hasta e incluyendo 260 lbs / 117.9kg
Hasta e incluyendo 6'7" (200.7cm)	Hasta e incluyendo 267 lbs / 121.1kg
Más de 6'7" (200.7cm)	Hasta e incluyendo 274 lbs / 124.3kg

Para competencias con 3 clases:

Class A	Hasta e incluyendo 5'7" (170.2cm)
Hasta e incluyendo 5'4" (162.6cm)	Hasta e incluyendo 167 lbs / 75.7kg
Hasta e incluyendo 5'5" (165.1cm)	Hasta e incluyendo 172 lbs / 78kg
Hasta e incluyendo 5'6" (167.6cm)	Hasta e incluyendo 177 lbs / 80.3kg
Hasta e incluyendo 5'7" (170.2cm)	Hasta e incluyendo 182 lbs / 82.6kg
Class B	Hasta e incluyendo 5'10" (177.8cm)
Hasta e incluyendo 5'8" (172.7cm)	Hasta e incluyendo 187 lbs / 84.8kg
Hasta e incluyendo 5'9" (175.3cm)	Hasta e incluyendo 194 lbs / 88kg
Hasta e incluyendo 5'10" (177.8cm)	Hasta e incluyendo 202 lbs / 91.6kg
Class C	Más de 5' 10" (177.8 cm)
Hasta e incluyendo 5'11" (180.3cm)	Hasta e incluyendo 209 lbs / 98.4kg
Hasta e incluyendo 6' (182.9cm)	Hasta e incluyendo 217 lbs / 98.4kg
Hasta e incluyendo 6'1" (185.4cm)	Hasta e incluyendo 224 lbs / 101.6kg
Hasta e incluyendo 6'2" (188cm)	Hasta e incluyendo 232 lbs / 105.2kg
Hasta e incluyendo 6'3" (190.5cm)	Hasta e incluyendo 239 lbs / 108.4kg
Hasta e incluyendo 6'4" (193cm)	Hasta e incluyendo 246 lbs / 111.6kg
Hasta e incluyendo 6'5" (195.6cm)	Hasta e incluyendo 253 lbs / 114.8kg
Hasta e incluyendo 6'6" (198.1cm)	Hasta e incluyendo 260 lbs / 117.9kg
Hasta e incluyendo 6'7" (200.7cm)	Hasta e incluyendo 267 lbs / 121.1kg
Más de 6'7" (200.7cm)	Hasta e incluyendo 274 lbs / 124.3kg

Para competencias con 4 clases:

Class A	Hasta e incluyendo 5'7" (170.2cm)
Hasta e incluyendo 5'4" (162.6cm)	Hasta e incluyendo 167 lbs / 75.7kg
Hasta e incluyendo 5'5" (165.1cm)	Hasta e incluyendo 172 lbs / 78kg
Hasta e incluyendo 5'6" (167.6cm)	Hasta e incluyendo 177 lbs / 80.3kg
Hasta e incluyendo 5'7" (170.2cm)	Hasta e incluyendo 182 lbs / 82.6kg
Class B	Hasta e incluyendo 5'10" (177.8cm)
Hasta e incluyendo 5'8" (172.7cm)	Hasta e incluyendo 187 lbs / 84.8kg
Hasta e incluyendo 5'9" (175.3cm)	Hasta e incluyendo 194 lbs / 88kg
Hasta e incluyendo 5'10" (177.8cm)	Hasta e incluyendo 202 lbs / 91.6kg
Class C	Hasta e incluyendo 6' (182.9cm)
Hasta e incluyendo 5'11" (180.3cm)	Hasta e incluyendo 209 lbs / 98.4kg
Hasta e incluyendo 6' (182.9cm)	Hasta e incluyendo 217 lbs / 98.4kg
Class D	Más de 6' (182.9cm)
Hasta e incluyendo 6'1" (185.4cm)	Hasta e incluyendo 224 lbs / 101.6kg
Hasta e incluyendo 6'2" (188cm)	Hasta e incluyendo 232 lbs / 105.2kg
Hasta e incluyendo 6'3" (190.5cm)	Hasta e incluyendo 239 lbs / 108.4kg
Hasta e incluyendo 6'4" (193cm)	Hasta e incluyendo 246 lbs / 111.6kg
Hasta e incluyendo 6'5" (195.6cm)	Hasta e incluyendo 253 lbs / 114.8kg
Hasta e incluyendo 6'6" (198.1cm)	Hasta e incluyendo 260 lbs / 117.9kg
Hasta e incluyendo 6'7" (200.7cm)	Hasta e incluyendo 267 lbs / 121.1kg
Más de 6'7" (200.7cm)	Hasta e incluyendo 274 lbs / 124.3kg

2. VESTIMENTA

Los competidores deben usar pantalones cortos para posar (ver imagen a continuación). Los pantalones cortos para posar en fisicoculturismo están prohibidos. Los competidores deben usar el mismo estilo de prenda y todos los pantalones cortos que usen en la competencia **deben ser negros**. El corte tiene que ser no menos de 4 ½ pulgadas a los lados/caderas.



3. MÚSICA

1. La música para posar debe estar en una memoria USB.
2. La música para posar debe ser la única en la memoria USB.
3. La música para posar no debe contener letras vulgares. Los competidores que utilicen música con letras vulgares serán descalificados.

4. EN EL ESCENARIO

1. Durante la evaluación, los competidores no deberán usar joyas, a excepción del anillo de bodas.
2. Los lentes de prescripción (excepto los lentes de sol) están permitidos.
3. Lo siguiente está prohibido al estar en el escenario:
 - a. Accesorios
 - b. Masticar chicle
 - c. "Pose de la Luna" o "Moon Pose" (cualquier competidor que realice esta pose será descalificado)
 - d. Recostarse en el escenario.
 - e. Los empujones y golpes (las personas involucradas serán descalificadas)
4. Los competidores deben usar su número en el lado izquierdo del traje para posar durante la evaluación y las finales.

5. **FORMATO**

EVALUACIÓN

Presentación

1. Cada competidor pasa individualmente al centro del escenario en orden numérico y automáticamente realiza las poses obligatorias. No hace falta ninguna indicación del juez principal.
2. Cada competidor tiene un máximo de 60 segundos para realizar las poses. Se le avisará cuando le queden 10 segundos.
3. Los competidores no están obligados a usar los 60 segundos.
4. Las poses obligatorias son:
 - a. De frente, doble bíceps
 - b. De perfil, expansión pectoral
 - c. De espalda, double bíceps
 - d. Abdominales y muslos
 - e. Pose clásica favorita (no most muscular)

Comparaciones

1. El juez principal llamará a los competidores, en grupos pequeños y por orden numérico, al centro del escenario para que realicen los cuartos de giro y las poses obligatorias.
2. En cada llamada, el juez principal les pedirá a competidores específicos que realicen los cuartos de giro y las poses obligatorias. Los jueces tendrán la oportunidad de comparar a los competidores entre sí.

*Los jueces calificarán a los competidores de acuerdo al "paquete completo", que es un equilibrio entre tamaño, simetría y musculatura.

FINALES

Coreografía

1. Los competidores son llamados individualmente al escenario en orden numérico para que realicen una coreografía de poses con la música de elección del competidor.
2. La coreografía de poses durará 60 segundos como máximo.
3. Dependiendo del número de competidores, el promotor y el juez principal podrían decidir que solo los finalistas de mayor puntuación lleven a cabo su rutina de poses.

Confirmación (si es necesaria*)

Los competidores son llamados al escenario, bajo la dirección del juez principal, son comparados en grupos mientras realizan las poses obligatorias.

*El panel de jueces, a su exclusivo criterio, se reserva el derecho de llevar a cabo otra evaluación mediante una ronda de confirmación.

Posedown (título absoluto únicamente)

Los finalistas de mayor puntuación participan en un posedown de 60 segundos.

6. PUNTUACIÓN

1. La evaluación se puntúa al 100%.
2. En caso de empates, el ganador se decidirá utilizando el método de colocación relativa.