

---

**2021제주특별자치도지사배, 제1회 회장배  
보디빌딩&피트니스 선수권대회 개최요강**

---

**2021. 04. 10(토)**

**제주특별자치도보디빌딩협회**

## I . 일반 사항

1. 대회명 : 2021 제주특별자치도지사배, 제1회 회장배 보디빌딩&피트니스 선수권대회
2. 기 간 : 2021년 04월 10일 (토)
3. 장 소 : 제주관광대학교 체육관(예정)
4. 내 용 : “무관중 경기” -선수 및 서포터즈 전원 마스크 착용

## II . 경기 일정

시간	운영계획	비고
10:00~11:00	선수 계측	프로그램 운영시 경기임원, 선수, 심판 외 출입 금지- 무관중 원칙
11:00~13:00	환기 및 점심	
13:00~13:30	학생부, 마스터즈 경기	
13:30~14:00	여자피지크, 남자피지크	
14:00~14:30	남자 클래식, 남자스포츠모델	
14:30~15:00	남자보디빌딩	
15:00~16:00	시상 및 환기	
16:00~16:30	여자비키니, 스포츠모델, 그랑프리	
16:30~17:00	시상 및 마무리	

## III . 경기 종별 및 시상 내역

### 1. 종 별

- ① 학생부 보디빌딩 (2체급): -70kg, +70kg
- ② 마스터즈 보디빌딩 (통합)
- ③ 여자 피지크 (통합)
- ④ 여자 비키니 피트니스 (2체급) : -163cm, -163cm
- ⑤ 여자 스포츠 모델 (2체급): -163cm, -163cm
- ⑥ 남자 일반부 보디빌딩 (7체급)  
: -60kg, -65kg, -70kg, -75kg, -80kg, -85kg, +85kg
- ⑦ 클래식 보디빌딩 (2체급)
  - (a) -175cm급/(-175cm-100) + 3kg까지  
\* 예: (신장 171cm-100) + 3kg = 73kg까지, 73kg 이상은 실격
  - (c) +175cm급/(+175cm-100) + 5kg까지  
\* 예: (신장 175cm-100) + 5kg = 80kg까지, 80kg 이상은 실격
- ⑧ 남자 피지크 (2체급) : -175cm, +175cm
- ⑨ 남자 스포츠모델(2체급): -175cm, +175cm

⑩ 클래식 피지크 (2체급) : -175cm, +175cm

(a) -175cm급/(-175cm-100) + 5kg까지

\* 예: (신장 171cm-100) + 3kg = 73kg까지, 73kg 이상은 실격

(c) +175cm급/(+175cm-100) + 8kg까지

\* 예: (신장 175cm-100) + 5kg = 80kg까지, 80kg 이상은 실격

\* 남자보디빌딩, 여자피지크 종목을 제외한 중복출전 가능.(중복출전비 20,000원)

2. 시상내역

① 도지사배 그랑프리는 자동 제32회 Mr. & Ms. 제주 대상 수여

: 체급에 관계없이 남자 일반부 보디빌딩, 여자 피지크 최고 득점자에게 트로피수여

② 전 종별 각 체급 1, 2·3위에게 메달 및 상장 수여

IV. 참가 자격

1. 2021년도 본 협회 선수등록을 필한 자
2. 역대 Mr. & Ms. 제주 대상으로 입상하지 아니한 자
3. 참가신청 마감일 기준 징계처벌을 받지 않은 자
4. 본 협회의 추천을 받은 자(2년 이상 도대표로 활동한 선수)
5. 고등부 출전 선수는 경기대회일 기준 도내 고등학교에 재학 중인 자
6. 2021년 03월 1일 현재 주소지가 제주도로 등록이 되어있거나 본적이 제주도인 자
7. 타 시도 거주자도 2021년 현재 제주도내 팀으로 선수등록이 되어있고 중앙대회 2회 이상 출전경력이 있는 자는 출전 가능
8. 타 시도 등록 선수는 출전 불가.

V. 참가 신청

1. 참가 신청 마감

: 2021년 03월 26일(금)18:00까지

2. 제출 서류

- 1) 참가신청서 1부, 신분증 사본1부 .
- 2) 학생부 : 재학증명서 1부
- 3) 참가신청비 : 일반부, 마스터즈 30,000원, 학생부는 참가비 10,000원  
중복출전-종목 추가당 20,000원

입금계좌: 제주은행 08-01-197845 제주특별자치도보디빌딩협회

3. 제출처 : 이메일 접수

①e-mail 접수: [jjbbf@naver.com](mailto:jjbbf@naver.com)

4. 신청서 다운: 네이버 카페에 /jjbbf 에서 다운로드

## VI. 대회 경기규정

1. 본 경기대회는 세계보디빌딩·피트니스연맹 및 (사)대한보디빌딩협회[KBBF] : 경기규정에 의해 경기규칙 부분 적용하여 실시함.

2. 출전선수 전원 신청체급으로 계속 참여 (한 체급 월체만 가능)

3. 체급별 참가자가 3명 미만 일 때 에는 상위 체급과 통합.

**4. 대관문제로 인하여 경기 당일 칼라크림, 핫스터프, 무색 오일 등의 사용 절대 불가하며 적발시 이유불문 경기 출전 금지.**

### 5. 경기복

#### ① 남자 보디빌딩 및 클래식 보디빌딩 선수

(a) 깔끔하고 단정한 단색의 무늬가 없는 경기복

(b) 금·은과 같은 금속물질의 장식과 패딩 착용 금지

(c) 전면은 덮어 가려져야 하고, 측면은 최소 1cm 이상의 폭

#### ② 여자 피지크 선수

(a) 아래에 명시된 사항을 제외한 비키니의 색상, 섬유, 질감, 장신구 및 스타일은 선수 재량 (투명 비키니 금지)

(b) 최소 둔부(대둔근)의 1/2 이상과 전면을 가리는 비키니, 끈으로 된 비키니는 엄격하게 금지

(c) 헤어스타일 자유 선택

(d) 신발 착용 불가

#### ③ 여자 비키니 피트니스

(a) 아래에 명시된 사항을 제외한 비키니의 색상, 섬유, 질감, 장신구 및 스타일은 선수 재량 (투명 비키니 금지)

(b) 최소 둔부(대둔근)의 1/3 이상을 가리는 컬러 비키니, 끈으로 된 비키니는 엄격하게 금지

**(c) 앞굽 두께 1cm 이하, 뒷굽 높이 12cm 이하(위반시 감점)의 하이힐**

(d) 헤어스타일 자유 선택

(e) 결혼반지, 팔찌 및 귀걸이를 제외하고 양말, 신발, 안경, 시계, 목걸이, 가발, 산란한 장식, 인공 모조품을 착용할 수 없음

(g) 복장이 적합하지 않을 경우 실격처리 될 수도 있음

#### ④ 남자 피지크 선수

(a) 스포츠 반바지 (색상, 재질 자유선택 몸에 달라붙는 스판덱스 재질 착용 불가)

- (b) 결혼반지를 제외한 장신구 착용 불가
- (c) 신발 착용 불가

**⑤ 남자 /여자 스포츠모델**

- (a) 남자 수영복/ 여자 비키니 또는 스포츠 탑 브라 착용
- (b) 흰색 운동화 착용**
- (c) 약세사리 및 소도구 사용가능

**6. 선수 번호표**

: 계측을 통과한 출전선수에 한해 배부되며, 경기복 좌측에 부착

## **Ⅶ. 대회 경기진행**

### **1. 계측**

- ① 출전선수 전원 신청체급으로만 계측 참여
  - \* 계측 시에 공공기관이나 관공서에서 발행하는 사진이 첨부된 신분증명서 (주민등록증과 운전면허증, 여권, 국가유공자증 또는 학생의 경우 학생증, 사진이 부착된 등록선수 개인별 카드)를 필히 지참할 것
- ② 월체시 한 체급의 월체만 인정 (두 체급이상 월체 및 하체 불가)
- ③ 모든 종별·체급별 참가 선수가 계측 후 3명 미만일 경우 체급을 통합하여 한 개 체급으로 경기대회를 진행할 수 있으며, 여자피지크, 비키니피트니스, 피트니스모델, 남자피지크, 남자피트니스모델 경기 출전선수 수가 1명일 경우 해당 종별 경기 미실시 (통합체급은 대회당일 계측 후 결정)

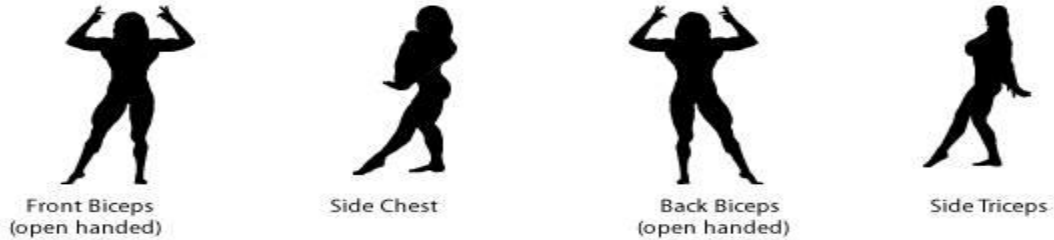
### **2. 경기진행방법**

#### **① 보디빌딩 경기**

- (a) 계측 통과 선수들이 해당 체급별 경기 시행
  - (1) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)
  - (2) 규정포즈 심사
  - (3) 비교심사 및 포즈다운

#### **② 여자 피지크**

- (a) 계측 통과 선수들이 해당 체급별 경기 시행
  - (1) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)
  - (2) 쿼터 턴
  - (3) 규정포즈
  
  - (4) 비교심사



③ 여자 비키니 피트니스 경기

- (1) L-워킹 (개별 무대 입장)
- (2) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)
- (3) 쿼터 턴
- (4) 비교심사

④ 클래식 보디빌딩 경기

- (1) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)
- (2) 쿼터 턴
- (3) 규정포즈
- (4) 비교심사 및 포즈다운

⑤ 남자 피지크 경기

- (1) L-워킹 (개별무대입장)
- (2) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)
- (3) 쿼터 턴
- (4) 비교심사

⑥ 남/여 피트니스모델

- (1) L-워킹 (개별무대입장)
- (2) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)
- (3) 쿼터 턴
- (4) 비교심사

Ⅷ. 기타 사항

- 1. 각 소속팀 단체는 신청마감을 엄수하여 주시기 바랍니다.
- 2. 참가자 선수 전원 본선 진출
- 3. 미비된 서류는 접수치 않음 (소속 단체장은 서류를 필히 확인하여 서류가 미비함으로 인해 선수에게 불이익이 초래되지 않도록 각별히 주의하기 바람) 반드시 서명 하여 보내주기 바람)
- 4. 계측 시에 공공기관이나 관공서에서 발행하는 사진이 첨부된 신분증명서 (주민등록증과 운전면허증, 여권, 국가유공자증 또는 학생증, 사진이 부착된

등록선수 개인별 카드)를 필히 지참하여 주시기 바랍니다.

5. 본회 이사회 의결 사항으로 경기 결과에 불복하여 경기장 질서 문란 행위 경우 중징계 예정.

7. 기타 자세한 사항은 제주특별자치도보디빌딩협회 사무국장 ☎ 010-5688-5567로 문의하여 주시기 바랍니다.