



# WETTKAMPFREGLN



**Junioren - Fitness – Performance –  
Athletic – Superbody Extrebody – Masters**

**Gültig ab Sportjahr 2026**

**DFFV e.V. / WFF International**  
Deutscher Fitness und Fitnessmodelverband  
[www.wff-germany.de](http://www.wff-germany.de)

## I. Allgemeine Bestimmungen

1. Jeder Athlet (in) der / die an einer Meisterschaft des DFFV e.V. teilnehmen möchte, muss im Besitz einer gültigen bezahlten Starterlizenz sein. Die Startlizenz kann persönlich oder über ein angeschlossenes Leistungszentrum online beantragt werden.
2. Bei International ausgeschriebenem Wettkämpfen sind ausländische Teilnehmer startberechtigt. Die Meldung muss über einen der World Fitness Federation angeschlossenen Verband erfolgen.
3. Bestandteil der Wettkampffregeln ist der NADA-Anti-Doping Code in seiner jeweils gültigen Fassung.
4. Die Wettkampfanmeldung erfolgt durch den Athlet oder dem jeweiligen Fitnessstudio / Verein gemäß der offiziellen Ausschreibung.
5. Anmeldeschluss ist spätestens 7 Tage vor dem Wettkampf.
6. Abmeldung vom Wettkampf
  - Grundsätzlich:** Eine Nichtteilnahme ist dem Veranstalter umgehend schriftlich (per Email) mitzuteilen.
  - Fristgerechte Absage:** Bei einer schriftlichen Abmeldung bis spätestens **7 Tage vor dem Wettkampf** fallen keine Gebühren an.
  - Kurzfristige Absage:** Erfolgt die Abmeldung weniger als **7 Tage**, aber mindestens **3 Tage** vor dem Termin, wird die volle Startgebühr in Rechnung gestellt.
  - Sehr kurzfristige Absage:** Bei einer Absage von weniger als **3 Tagen** vor dem Wettkampf wird zusätzlich zur Startgebühr eine Verwaltungsgebühr von **30 €** fällig.
  - Unentschuldigtes Fernbleiben:** Bleibt der Athlet ohne Abmeldung fern, werden die Startgebühr sowie eine erhöhte Verwaltungsgebühr von **50 €** in Rechnung gestellt.
  - Ausnahme:** Bei Vorlage eines **ärztlichen Attests** entfallen die Gebühren, jedoch nicht die Verwaltungsgebühr bei Fernbleiben ohne Absage.
7. Doppelstarts sind auf nationalen Meisterschaften möglich, jedoch nicht in verschiedenen Gewichtsklassen, Beispiel Fitness + Performance

## II: EINTEILUNG

1. Die Klasseneinteilung erfolgt nach maximal Gewicht / Körpergröße:

Nationale Einteilung:

Fitness = Körpergröße in cm – 100

Performance = Körpergröße in cm – 95

Athletic = Körpergröße in cm -90

Superbody = Körpergröße in cm – 85

Extrembody / Junioren und Masters = kein Gewichtslimit

International (EM, WM, Universe) gilt folgende Einteilung:



Die Größe ist in cm angegeben, die Gewichtsangaben sind das jeweilige maximal mögliche Gewicht.

2. National gibt es pro Kategorie bei den Männern jeweils **EINE** Klasse. Bei mehr als 15 Teilnehmern werden die Teilnehmer gleichmäßig nach Körpergröße auf zwei Kategorien aufgeteilt.
3. National können Junioren- und Mastersklassen gem. Ausschreibung stattfinden.

## II. VERANSTALTUNG

1. Der Teilnehmer muss sich rechtzeitig an dem vom Veranstalter angegebenen Ort bei den vom Veranstalter bestimmten Personen melden. Während des Einschreibens wird jeder Teilnehmer in der vorgeschriebenen Short gewogen. Wird beim Wiegen das Limit entsprechend der Körpergröße überschritten, so erhält der betreffende Athlet maximal 30 Minuten Zeit, um das erforderliche Gewicht zu erreichen. Falls ein Teilnehmer das Gewichtlimit überschreitet oder das Wiegen innerhalb der zeitlichen Grenzen versäumt, muss der Aktive in der nächsthöheren Kategorie antreten. Wird das Gewichtslimit für die schwerste Kategorie nicht erreicht kann der Athlet am Wettkampf dennoch teilnehmen, eine Platzierung ist nicht möglich.

## IV: VERHALTENSREGELN

1. Jeder Teilnehmer an einer Meisterschaft des DFFV unterwirft sich den Wettkampfregeln des Verbandes und erkennt die Entscheidung der Wettkampfjury als verbindlich an.
2. Die Verwendung von Öl ist grundsätzlich untersagt.
3. Die Verwendung von abwischbarer Farbe wie z.B. Dream Tan®, glänzenden Cremes oder Öl mit Bronzeeffekt oder Flitter ist untersagt.
4. Die Verwendung von Selbstbräuner ist gestattet.
5. Hilfsmittel zur Verbesserung der Figur sind nicht gestattet.
6. Trinken auf der Bühne ist nicht erlaubt.
7. Das kurzzeitige Verlassen des Teilnehmerfeldes ist nur auf Anordnung der Wettkampfleitung gestattet. Den Anordnungen des technischen Personals und des Wettkampfleiters ist unbedingt Folge zu leisten.

## V. WETTKAMPF

### RUNDE 1 Figurbewertung Line up

1. Der Teilnehmer trägt einen enganliegende Posing Slip.
2. Jeder Teilnehmer wird einzeln aufgerufen und vorgestellt.
3. Der Teilnehmer geht zum Bühnenvordergrund und präsentiert in der Bühnenmitte seine Frontansicht.
4. Anschließend geht er zum Bühnenhintergrund und reiht sich gemäß seiner Startnummer im Line-up ein.
5. Die Bewertung in Runde 1 erfolgt in der Frontansicht, Seitenansicht und Rückansicht. Die Drehungen erfolgen jeweils um eine  $\frac{1}{4}$  Drehung nach rechts und werden vom Hauptkamprichter angesagt.
6. Die Kampfrichter haben die Möglichkeit Einzelvergleiche mit bis zu fünf Teilnehmern herauszurufen.



Frontansicht – Seitliche Ansicht - Rückansicht – Seitlich Ansicht

**Auf nationalen Meisterschaften wird keine Posing Kür durchgeführt!  
Bei internationalen Meisterschaften ist eine Kür von 60 Sekunden Pflicht!**

## RUNDE 2 Figurbewertung Pflichtposen

1. Der Teilnehmer trägt einen enganliegenden Posing Slip.
2. Jeder Teilnehmer wird einzeln aufgerufen und vorgestellt.
3. Die Bewertung in Runde 2 erfolgt in folgenden Pflichtposen:
  1. Doppelbizeps von vorne
  2. Latissimus von vorne
  3. Seitliche Brust
  4. Seitlicher Trizeps
  5. Doppelbizeps von hinten (ein Bein nach Wahl nach hinten ausgestellt)
  6. Latissimus von hinten
  7. Bauch und Beine
  8. Most Muscular (national nur in den schwereren Gewichtsklassen)
4. Die Kampfrichter haben die Möglichkeit Einzelvergleiche mit bis zu fünf Teilnehmern herauszurufen.



## **VI. BEWERTUNG / WETTKAMPFGERICHT**

1. Runde 1 und Runde 2: In die Gesamtwertung fallen:
  - a. Symmetrie, Proportionen und harmonische Körperentwicklung
  - b. Muskelmasse und Muskelhärte
  - c. Gesamterscheinung und Ausstrahlung
  
2. Das Wettkampfgericht besteht aus 5, 7 oder 9 Kampfrichterinnen und Kampfrichter. Jeder Teilnehmer erhält gemäß den Bewertungskriterien pro Runde von den Kampfrichtern eine Platzziffer.

Runde 1 und Runde 2: Vergabe der Platzziffern

## **VII. ANTI-DOPING**

Gemäß der Anti-Doping-Bestimmungen des DFFV können Dopingkontrollen gem. der Richtlinien der NADA/WADA durchgeführt werden.

## **VIII. Bild- und Filmrechte**

Im Rahmen des Wettkampfes werden Video- und Bildaufnahmen durch akkreditierte Fotografen des DFFV e.V. vorgenommen. Die entstandenen Bild – und Videoaufnahmen können zeitlich, räumlich und inhaltlich unbegrenzt zum Zweck der Veröffentlichung und Vermarktung im Internet und Printmedien von den akkreditierten Fotografen/DFFV e.V. genutzt werden. Dieses Recht wird den abgelichteten Personen in Bild und Ton ebenfalls zugesprochen. Jegliche Veränderung von Name des Fotografen, des Verbandes, Logo wie das Verändern des Bildes (Farbe, Schnitt, ...) ist nur in Absprache mit dem jeweiligen Fotografen/DFFV e.V. erlaubt und benötigt eine gesonderte Genehmigung durch Fotograf und Verband.

## **IX. Gerichtstand**

Gerichtstand ist Bayreuth