



# **WETTKAMPFREGELEN**

## **Men´s Physik**

**Gültig ab Sportjahr 2026**

[www.wff-germany.de](http://www.wff-germany.de)  
[www.nabba-international.com](http://www.nabba-international.com)

## I. Allgemeine Bestimmungen

1. Jeder Athlet der an einer Meisterschaft der NABBA Germany teilnehmen möchte, muss im Besitz einer gültigen bezahlten Starterlizenz sein.
2. Bei International ausgeschriebenem Wettkämpfen sind ausländische Teilnehmer startberechtigt. Die Meldung muss über einen der NABBA angeschlossenen Verband erfolgen.
3. Die Wettkampfanmeldung erfolgt durch den Athleten oder dem jeweiligen Fitnessstudio / Verein gemäß der offiziellen Ausschreibung.
4. Anmeldeschluss ist spätestens 10 Tage vor dem Wettkampf.
5. 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.

## **II: EINTEILUNG**

1. National gibt es eine Klasse. Bei mehr als 15 Teilnehmern erfolgt eine Teilung der Klasse. Zusätzlich können national gem. Ausschreibung Masterklassen stattfinden

International:  
Open Class  
Men over 45

## **II. VERANSTALTUNG**

1. Der Teilnehmer muss sich rechtzeitig an dem vom Veranstalter angegebenen Ort bei den vom Veranstalter bestimmten Personen melden.

## **IV: VERHALTENSREGELN**

1. Jeder Teilnehmer an einer Meisterschaft der NABBA Germany unterwirft sich den Wettkampffregeln 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 nur auf Anweisung 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. BEKLEIDUNG**

Die Teilnehmer tragen vorgeschriebene Shorts. maximale Länge. Keine hautengen Shorts und keine Werbung auf den Shorts (Herstellerlogo ist akzeptabel). Farbige Shorts sind erlaubt.



## V. WETTKAMPF

1. Runde (Grundstellungen, offene Hand)  
¼ Drehungen mit optionaler Hand an der Hüfte. Die Drehungen werden angesagt.
2. Runde (Vergleichsrunde)  
Die Kampfrichter haben die Möglichkeit, die Teilnehmer in Vierteldrehungen miteinander zu vergleichen. Es werden folgende Posen gezeigt (offene Hand)
  1. Front Biceps
  2. Links Seite schräg
  3. Biceps von hinten
  4. Rechte Seite schräg
  5. Front Favourite Pose

Bei internationalen Meisterschaften kann ein I-Walk stattfinden

**Posen mit offener Hand – Keine Hardcore-Posen**

## **VI. BEWERTUNG / WETTKAMPFGERICHT**

Die Kampfrichter suchen nach geeigneten und gesunden Wettkämpfern, die die erforderliche Form und Symmetrie in Kombination mit Muskulatur und Gesamtzustand zeigen. Dies ist kein Bodybuilding-Wettbewerb, so dass extreme Muskelkraft und Konditionierung herabgesetzt wird. "Die Körperformen sollten funktional fit sein mit einer gesunden / sportlichen Erscheinung!

Das Wettkampfgericht besteht aus 5, 7 oder 9 Kampfrichterinnen und Kampfrichter. Jeder Teilnehmer erhält gemäß den Bewertungskriterien pro Runde von den Kampfrichtern eine Platzziffer.

## **VII. 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.

Gerichtstand ist Bayreuth