

Президент Федерации бодибилдинга Москвы

И.В.Стаценко



«17» сентября 2025 года



## ПОЛОЖЕНИЕ

### *Чемпионат Москвы по бодибилдингу*

**Москва, 21 сентября 2025 года.**

#### **1. Цели и задачи:**

Соревнования проводятся с целью:

- популяризации бодибилдинга и фитнеса среди всех слоев населения;
- привлечение молодежи к занятиям бодибилдингом и фитнесом;
- пропаганды здорового образа жизни;
- выявления сильнейших спортсменов для формирования сборной команды г. Москвы для участия в 38-м Кубке и Первенстве России по бодибилдингу в Московской области г. Одинцово 29 октября – 03 ноября 2025 г.

#### **2. Сроки и место проведения:**

**Прием стартовых и членских взносов, комиссия по допуску** (взвешивание, измерение роста - строго по расписанию):

20 сентября 2025г. с 10:00 до 14:00 по адресу: Международная Академия Бизнеса и Управления, г.Москва, 5й проезд Марьиной Рощи, 15А.

#### **Соревнования:**

21 сентября 2025 года, по адресу: г. Москва, ММЦ «Планета КВН» (Дом КВН), ул. Шереметьевская д.2.

#### **3. Организация и руководство соревнованиями:**

Общее руководство подготовкой к соревнованиям возлагается на Федерацию бодибилдинга Москвы (ФББМ). Непосредственное руководство возлагается на Главную Судейскую Коллегию ФББМ.

Главный судья соревнований – судья ВК Стаценко И.В.  
Заместитель главного судьи соревнований – судья ВК Решняк И.В.  
Главный секретарь соревнований – судья 1 категории Доронина А.А.  
Председатель Судейской Коллегии - Ржевский В.В.

#### 4. Участники соревнований:

К соревнованиям допускаются спортсмены восьми возрастных групп: юниоры и юниорки до 23 лет (2007 – 2002 г.р), взрослые – старше 24 лет (2001 г.р. и ранее), ветераны/мастера (женщины) – старше 35-39 лет (1990-1986 г.р. ) и старше 40 лет (1985 г.р. и ранее), ветераны/мастера (мужчины) – 40-49 лет (1985-1976 г.р), 50-59 лет (1975-1966 г.р) и старше 60 лет (1965 г.р и ранее). **Возраст определяется по году рождения.**

- Соревнования по *бодибилдингу* проводятся:

- среди *юниоров* в абсолютной категории;
- среди *мастеров* в категориях 40+, 50+ и в **абсолютном первенстве**;
- среди *мужчин* в категориях: до 80кг, до 85кг, до 90кг, до 95кг, до 100кг, 100+кг и в **абсолютном первенстве**;
- среди *женщин* в абсолютной категории.

- Соревнования по *классическому бодибилдингу* проводятся:

- среди *мужчин* в категориях: до 175см, 180см, 180+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *фитнесу* проводятся:

- среди *женщин* в абсолютных категориях.

- Соревнования по *артистическому фитнесу* проводятся:

- среди *женщин* в абсолютной категории.

- Соревнования по *атлетик* проводятся:

- среди *мужчин* в категориях: до 175см, 175+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *бодифитнесу* проводятся:

- среди *юниорок* (до 23 лет) в абсолютной категории;
- среди *женщин* мастера 35-39 лет; +40 лет и в **абсолютном первенстве**;
- среди *женщин* в категориях: до 158см, до 163см, до 168см, 168+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *фитнес-эстетический* проводятся:

- *новички* (дебют) в категориях: до 164 см, св.164 см;
- среди *юниорок* (до 23 лет) в абсолютной категории;
- среди *женщин* в категориях: до 158 см, до 160 см, до 162 см, до 164 см, до 166 см, до 169 см, до 172 см, 172+см и в **абсолютном первенстве**;

- среди *мастеров* (женщин) в категориях 35-39 лет: 166 см, +166см, 40+ лет и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *фит-модель* женщины проводятся в категориях:

- среди *мастеров* 35+ в абсолютной категории;

- среди *женщин*: до 163 см, до 168 см, 168+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования *артистик модель* проводятся:

- среди *женщин* в абсолютной категории.

- Соревнования по *велнес-фитнес* проводятся в категориях:

- среди женщин: до 160см, до 163 см, 163+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *пляжному бодибилдингу* проводятся среди *мужчин* в категориях:

- *новички* (дебют) в абсолютной категории;

- среди *юниоров* и *мастеров* в абсолютной категории;

- среди *мужчин* в категориях: до 176см, до 182см, 182+см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *пляжному бодибилдингу-абсолютная (атлетический бодибилдинг)* проводятся:

- среди *мужчин* в абсолютной категории.

- Соревнования *фитнес стиль* проводятся:

- среди *женщин* в абсолютной категории.

### ***Правила категории:***

- ✓ «дебют» - *фитнес-эстетический и «дебют» пляжный бодибилдинг:*

В категории могут принимать участие спортсменки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 01 января 2025 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые начал выступать под эгидой ФББР в 2025 году. В 2026 году он уже не будет считаться новичком. Если новичок выступит на национальном Чемпионате (Кубке/Чемпионате России) среди не новичков, то он теряет статус новичка.

Если спортсмен/ка участвовал/а ранее в соревнованиях в другой номинации, то он/она теряет статус *новичка*.

- ✓ Соревнования *Артистик модель* проводятся в абсолютной категории.

Категория *Артистик модель*.

Цель проведения:

1. Сделать соревнования по бодибилдингу более зрелищными.

2. Дать девушкам спортсменкам возможность реализовать себя в нашем спорте более творчески и разносторонне.

Проведение соревнований:

1 раунд.

Позирование, как в категории фитмодель.

Все девушки выходят на сцену в однотонных слитных чёрных купальниках и туфлях на высоком каблуке (платформа запрещена). Спина должна быть закрыта до лопаток, одна треть ягодиц должна быть закрыта. Украшения на купальнике не допускаются.

2 раунд.

А. Каждая девушка выходит на сцену в своем сценическом костюме (можно использовать любой костюм, допустимый в категории Артистичный фитнес. Раздевание и использование предметов в руках строго запрещено) и в любой обуви на высоком каблуке (платформа разрешается) одна на сцену и выполняет T-walking под свою фонограмму в течении одной минуты, после чего встает в линию на диагональ.

В. После завершения T -walking последней участницей, девушки стоят в диагоналях 1 минуту. Далее начинаются вызовы участниц по номерам в порядке возрастания в сравнения по 4 человека на переднюю линию. При каждом сравнении участницы в течении 20 секунд позируют лицом к залу, демонстрируя свой сценический образ, после чего судья при участниках переводит их в диагональ на правый край сцены, а на сравнение выходят следующие 4 участницы. Сравнения будут завершены, когда каждая участница будет сравнена, а участница с меньшим порядковым номером вернётся на свое начальное место в диагонали по левому краю сцены.

Критерии оценки:

1 раунд:

Более высокое место занимает участница со строением тела, как у фитнес бикини.

2 раунд

Более высокое место занимает участница с лучшим образом, позированием и презентацией тела. Оценивается только общее впечатление, пропорции и качество тела в этом раунде детально не оцениваются.

Критерии оценки:

1 раунд:

Более высокое место занимает участница со строением тела, как у фитнес бикини.

2 раунд

Более высокое место занимает участница с лучшим образом, позированием и презентацией тела. Оценивается только общее впечатление, пропорции и качество тела в этом раунде детально не оцениваются.

***Правила перехода в дополнительные дисциплины разрешается по желанию спортсмена согласно росту-весовым критериям!***

✓ Соревнования фитнес стиль проводятся в абсолютной категории:

- Участницы категории «Фитнес стиль» не могут иметь большие мышцы.

Мышцы с видимой венозностью приводят к снижению оценки.

Ожидается спортивное, подтянутое и здоровое телосложение.

Выраженные мускулатура и венозность недопустимы!

Судьи оценивают X образное сложение участниц, хороший тонус мышц и кожи, красоту лица, образ, общее впечатление.

- Порядок проведения соревнований и правила постановки поз такой же , как в категории Фитнес эстетический.

- Если в категории не более 20 участниц , соревнования проходят в один раунд.

В случае большего количества участниц судьи в первом раунде производят отбор топ 10 или топ 15 после чего отобранные участницы начинают выполнять V- walking( личную презентацию).

- Личная презентация участницы 15 секунд включает выход на центр сцены модельной походкой , далее участница демонстрирует свободные позы:

1. «лицом к залу»

2. «Спиной к залу»

3. Свободная финальная поза.

После этого участница занимает свое место на задней линии сцены.

- В сравнении участницы демонстрируют 2 позы и выполняют 2 поворота:

1. Лицом к залу( как в категории Фитнес эстетический)

2. Спиной к залу ( как в категории Фитнес эстетический)

3. Лицом к залу( как в категории Фитнес эстетический).

- Соревновательный костюм.

Участницы выходят на сцену в спортивной одежде: топ, шорты и белые гольфы до колен. Спортивная обувь обязательна.

- Топ розового цвета - шея и центральная часть верха грудной клетки открыта.

Резинка в нижней части параллельна полу, спереди должно быть открыто не менее одной пары нижних ребер.

- Шорты черного цвета, верхний центральный край резинки спереди находится не ниже чем на 2 см от линии пупка, сзади резинка параллельна линии пола, нижний край спереди и сзади находится на одном уровне параллельно линии пола, ягодички должны быть полностью закрыты, но при этом бицепс бедра должен быть открыт.

- Гольфы белого цвета из плотной ткани должны доходить строго до нижнего края коленного сустава.

- Кроссовки белого цвета- высота подошвы (каблука) не выше 3 см.

- Из украшений допускаются только серьги и браслеты.

***Правила перехода в дополнительные дисциплины разрешается только с категорией Фитнес - эстетический новички!***

**Правила соревнований в вышеуказанных дисциплинах – на сайте [www.fbbr.org](http://www.fbbr.org)**

Спортсменам *мужчинам и юниорам* в бодибилдинге, занявшим в течение предыдущего соревновательного года призовые места на Кубке и/или чемпионате России, при взвешивании на данных соревнованиях дается провес: 1 место-3 кг,

2 место-2 кг, 3 место-1 кг, а *юношам* в бодибилдинге, *мужчинам* в классическом бодибилдинге, атлетик соответственно: 1,5 кг, 1,0 кг и 0,5 кг.

## 5. Заявки на участие

Подача предварительных онлайн заявок для спортсменов на участие в соревнованиях по ссылке: [https://fbbm.ru/event/moscow\\_21-09-2025/](https://fbbm.ru/event/moscow_21-09-2025/)

Каждый спортсмен самостоятельно заполняет все необходимые поля анкеты.

### ПОДАЧА ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКИ ОБЯЗАТЕЛЬНА!

К участию в соревнованиях будут допущены только при выполнении условий:

- для жителей г. Москва – участие без заявки от региональной организации, участие без заявки от региональной организации, проход осуществляется по предъявлению членской карты Федерации бодибилдинга в Москве (ФББМ) 2025г. На месте регистрации можно будет продлить или оформить членскую карту ФББМ;
- для участников из других регионов - заявка на участие от региональной организации.

Представителям региональных федераций дополнительно к электронной заявке прислать отсканированную заявку от Федерации с печатью и подписью руководителя организации или лица, его замещающего, с указанием Ф.И.О, должности и контактного телефона, уполномоченных представлять команду, на эл.почту [info@fbbm.ru](mailto:info@fbbm.ru) до 17 сентября 2025г. (оригинал командной заявки предоставить на регистрации 20.09.2025г.) Лицам, не приславшим предварительные заявки - будет отказано в участии.

Бланк организации:

п/п	Ф.И.О (полностью)	Дата рождения (полностью)	Разряд, звание	Номинация/Категория (вес, рост) (полностью)	Мед.допуск
1.					

Решение о допуске для участия в соревнованиях принимает Комиссия по допуску спортсменов. Участники соревнований должны иметь паспорт, страховку от несчастных случаев, качественную фонограмму выступления на флэш-носителе, и медицинскую справку.

Каждый участник соревнований старше 16 лет оплачивает целевой (стартовый) взнос в размере 4500 руб., который идёт на уставную деятельность ФББМ. Оплата стартового взноса для спортсменов осуществляется в день регистрации участников 20.09.2025.

Спортсмены могут заявляться в несколько дисциплин и категорий, в случае соответствия роста/весовым ограничениям, при дополнительном стартовом взносе: 2500 руб.

Правила ФББР по поводу участия в соревнованиях альтернативных организаций: <http://fbbr.org/2018/1615>. Соревнования, которые проходят под эгидой ФББР, включены в календарный план соревнований ФББР, см. [www.fbbr.org](http://www.fbbr.org), раздел

Календарь соревнований. Офис ФББР для справок: +7 (953) 149-98-09 или по e-мэйл: [info@fbbr.org](mailto:info@fbbr.org)

## **6. Условия попадания в состав сборной команды Москвы для участия в турнирах ФББР**

Попадание в состав сборной команды Москвы для участия в любых турнирах ФББР возможно только в случае вашего участия в отборочных соревнованиях - ими являются Кубок и Чемпионат Москвы текущего года.

Исключением из данного правила являются:

1. Предоставление больничного листа на момент проведения турнира;
2. Президент Федерации ФББМ и Старший тренер ФББМ в вашем направлении предоставил вам личное согласие на освобождение от участия в турнире в связи с вашими прошлыми спортивными достижениями (побед на Кубке и Чемпионате Москвы, попадание в топ 3 на Кубке и Чемпионате России).

## **7. Регламент**

Внимание!

Явка и регистрация участников строго по указанному графику!

Прибытие в место проведения регистрации за 30-40 минут. Перед началом регистрации каждый участник должен пройти комиссию по допуску и при необходимости оформить членство в ФББМ. Нахождение в зоне проведения регистрации участников категорий несоответствующих расписанию нежелательно!

***НА РЕГИСТРАЦИИ КАЖДЫЙ СПОРТСМЕН НА СЕБЕ ДОЛЖЕН ИМЕТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ КОСТЮМ!***

## **РЕГИСТРАЦИЯ БУДЕТ ПРОХОДИТЬ В 2 ПОТОКА!**

**Порядок регистрации и просмотра категорий участников:**

**10:00** Начало регистрации. Явка членов судейской коллегии обязательна!

Аккредитация СМИ

10:00 - 13:30 - регистрация участников, измерение весовых и ростовых категорий. Участники получают свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в категории. Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою категорию, будет зарегистрирован по окончанию регистрации последней категории (номинации).

1 ПОТОК	2 ПОТОК
<p><b>10:00</b> Бодифитнес - категории: юниорки, мастера 35-39 лет, 40+ лет, ростовые категории: 158см, 163см, 168см, 168+ см</p> <p><b>10:40</b> Велнес-фитнес – категории: 160см, 163 см, 163+ см</p> <p><b>11:10</b> юниоры; мужчины-мастера, 40+, 50+ -бодибилдинг</p> <p><b>11:25</b> Женщины-акробатический фитнес; артистический фитнес - абсолютные категории.</p> <p><b>11:45</b> Классический бодибилдинг – ростовые категории: 175см, 180см, 180+ см</p> <p><b>12:10</b> Атлетик – категории: 175 см, +175 см</p> <p><b>12:30</b> Женский бодибилдинг-абсолютная категория</p> <p><b>12:40</b> Бодибилдинг - мужчины – категории: до 80кг, до 85кг, до 90кг, до 95кг, до 100кг, 100+кг</p> <p><b>14:00</b> Совещание судейской бригады и представителей команд.</p>	<p><b>10:00</b> Фит модель – категории: мастера абс.кат., ростовые категории: 163см, 168см, 168+см</p> <p><b>10:40</b> Пляжный бодибилдинг- категории: новички (дебют); юниоры; мастера; ростовые категории: 176см, 182см, 182+см.</p> <p><b>11:15</b> Пляжный бодибилдинг-абсолютная (Атлетический бодибилдинг)</p> <p><b>11:30</b> Артистик Модель</p> <p><b>12: 15</b> Фитнес стиль</p> <p><b>12:30</b> Фитнес-бикини – категории: новички (дебют) 164 см, 164+ см; юниорки; мастера 35-39 лет 166см, 166+; 40+лет; ростовые категории: 158см, 160см, 162см, 164 см, 166см, 169см, 172 см, 172+см</p> <p><b>14:00</b> Совещание судейской бригады и представителей команд.</p>

**Количество категорий зависит от общего количества участников и могут быть внесены изменения в перечень категорий!**

**Измененный регламент будет опубликован в телеграмм канале.**

**Для удобства коммуникации с участниками рекомендуется присоединиться к Telegram каналу ФББМ по ссылке <https://t.me/+ecPvhwTmxFoxM2Iy>**



**20.09.2025**

10:00 - 13:30 - регистрация участников, измерение весовых и ростовых категорий. Участники получают свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в категории. Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою категорию, будет зарегистрирован по окончанию регистрации последней категории (номинации).



## **8. Программа соревнований**

### **21.09.2025**

**08:30-08:45** Инструктаж судей. Формирование судейских бригад

#### **09:00 Начало соревнований.**

- Бодибилдинг - юниоры, абс.кат. (1 и 2 раунды)
- Атлетик 175 см (1 и 2 раунды)
- Атлетик 175+ см (1 и 2 раунды)
- Бодибилдинг - женщины, абс.кат.(1 и 2 раунды)
- Награждение - б/б юниоры, абс.кат.
- Награждение Атлетик 175 см
- Награждение Атлетик +175 см
- Атлетик, абсолютное первенство + награждение
- Награждение - бодибилдинг женщины, абс.кат
- Фитнес - женщины, абс.кат. (I раунд)
- Артистический фитнес – женщины ( I раунд)
- Бодифитнес - юниорки, абс.кат
- Бодифитнес - мастера (35-39) лет,
- Бодифитнес -мастера 40+ лет;
- Бодифитнес - женщины, 158см
- Бодифитнес - женщины, 163см
- Бодифитнес - женщины, 168см
- Бодифитнес - женщины, +168см
- Фитнес - женщины, абс.кат. (II раунд)
- Артистический фитнес – женщины (II раунд)
- Награждение - фитнес-женщины, абс.кат
- Награждение - Артистический фитнес
- Награждение - бодифитнес - юниорки, абс.кат.
- Награждение - бодифитнес – мастера (35-39) лет
- Награждение - бодифитнес – мастера +40лет
- Бодифитнес мастера, абсолютное первенство + награждение.
- Награждение - бодифитнес - жен., 158см
- Награждение - бодифитнес - жен., 163см
- Награждение - бодифитнес - жен., 168см
- Награждение - бодифитнес - жен., +168см
- Бодифитнес-женщины, абсолютное первенство + награждение
- Фитнес-эстетический - юниорки, абс.кат.
- Фитнес- эстетический - мастера, 35-39 лет, 166см
- Фитнес- эстетический - мастера, 35-39 лет, +166см
- Фитнес- эстетический - мастера, ст.40 лет, абс.кат.
- Награждение - фитнес- эстетический юниорки абс.кат.
- Награждение – фитнес- эстетический -мастера, 35-39 лет,166см
- Награждение – фитнес- эстетический -мастера, 35-39 лет, +166см
- Награждение – фитнес- эстетический -мастера, + 40 лет

- Фитнес – эстетический мастера, абсолютное первенство + награждение.
- Классический б/б. - мужчины, 175см (I раунд и II раунд)
- Классический б/б. - мужчины, 180см (I раунд и II раунд)
- Классический б/б. - мужчины, 180+см (I раунд и II раунд)
- Награждение - классический б/б-муж., 175см
- Награждение - классический б/б-муж., 180см
- Награждение - классический б/б-муж., + 180см
- Классический б/б. - муж., абсолютное первенств + награждение
- Артистическая Модель – женщины, абс.кат.( I раунд)
- Велнес-фитнес - женщины, 160см
- Велнес-фитнес - женщины, 163см
- Велнес-фитнес - женщины, +163см
- Велнес-фитнес - женщины, абсолютное первенство + награждение
- Фит-модель –мастера абс.кат.( I раунд)
- Фит-модель - женщины, 163 см (I раунд)
- Фит-модель - женщины, 168 см (I раунд)
- Фит-модель - женщины, +168см (I раунд)

#### **Вечерняя часть Чемпионата Москвы по бодибилдингу.**

- Артистическая Модель – женщины, абс.кат.( II раунд)
- Награждение Артистическая Модель – женщины, абс.кат.
- Фитнес стиль – женщины, абс.кат.

#### **Торжественное открытие.**

- Фитнес-эстетический – женщины, новички (дебют) 164 см
- Фитнес-эстетический – женщины, новички (дебют) +164 см
- Фит-модель –мастера абс.кат. (II раунд)
- Фит-модель - женщины, 163 см (II раунд)
- Фит-модель - женщины, 168 см (II раунд)
- Фит-модель - женщины, +168 см (II раунд)
- Награждение фитнес-эстетический женщины, новички (дебют) 164 см
- Награждение фитнес-эстетический женщины, новички (дебют) +164см
- Награждение Фит-модель женщины, мастера абс.кат.
- Награждение Фит-модель женщины, 163 см, 168см, 168+см
- Фит -модель женщины, абсолютное первенство +награждение
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 40+ (I, II раунды)
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 50+ (I, II раунды)
- Награждение - мужчины-мастера 40+, 50+.
- Мужчины-мастера, абсолютное первенство + награждение.
- Бодибилдинг - мужчины, 80кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 85кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 90кг (I раунд и II раунд)
- Фитнес-эстетический – женщины 158 см
- Фитнес-эстетический – женщины 160 см
- Фитнес-эстетический – женщины 162 см
- Фитнес-эстетический – женщины 164 см
- Награждение - б/б мужчины, 80кг

- Награждение- б/б мужчины, 85кг
- Награждение - б/б мужчины, 90кг
- Награждение фитнес-эстетический 158 см
- Награждение фитнес-эстетический 160 см
- Награждение фитнес-эстетический 162 см
- Награждение фитнес-эстетический 164 см
- Бодибилдинг - мужчины, 95кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 100кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, +100кг (I раунд и II раунд)
- Фитнес-эстетический – женщины, 166 см
- Фитнес-эстетический - женщины, 169см
- Фитнес-эстетический - женщины, 172 см
- Фитнес-эстетический - женщины, +172см
- Награждение - б/б мужчины, 95кг
- Награждение - б/б мужчины, 100кг
- Награждение - б/б мужчины, +100кг
- Награждение - фитнес-бикини, 166 см
- Награждение - фитнес-бикини, 169 см
- Награждение - фитнес-бикини, 172см
- Награждение - фитнес-бикини, +172см
- Фитнес-эстетический-женщины, абсолютное первенство +награждение
- Бодибилдинг - мужчины, абсолютное первенство + награждение
- Пляжный б/б - муж., новички (дебют)
- Пляжный б/б - муж., юниоры
- Пляжный б/б - муж., мастера
- Пляжный б/б - муж., 176 см
- Пляжный б/б - муж., 182 см
- Пляжный б/б - муж., 182+ см
- Атлетический б/б
- Награждение пляжный б/б - муж., новички(дебют)
- Награждение пляжный б/б - муж., юниоры
- Награждение пляжный б/б - муж., мастера
- Награждение - пляжный б/б 176см
- Награждение - пляжный б/б 182см
- Награждение - пляжный б/б 182+см
- Награждение атлетический б/б
- Пляжный б/б - мужчины, абсолютное первенство + награждение

## 9. Антидопинговые мероприятия

Принимая во внимание, что Международный олимпийский комитет, международные и национальные спортивные федерации, Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) и национальные антидопинговые службы направляют свои усилия на распространение духа честной игры и ведут борьбу с применением допинга в спорте - Федерация, тренеры и спортсмены обязуются:

1. Не использовать в своей работе по спортивной подготовке спортсменов и в период участия их в соревнованиях, средства и методы, перечисленные в списке ВАДА в качестве запрещенных.

2. Не допускать применения спортсменами на соревнованиях как внутри страны, так и за рубежом медикаментов в любых формах, пищевых добавок, специализированных препаратов спортивного питания без назначения врача сборной команды.

3. Содействовать выполнению на соревнованиях и тренировочных сборах как внутри страны, так и за рубежом регламента прохождения антидопингового контроля в соответствии с Кодексом ВАДА, всемирной антидопинговой Конвенцией ЮНЕСКО, антидопинговыми правилами международных и национальных спортивных федераций.

**Для участия в Чемпионате Москвы 2025 года необходимо обязательно пройти онлайн обучение на сайте Русада с получением сертификата:**

**<https://course.rusada.ru/>**

## **10. Награждение**

Победители в категориях определяются, согласно правилам, по наименьшей сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB (по наибольшему количеству высших мест). В командном зачете команда-победитель определяется по наибольшей сумме очков **пяти** лучших результатов, полученных спортсменами каждой команды. В зачет идут результаты не более двух спортсменов в одной категории от региона. Очки подсчитываются по правилам IFBB: I место - 16 очков, II место - 12 очков, III место - 9 очков, IV место - 7 очков, X место - 1 очко. Очки, данные команде ЮНИОРКАМИ, ЮНОРАМИ, МАСТЕРАМИ, участниками категорий «ФИТНЕС-ЭСТЕТИЧЕСКИЙ», «ПЛЯЖНЫЙ БОДИБИЛДИНГ» И «ВЕЛНЕС-ФИТНЕС», «АТЛЕТИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ» - 75% от их суммы очков. Абсолютные чемпионы во всех ВЗРОСЛЫХ и в ЮНИОРСКИХ категориях получают к своей сумме очков в командный зачет по 2 очка.

Победители и призеры награждаются дипломами, медалями, а также ценными подарками.

## **11. Расходы**

Федерация бодибилдинга Москвы несет расходы по организации и проведению Чемпионата Москвы 2025 года. Расходы на проезд, размещение и питание спортсменов несут командирующие организации.

## **12. Грим.**

Услуги профессионального нанесения грима – команда гримеров «СПОРТЗАГАР». Запись на грим будет производиться непосредственно на регистрации. Для консультации обращаться по телефону: +7(921) 959-09-85 Виталий.

**Внимание! Оплата за грим на Чемпионате Москвы будет производиться только за наличный расчет!**

**Федерацией бодибилдинга России и Москвы рекомендовано использование профессионального грима!**

Напоминаем, что в связи с участвовавшими случаями использования некачественного грима и его неправильного нанесения и как следствие, непрезентабельный вид спортсменов на сцене, а соответственно недостаточно объективная оценка судьями формы спортсмена Президиум ФББР в целях контроля за качеством по нанесению грима на Кубках/Чемпионатах России и на Кубках/Чемпионатах ФББМ принял решение предложить участникам соревнований 3 варианта нанесения грима. Телефон для консультации: +79219590985, Виталий.

1 вариант (профессиональный).

Нанесение грима у профессиональных гримеров - компании «Спорт Загар» - официального партнёра Соревнований.

В работе будет использоваться профессиональный грим.

Стоимость нанесения грима составит 6500 руб.

В стоимость входит:

1. Нанесение первого базового слоя грима профессионального грима.
2. Нанесение второго слоя грима профессионального.
3. Комплект одноразового белья: шапочка, стринги, тапочки, стикини.
4. Нанесение спрея профессионального «антизелень» на зоны, подверженные повышенному потоотделению.
5. Нанесение масла профессиональное перед выходом на сцену по желанию спортсмена.
6. Коррекция грима (при необходимости) перед выходом на сцену и между раундами соревнований.

2 Вариант (эконом):

Участникам соревнования будет предложено по желанию самостоятельно нанести грим в специально отведённом месте в зоне нанесения грима.

Стоимость самостоятельного нанесения составит 4800 руб.

В стоимость входит:

1. Грим профессиональный 1, 80 мл;
2. Грим профессиональный 2, 80 мл;
3. Специальные бутылочки-распылители для нанесения грима

Внимание! При самостоятельном применении грима, в случае его неравномерного нанесения участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

В этом случае ответственность за качество нанесения грима лежит полностью на спортсмене.

В случае выбора 1 или 2 варианта нанесения грима стартовый взнос участника составит 4500р. как и прописано в Регламенте.

3 Вариант:

для участников соревнований, которые решили не пользоваться услугой и продукцией официальных гримёров Чемпионата России и Чемпионата Москвы, а воспользоваться услугой и продукцией неофициальных гримёров.

В этом случае стартовый взнос участника будет увеличен на 3000 руб. (страховка за возможную порчу имущества в отеле и/или в месте проведения соревнований при самостоятельном нанесении и коррекции грима) - до 6000 руб. (3500 руб. (заранее-онлайн)+2500 руб (доплата офлайн в день регистрации)) или до 6500 руб. (4500 руб. (в день регистрации - офлайн)+2500 руб. (в день регистрации доплата офлайн)).

Внимание! В случае нанесения грима у неофициальных гримёров и в случае его неравномерного нанесения (в том числе в случае ухудшения качества грима от одежды в дороге до места проведения соревнований) участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

Перед регистрацией всем участникам соревнований необходимо будет подойти к стойке гримеров, записаться на нанесение грима и оплатить услугу гримирования.

Участнику соревнований будет выдан специальный браслет, который нужно будет предъявить на регистрации.

Если спортсмен отказывается от услуг официальных гримёров, то ему необходимо произвести доплату к стартовому взносу в размере 3000 рублей.

### **13. Работа с СМИ**

Предварительная запись Аккредитации СМИ на Чемпионат Москвы 2024 года по ссылке:

<https://forms.gle/x5DyH5UfQDkDhja4A>

**Настоящее положение является официальным вызовом на  
Чемпионат Москвы по бодибилдингу-2025г**

### **Официальные источники ФББМ:**

<https://fbbm.ru/> ;

@fbbm\_official

<https://t.me/+ecPvhwTmxFoxM2Iy>

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о судьях на Чемпионате Москвы по бодибилдингу

1. В каждой судейской бригаде количество судей ФББМ должно быть не менее 5 человек.

**К судейству Чемпионата Москвы допускаются судьи из Москвы, а также судьи из других регионов по приглашению и по заявке от региональной Федерации.**

**Предложение по включению судей в судейскую коллегию и тест-судей должно быть направлено региональной федерацией по эл. почте: [info@fbbm.ru](mailto:info@fbbm.ru) по следующей форме до 07.09.2025:**

Ф.И.О.	Регион	судейская категория	№ уд-я, дата выдачи
Петров Иван Иванович	Энский край	1	290029002
Иванова Мария Серова	Энский край	2	255678912

**Окончательный список судей, участвующих в судействе утверждает Председатель Судейской коллегии ФББР, центральный судья Чемпионата Москвы Литвинов Владимир Иванович.**

В случае отсутствия достаточного количества судей (в т.ч из других регионов), в судейской бригаде должны присутствовать все присутствующие судьи ФББМ.

2. 20 сентября 2025 года в 09:30 по адресу 5-й проезд Марьиной Рощи д.15А (здание МАБИУ) состоится информационно-обучающий судейский семинар судьи высшей международной категории (А), Судьи IFBB Elite Pro, Судьи Всероссийской категории - Ивана Решняка. Семинар подойдёт как для судей со стажем, тех, кто планирует сдавать судейский тест на Чемпионате Москвы по бодибилдингу, так и для спортсменов, тренеров спортсменов - ведь поняв детально как вас судят, вы повысите свой уровень «противодействия» судейской бригаде.

Семинар включает в себя теоретический материал и практические работы с протоколами и заданиями. В том числе, на семинаре, подробно разбираются нюансы по электронному судейству.

Длительность семинара 8 часов. Начало семинара 20 сентября 2025г., планируемое время окончания семинара в 17:30. Стоимость семинара для членов ФББМ (при предъявлении членской карты 2025г.) – 6000 руб, для остальных желающих 7000 руб.

3. Аккредитация судей для участия в судействе на Чемпионате Москвы 2025, пройдёт на собрании судей 20 сентября 2025г. в 14:00. Аккредитованным судьям будут выданы входные браслеты.

- Все заявленные на соревнования **приглашенные судьи** должны быть членами региональных федераций ФББР.
- Каждый судья (кроме судей ФББМ) на аккредитации должен показать заявку региональной федерации со своей фамилией в списке судей от региона.
- Каждый судья должен на регистрации судей 20 сентября 2025г в 14:00 предоставить судейскую книжку с отметкой о пройденном в 2024 или 2025г. судейском семинаре утвержденного лектора ФББР, либо электронный (бумажный) сертификат о прохождении судейского семинара (вебинара) Павла Филлеборна.

5. На Чемпионате Москвы будет организована сдача судейских тестов.

Для получения аккредитации судьи-дублера, всем желающим необходимо присутствовать на собрании судей 20 сентября 2025г года в 14:00, оплатить сдачу судейского теста – 6000руб, получить браслет для входа.

Каждый судья-дублёр должен прибыть 21 сентября 2025 г. в 8:30, г. Москва, ММЦ «Планета КВН» (Дом КВН), ул. Шереметьевская д.2, чтобы получить инструкции и судейские протоколы от ответственного за судей-дублёров – Дорониной А.А.

Номинации для судейского теста:

Бодибилдинг, Мужчины Классический Бодибилдинг, Атлетик, Пляжный Бодибилдинг, Велнес, Бодифитнес, Фитнес - эстетический.

Для сдачи тестов будут выбраны самые многочисленные категории из данных номинаций.