甘肃省社会体育管理中心

甘社体〔2024〕45号

关于举办“全民健身我先行”2024年甘肃省第十届健身健美锦标赛竞赛规程的通知

各市州体育局（文体广电和旅游局）、兰州新区教体局、甘肃矿区体委，各相关单位:

为贯彻落实《全民健身计划（2021—2025年）》，丰富全民健身赛事活动，进一步推动我省健身健美项目的开展，不断提高全省健身健美水平，树立大众健身健美理念。经研究决定在酒泉市金塔县举办“全民健身我先行”2024年甘肃省第十届健身健美锦标赛。现将本次比赛竞赛规程印发你们，请各有关单位积极组织参赛。

附件：

1. 2024年甘肃省第十届健身健美锦标赛竞赛规程

2. 2024年甘肃省第十届健身健美锦标赛报名表

3. 2024年甘肃省第十届健身健美锦标赛参赛保证书

甘肃省社会体育管理中心

2024年6月28日

附件 1

2024 年甘肃省第十届健身健美锦标赛
竞赛规程

一、主办单位

主办单位：甘肃省社会体育管理中心

酒泉市文体广电和旅游局

金塔县人民政府

承办单位：金塔县文体广电和旅游局

酒泉市健身健美和瑜伽运动协会

协办单位：金塔胡杨文化旅游投资集团有限公司

执行单位：酒泉动感时代体育文化有限公司

二、时间、地点

时间：2024 年 9 月下旬

地点：酒泉市金塔县胡杨林景区

三、参赛单位

各市、州、区、行业协会、健身俱乐部、大专院校、体育院系、社会团体、企业及个人。

四、比赛项目及分组

（一）男子比赛项目

1. 古典健美

2. 传统健美

3.健体

4.健身模特

（二）女子比赛项目

1.比基尼健身

2.健身模特

3.形体

（三）健身混合双人

五、比赛分组与身高（CM）、体重（KG）规定

（一）古典健美按身高、体重划分5个组（级）别

--身高168（含）以下，体重≤身高-100;

--身高168.01-171（含），体重≤身高-100+2KG体重;

--身高171.01-175（含），体重≤身高-100+4KG体重;

--身高175.01-180（含），体重≤身高-100+6KG体重;

--身高180以上，体重≤身高-100+8KG体重;

（二）传统健美按体重分5个组（级）别

--65公斤级——(65KG<含>以下)

--70公斤级——（65.1KG—70KG(含70KG)）

--75公斤级——（70.1KG—75KG（含75KG）

--80公斤级——（75.1KG—80KG（含80KG）

--80公斤级以上

（三）男子健身模特按身高分3个组（级）别

A组身高176CM（含）以下;

B 组身高 176.01CM-183CM（含）；

C 组身高 183CM 以上;

（四）男子健体按身高分 3 个组（级）别

A 组 174CM（含）以下;

B 组身高 174.01CM-178CM（含）；

C 组身高 178CM 以上;

（五）女子形体按身高分 2 个组（级）别

A 组身高 163CM（含）以下;

B 组身高 163CM 以上

（六）比基尼健身按身高分 4 个组（级）别

A 组身高 164CM 以下（含）；

B 组身高 164.01CM-168CM（含）；

C 组身高 168.01CM-172CM（含）；

D 组身高 172CM 以上;

（七）女子健身模特按身高分 3 个组（级）别

A 组身高 168CM 以下（含）；

B 组身高 168.01CM-172CM（含）；

C 组身高 172CM 以上;

（八）大学生组男子健体

A 组身高 174CM（含）以下;

B 组身高 174CM 以上

（九）大学生组男子健身模特

A 组身高 178CM（含）以下;

B 组身高 178CM 以上;

（十）大学生组女子比基尼健身按身高分 2 个组（级）别

A 组身高 164CM 以下（含）;

B 组 164CM 以上;

（十一）大学生组女子健身模特按身高分 2 个组（级）别

A 组身高 168CM 以下（含）;

B 组 168CM 以上;

六、年龄规定及参赛范围

年龄规定:年满 16 周岁的中国公民和国际选手可报名参赛。

七、比赛办法

（一）比赛执行中国健美协会最新版《健身健美竞赛规则》。

（二）各组（级）比赛根据报名人数进行预赛、半决赛和决赛。

（三）传统健美比赛运动员需身着单色、不透明短裤。运动员可自行选择赛服的颜色、布料、质地和样式。赛裤须至少盖住 3/4 的臀部。侧边不少于 5cm。不允许使用填充物。

（四）古典健美项目比赛取消四个转向动作。运动员需身着任意单色、不透明短裤。侧边至少为 15cm，盖住全部臀部及前侧部位，不允许使用填充物。

（五）男子健体比赛按以下方式进行

1. 预赛穿非紧身黑色齐膝短裤进行形体展示。

2. 半决赛、决赛穿非紧身自选沙滩齐膝短裤进行形体展示。

（六）男子健身模特按以下要求和方式进行

1.体格匀称健康和俊俏的视觉风格。

2.形体轮穿单一颜色平角裤，不允许携带装饰物及填充物。

3.前10名进入第二轮休闲西服展示。上身着修身的休闲西服，露出上身和腹肌，下身着休闲裤，光脚不穿鞋。

（七）女子形体健身比赛方式

1.预赛穿黑色后交叉式比基尼展示形体。

2.半决赛、决赛穿自选后交叉式比基尼展示形体。

（八）女子健身模特按以要求和方式进行

1.具备良好的身形和靓丽的视觉风格。

2.第一轮穿紧身连体健身模特泳衣展示，前10名进入第二轮穿晚礼服展示。

3.第一轮穿紧身连体健身模特泳衣做四个转向，第二轮穿晚礼服走模特步按T路线展示自然身形。

（九）女子比基尼健身比赛按以下方式进行

1.预赛穿自选比基尼展示形体。

2.决赛穿自选比基尼走I路线展示形体。

3.自选比基尼只允许在比基尼上片有拼接，下片不可以有拼接并至少盖住1/3臀部。

（十）健身混合双人比赛按以下方式进行

1.第一轮穿自选比基尼(女)、健体短裤(男)或男女健身模特形体轮服装、做四个转向进行双人形体展示和集体不定位造型展示。

2. 第一轮前10名进入第二轮，逐一进行双人自由造型展示(90秒)。

（十一）丈量身高、称量体重和检录时对运动员的比赛服装、鞋及竞赛油彩进行检查，不符合规定不允许参赛。

（十二）报名后更换比赛项目可在赛前技术会议上向竞赛裁判组提出申请。

八、参加办法

（一）每队可报领队1人，教练员2人，运动员不限。注：运动员不能兼任领队和教练。

（二）参赛单位自行办理比赛期间伤病意外事故保险(含往返 赛区途中及在比赛期间可能发生的伤病)，自行承担可能发生的医疗费用。

（三）参赛队需按时报到和参加赛前有关会议，无故缺席者视为放弃参赛。

（四）报名人数3人以上的队伍计团体总分。

（五）古典健美、传统健美、男子健体、男子健身模特、比基尼健身、女子形体、女子健身模特分别产生全场冠军。古典健美、传统健美、男子健体、男子健身模特、女子比基尼健身、女子形体、女子健身模特以及大学生组比赛获得各级别前3名的运动员参加同项目全场冠军比赛。

（六）级别不足3人(含3人)将合并组别。

（七）运动员可兼项参加健美、健身小项，但健美与健身项目不可交叉兼项，健身项目运动员可兼报健身混合双人，每人最

多参加两项。

（八）参加大学生组的运动员必须是甘肃省在校大学生。

九、报名和报到

（一）接受团队和个人报名，运动员跨队重复报名无效。

（二）各参赛单位需将报名表（电子版）及参赛自选音乐以MP3格式于9月1日18:00前发至邮箱3578982700qq.com，并注明姓名、性别、单位及参赛项目。逾期者或超出名额不再受理。报名表可在甘肃省社会体育管理中心官方网（http://www.gssstzx.com）站下载。

（三）比赛报到地点

地　址：金塔县（具体报到地点另行通知）

联系人：王凤德　　电话：15337009259

（四） 报名联系方式

甘肃省社会体育管理中心

地　址：兰州市城关区金昌南路332号

联系人：　　刘举斌　　电　话（传真）0931-8812737

赛事技术咨询：冯　刚　　电　话：13993137727

十、录取名次与奖励

（一）团体名次录取前8名。计分方式根据各队运动员在各项(组)比赛中的前8名成绩按9、7、6、5、4、3、2、1计算，即获第1名计9分，第2名计7分， 依此类推。如得分相同，以获得第1名多的队名次列前。再相同，以获得第2名多的队名次列前，以此类推。

（二）各项（组）比赛录取前10名。

（三）获得团体前8名的队伍颁发牌匾。

（四）各项比赛设特别奖

1.古典健美比赛设“完美体格奖”

2.传统健美比赛设“最佳肌肉奖”

3.女子比基尼健身比赛设“最佳风采奖”

4.男子健体比赛设“最佳魅力奖”

5.女子形体比赛设“最佳形体奖”

6.男子、女子健身模特比赛分别设“最佳名模奖”

7.健身混合双人比赛设“最佳组合奖”

（五）古典健美、传统健美、男子健体、男子健身模特、女子比基尼健身、女子形体、女子健身模特全场冠军颁发奖牌、奖杯、证书和奖金；获各组、级别比赛前10名和特别奖的运动员颁发证书；获得各单项比赛前3名的运动员颁发奖牌、证书。

（六）比赛奖金额度由承办方与赞助商等单位筹措后另行通知，具体奖金设项如下。

1. 古典健美、传统健美、男子健体、男子健身模特、女子比基尼健身、女子健身模特全场第一名、第二名、第三名。

2. 女子形体全场第一名、第二名、第三名。

十一、参赛费用

1.比赛期间食宿、差旅费自理。

2.本次大赛由酒泉动感时代体育文化有限公司提供技术服务。

十二、反兴奋剂工作

参赛运动员严禁服用兴奋剂，一经发现使用违禁品，取消参赛资格和成绩。

十三、仲裁和裁判

仲裁、裁判长、裁判员由主办方选派。

十四、其他

（一）严禁使用违禁药物，违者按照国家体育总局《关于严格禁止在体育运动中使用兴奋剂行为的规定》的规定处罚。

（二）比赛场、馆内严禁到处乱涂抹油、色，破坏公共财物，违者照价赔偿和取消比赛资格。

（三）称量体重、丈量身高一律穿比赛服，违者不能参加称重、量身高、抽签。

（四）参赛运动员必须身体健康，各参赛队务必自行办理伤病意外事故保险，在比赛期间发生的伤病及治疗费用自理。

（五）按照国际健美联合会《国际健身健美竞赛规则》要求，参赛运动员只能使用喷涂类液体油彩，禁止使用涂抹类膏状油彩。

十五、未尽事宜，另行通知。

附件 2

2024 年甘肃省第十届健身健美锦标赛报名表

参赛单位（盖章）：领队（1 人）：　　联系电话：　　教练（2 人）：　　联系电话：

序号	队名	姓名	男子比赛项目																				
			古典健美：身高（CM）、体重（KG）					传统健美(KG)					男子健身模特（CM）					男子健体（CM）					健身混合双人	
													A	B	C	学生组		A	B	C	大学生组		公开组	大学生组
			168（含）以下	168.01-171（含）	171.01-175（含）	175.01-180（含）	180 以上	65	70	75	80	80 以上	176（含）以下	176.01-183（含）	183 以上	178（含）以下	178 以上	174（含）以下	174.01-178（含）	178 以上	174（含）以下	174 以上		
1																								
2																								

注：1. 在参赛组别栏内打" ✓" 号；

2. 领队、教练请注明性别；

3. 请将填写好报名表电子版于 9 月 1 日 18:00 前发至邮箱 3578982700qq.com，逾期不再受理。

保证：以上人员决不使用国际奥委会规定的禁用药物，违者按国家体育总局《体育运动中使用兴奋剂管制通则》处罚。

参加单位盖章/签字：

2024 年　　月　　日

2024年甘肃省第十届健身健美锦标赛报名表

参赛单位（盖章）：领队（1人）：　　联系电话：　　教练（2人）：　　联系电话：

序号	队名	姓名	女子比赛项目														
			女子形体（cm）		女子比基尼健身（cm）					女子健身模特（cm）					健身混合双人	
			A	B	A	B	C	D	大学生组	A	B	C	大学生组		公开组	大学生组
			163（含）以下	163以上	164（含）以下	164.01-168	168.01-172	172以上	164（含）以下	164以上	168（含）以下	168.01-172	172以上	168（含）以下	168以下		

注：1.在参赛组别栏内打"✓"号；

2.领队、教练请注明性别；

3.请将填写好报名表电子版于9月1日18:00前发至邮箱357898270@qq.com，逾期不再受理。

保证：以上人员决不使用国际奥委会规定的禁用药物，违者按国家体育总局《体育运动中使用兴奋剂管制通则》处罚。

参加单位盖章/签字：

2024年　　月　　日

附件 3

2024 年甘肃省第十届健身健美锦标赛保证书

一、自愿报名参加本次比赛及一切相关活动；

二、遵守比赛规则和规程，服从组委会的安排；

三、已做好参赛准备，并为全队办理了相应的意外伤害保险，自愿承担比赛期间可能发生的意外伤害，同意组委会不承担由于意外伤害带来的任何形式的赔偿；

四、在比赛期间接受医疗机构提供的应急救治，承担送往医疗机构继续治疗所发生的一切费用；

五、同意此次赛事主、承办方指定媒体和合作伙伴无偿使用本队参赛人员的肖像、姓名、声音和其它个人资料用于健身健美事业的宣传和推广；

六、坚决反对和杜绝有害健身健美运动发展及运动员身心健康的违禁物品。若有违反，自觉接受中国健美协会依据国家有关规定所给予的相应处罚。

七、本队已认真阅读并知晓以上内容，对上述内容予以确认并承担相应的义务和法律责任。

领队签字：　　运动员签字：

甘肃省社会体育管理中心办公室　　2024 年 6 月 28 日印发