



**CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA DE
MUSCULAÇÃO,
FISICULTURISMO E
FITNESS**

IFBB BRASIL

@IFBBBRASILOFICIAL

+55 14 98139-9916

WWW.IFBB.COM.BR

R. EZEQUIEL FREIRE, 55, SALA 107, SANTANA
SÃO PAULO/SP - BRASIL. CEP 02034-000



CATEGORIA FIT & BEAUTY (Fevereiro 2026)

DESCRIÇÃO:

Esta é uma categoria aberta (sem divisões por idade) na qual as atletas não devem apresentar musculatura excessivamente desenvolvida. Portanto, músculos muito definidos com veias visíveis são motivo de desclassificação e podem resultar em penalidades na pontuação e nos resultados finais. Espera-se um físico atlético, em forma e saudável. Definição muscular e vascularização excessivas não são aceitas.

Não é permitida a participação em outras categorias da IFBB.

Caso o número de competidoras seja grande, categorias por altura poderão ser introduzidas, permitindo a disputa da categoria Overall, neste caso.



CÓDIGO DE VESTIMENTA E REGRAS DA COMPETIÇÃO:

1º Round: As competidoras entram no palco com roupas esportivas compostas por top, shorts e meias brancas até o joelho. Tênis de corrida brancos lisos são obrigatórios.



**CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA DE
MUSCULAÇÃO,
FISICULTURISMO E
FITNESS**

IFBB BRASIL

@IFBBBRASILOFICIAL

+55 14 98139-9916

WWW.IFBB.COM.BR

R. EZEQUIEL FREIRE, 55, SALA 107, SANTANA
SÃO PAULO/SP - BRASIL. CEP 02034-000



2º Round: As competidoras entram no palco vestindo maiô, uniforme e da mesma cor (maiôs Fit Model, assim como trajes com strass ou tecidos transparentes, **não são permitidos**). Este segundo round é opcional para eventos nacionais.

Sapatos oficiais de competição da IFBB são obrigatórios (sandália com 10 mm (frente - 1 cm) e 120 mm (atrás - 12 cm) no salto. Salto ANABELA não é permitido).

Em campeonatos de beleza, um desfile padrão deve ser apresentado no palco.

A coreografia consiste em uma caminhada simples. As competidoras entram uma após a outra, com alguns segundos de intervalo. A pose oficial é realizada colocando uma das mãos no quadril.

Existem duas poses: de frente e de costas.

Durante as comparações, as competidoras se alinham lado a lado, colocando uma das mãos no quadril, sob a supervisão dos árbitros.

Comparações podem ser realizadas, mas a realização do quarto de voltas não será permitida.

