



การจัดแข่งขันกีฬาเพาะกายระดับนานาชาติ

Thailand Southern Bodybuilding Championships “ยักษ์ใต้คลาสสิค”

หลักการและเหตุผล

กีฬาเพาะกายและฟิตเนสเป็นชนิดกีฬาที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายในทวีปเอเชียและภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ มาเป็นเวลานาน อีกทั้งได้มีการบรรจุไว้ในการแข่งขันกีฬา เอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 14 (เมืองปูซาน เกาหลีใต้) และ ครั้งที่ 15 (โดฮา ประเทศกาตาร์) และเอเชียนบีชเกมส์ ครั้งที่ 1 ณ เกาะบาห์ลี ประเทศอินโดนีเซีย และเอเชียนบีชเกมส์ ครั้งที่ 2 ณ ประเทศโอมานครั้งที่ 4 ณ จังหวัดภูเก็ต ประเทศไทย ในปี 2557 และครั้งที่ 5 ในปี พ.ศ. 2559 ณ เมืองดานัง ประเทศเวียดนาม รวมถึงมีการบรรจุไว้ในการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ในหลาย ๆ ครั้งที่ผ่านมา

สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยได้มีการพัฒนาและสร้างผลงานในด้านความเป็นเลิศจากการแข่งขันรายการต่าง ๆ ทั้งในระดับทวีปเอเชียและระดับนานาชาติทุกรายการ โดยนักกีฬาของไทยเราสามารถทำผลงานได้อย่างเยี่ยมยอดด้วยการคว้าตำแหน่งแชมป์โลกทั้งประเภทเพาะกายและฟิตเนสอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งได้รับเหรียญทองในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ และการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ รวมถึงการแข่งขันกีฬาเอเชียนบีชเกมส์ที่ผ่านมามีทั้งสิ้นสามครั้งอีกด้วย

และในช่วงครึ่งปีหลังของ พ.ศ. 2564 ซึ่งเป็นปีที่ภาครัฐมีนโยบายส่งเสริมบูรณาการด้านการท่องเที่ยวและกีฬาเพื่อเป็นการส่งเสริมและกระตุ้นเศรษฐกิจภายหลังมาตรการผ่อนคลายจากการแพร่ระบาดของเชื้อโคโรนาไวรัส COVID-19 จึงเป็นโอกาสสำคัญที่จะนำกีฬาเพาะกายและฟิตเนสมีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนดังกล่าว

ทั้งนี้สมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยได้ขอฉันทานุมัติจากสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF) ให้ประเทศไทยได้จัดการแข่งขันกีฬาเพาะกายและฟิตเนสเป็นวาระพิเศษเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการใช้กีฬาเพาะกายและฟิตเนสในการเสริมสร้างเศรษฐกิจผ่านกลุ่มนักท่องเที่ยว โดยจะจัดเป็นรูปแบบการแข่งขันกีฬาเพาะกายและฟิตเนสเพื่อให้นักกีฬาจากทุกภูมิภาคของโลกได้เข้ามาร่วมทำการแข่งขันและส่งเสริมการท่องเที่ยวในประเทศไทยหลังการผ่อนคลายมาตรการต่างๆ รวมถึงผลักดันกีฬาเพาะกายและฟิตเนสให้เป็นการแข่งขันกีฬาเชิงการท่องเที่ยวได้อย่างสืบเนื่องต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นการร่วมส่งเสริมกระตุ้นเศรษฐกิจภายหลังมาตรการผ่อนคลายจากการแพร่ระบาดของโคโรนาไวรัส COVID-19
2. เพื่อส่งเสริมให้นักกีฬาเพาะกายและฟิตเนสของไทย ทั้งชายและหญิง ได้มีโอกาสเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเพาะกายและฟิตเนสในระดับนานาชาติ
3. เพื่อเป็นการส่งเสริมพัฒนาผู้ตัดสินกีฬาเพาะกายและฟิตเนสของไทยให้ได้ทำหน้าที่ในระดับนานาชาติ

4. เพื่อเป็นการส่งเสริมบุคลากรของสมาคมให้ได้เรียนรู้วิธีการบริหารจัดการแข่งขันกีฬาระดับนานาชาติ
5. เพื่อเป็นการสร้างความตื่นตัวและพัฒนากีฬาเพาะกายและฟิตเนสของไทยให้ประสบความสำเร็จ ดั่งเช่นชาติอื่นๆ
6. เพื่อเป็นการเผยแพร่ชื่อเสียงของประเทศไทยให้ชาติต่างๆ ในระดับนานาชาติได้รู้จักมากยิ่งขึ้น
7. เพื่อเป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวในประเทศไทยอันจะเป็นการนำรายได้เข้าสู่ประเทศจากการที่มี นักกีฬาเจ้าหน้าที่และผู้ติดตามมาเข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้

กลุ่มเป้าหมาย	ประชาชนทั่วไปและนักท่องเที่ยวยุวชนต่างประเศที่สนใจเข้าร่วมการแข่งขัน
ระยะเวลาจัดงาน	วันที่ 22 – 27 ธันวาคม 2564
สถานที่จัดงาน	จังหวัดภูเก็ต
รูปแบบกิจกรรม	<ol style="list-style-type: none"> 1. การแข่งขันโมเดลฟิสติคหญิง มี 3 รุ่นความสูงคือ <ul style="list-style-type: none"> รุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม. รุ่นความสูงไม่เกิน 164 ซม. รุ่นความสูงเกิน 164 ซม. 2. การแข่งขันสปอร์ตฟิสติคชาย มี 3 รุ่นความสูงคือ <ul style="list-style-type: none"> รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. (น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง - 100) รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. (น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง - 100) รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. (น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง - 100 + 2 กิโลกรัม / ความสูงเกิน 180 + 4 กิโลกรัม) 3. การแข่งขันแอธเลติคฟิสติคชายมี 3 รุ่นความสูงคือ <ul style="list-style-type: none"> รุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. (น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง - 100 + 2 กิโลกรัม) รุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. (น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง - 100 + 4 กิโลกรัม) รุ่นความสูงเกิน 175 ซม. (น้ำหนักตัวไม่เกินจากเกณฑ์ ความสูง - 100 + 6 กิโลกรัม/ความสูงเกิน 180 + 8 กิโลกรัม) 4. การแข่งขันแอธเลติคฟิสติคหญิง รุ่นทั่วไป 5. การแข่งขันเพาะกายชายมี 6 รุ่นคือ <ul style="list-style-type: none"> รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 65 กิโลกรัม รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กิโลกรัม รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กิโลกรัม

รุ่นน้ำหนักไม่เกิน 80 กิโลกรัม

รุ่นน้ำหนักเกิน 80 กิโลกรัม

รุ่นมาสเตอร์อายุ 45 ปีขึ้นไป

6. การแข่งขัน Fitness Physique ชายรุ่นทั่วไป

7. การแข่งขัน Fitness Physique หญิงรุ่นทั่วไป

รางวัลสำหรับผู้ชนะการแข่งขันในแต่ละรุ่น

ชนะเลิศอันดับ 1 รางวัลสนับสนุนการฝึกซ้อม 10,000 บาท พร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

ชนะเลิศอันดับ 2 รางวัลสนับสนุนการฝึกซ้อม 8,000 บาท พร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

ชนะเลิศอันดับ 3 รางวัลสนับสนุนการฝึกซ้อม 6,000 บาท พร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

ชนะเลิศอันดับ 4 รางวัลสนับสนุนการฝึกซ้อม 4,000 บาท พร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

ชนะเลิศอันดับ 5 รางวัลสนับสนุนการฝึกซ้อม 2,000 บาท พร้อมถ้วยรางวัลและประกาศนียบัตร

คุณสมบัติผู้สมัครเข้าแข่งขัน

1. เป็นผู้ที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง และยินดีปฏิบัติตามกฎระเบียบกติกาการแข่งขันของคณะกรรมการจัดการแข่งขันได้
2. รับสมัครผู้เข้าแข่งขันทั้งคนไทยและคนต่างประเทศ
3. จำกัดสิทธิผู้เข้าร่วมแข่งขันเพียงท่านละหนึ่งประเภทของการแข่งขัน
4. สำหรับผู้เข้าแข่งขันประเภทเพาะกายชายและแอธเลติกฟิสิกต้องเตรียมเพลงสำหรับประกอบการโพส ซึ่งต้องมีความยาว 1 นาที มาได้(หากไม่มี คณะกรรมการจะเป็นผู้กำหนดเพลงกลางให้แทน)
5. จะต้องปฏิบัติตามมาตรการผ่อนปรนกิจกรรมด้านการกีฬาเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด -19 ของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย

เอกสารการสมัครเข้าร่วมการแข่งขัน

1. ใบสมัคร
2. สำเนาบัตรประชาชน หรือสำเนาหนังสือเดินทาง
3. เอกสารรับรองการได้รับวัคซีนป้องกันโรคโควิด 19
4. รูปถ่าย 2 นิ้ว

ส่งเอกสารที่

Google Form Link : <https://forms.gle/MvyFgMHarCwdKWx48>

***** หหมดเขตรับสมัคร วันที่ 19 ธันวาคม 2564 *****

กฎกติกาการแข่งขัน

การแข่งขันเพาะกายทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทย และสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

นักกีฬาชายใส่กางเกงเพาะกายสีดำ

นักกีฬาหญิงสวมใส่บิกินี 2 ชิ้นสีเข้ม ไม่สวมใส่เครื่องประดับ ไม่สวมรองเท้า

ประเภทแอโรบิคฟิสิกซ์ชายทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

นักกีฬาชายสวมกางเกงขาสั้น (trunks) สีดำพื้น ไม่มีลวดลาย มีความยาวจากขอบกางเกงด้านข้างถึงปลายขากางเกง ขนาดประมาณ 1 ฝ่ามือ(3-4นิ้ว) โดยจะต้องมีความกระชับและมีซับใน ไม่สวมใส่รองเท้า

ประเภทแอโรบิคฟิสิกซ์หญิงทุกรุ่น ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

นักกีฬาหญิงนักกีฬาจะสวมใส่ชุดบิกินี 2 ชิ้น สวมใส่รองเท้าส้นสูง ลักษณะของบิกินีที่ใช้เหมือนกับกีฬาเพาะกายหญิง แต่อาจมีการตกแต่งได้บ้างเล็กน้อยแต่ต้องไม่มากเกินไป

ประเภทโมเดลฟิสิกซ์หญิง ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

นักกีฬาหญิงใส่ชุดบิกินีสองชิ้นสีอิสระ สวมใส่เครื่องประดับได้ สวมรองเท้าส้นสูง

การแข่งขันสปอร์ตฟิสิกซ์ชาย ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

รอบคัดเลือก และรอบชิงชนะเลิศ ใส่กางเกงขาสั้นอิสระ (ชายทะเล) ความยาวประมาณเหนือหัวเข่า ไม่สวมเสื้อ ไม่สวมรองเท้า

ประเภทฟิตเนส ใช้กฎกติกาการแข่งขันของสมาคมกีฬาเพาะกายและฟิตเนสแห่งประเทศไทยและสหพันธ์กีฬาเพาะกายและฟิตเนสโลก (WBPF)

การแข่งขันฟิตเนสฟิสิกซ์ชาย

- รอบพิจารณาสรีระ นักกีฬาชายต้องสวมชุด Trunks (กางเกงแข่งขัน) ที่มีข้อกำหนดเหมือนกีฬาเพาะกายทุกประการ แต่ขอบกางเกงแข่งขันด้านข้างจะต้องมีความหนา 15 cm
- รอบแสดงท่าชุดประกอบเพลง ผู้แข่งขันจะเลือกเครื่องแต่งกายที่เหมาะสมกับรูปแบบของเพลงที่ใช้ในการแข่งขัน เสื้อที่ใส่อย่างน้อยต้องมีลักษณะเป็นเสื้อกล้าม ห้ามถอดเสื้อ

การแข่งขันพิตเนสฟิสิกหญิง

- รอบพิจารณาสร้ระ นักกีฬาหญิงจะสวมใส่ชุดบิกินี 2 ชั้น สวมใส่รองเท้าส้นสูง ใช้บิกินีหลากสีที่มีการตกแต่งได้ และสามารถใส่เครื่องประดับได้
- รอบแสดงท่าชุดประกอบเพลง ผู้แข่งขันจะเลือกเครื่องแต่งกายที่เหมาะสมกับรูปแบบของเพลงที่ใช้ในการแข่งขัน เสื้อที่ใสอย่างน้อยต้องมีลักษณะเป็นเสื้อกล้าม

หมายเหตุ

ชุดบิกินีที่ใช้ในการแข่งขันของนักกีฬาหญิงทุกประเภท จะต้องถูกต้องตามระเบียบของสมาคมเท่านั้น โดยบิกินีที่อ่อนล้างด้านหน้าและด้านหลังต้องปิดครึ่งหนึ่งของสะโพก และบิกินีที่อ่อนบนจะต้องดูกระชับปกปิดมิดชิด หากบิกินีที่สวมใส่ไม่ถูกต้องตามระเบียบ จะไม่ให้เข้าร่วมทำการแข่งขัน รองเท้าสวมใส่คัทชูหรือส้นสูงที่มีแผ่นปิดด้านหน้าและมีสายรัดส้นเท้า ความสูงของส้นรองเท้าด้านหน้าไม่เกิน 1 ซม. และความสูงของส้นรองเท้าด้านหลังไม่เกิน 10 ซม. ไม่อนุญาตให้ใช้รองเท้าส้นตึกหรือส้นเตารีด

ผลการตัดสินของคณะกรรมการจัดการแข่งขันถือเป็นที่สุดและเอกฉันท์

ปักข์ใต้

คลาสสิค

Thailand Southern Bodybuilding Championships

กำหนดการ

Thailand Southern Bodybuilding Championships 2021 "ปักข์ใต้คลาสสิค"

วันเสาร์ที่ 25 ธันวาคม พ.ศ. 2564

09.00 - 10.00 น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
10.00 - 10.30 น.	ประชุมชี้แจงกติกาแก่ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
10.30 - 12.00 น.	ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แบ่งรุ่นการแข่งขัน
12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
12.30 - 13.00 น.	เตรียมความพร้อมของผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
13.00 - 16.00 น.	รอบคัดเลือก แอธเลติกฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. แอธเลติกฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. แอธเลติกฟิสิกชายรุ่นความสูงเกิน 175 ซม. เพาะกายชายรุ่นมาสเตอร์อายุ 45 ปีขึ้นไป Fitness Physique ชาย รุ่นทั่วไป Fitness Physique หญิง รุ่นทั่วไป สปอร์ตฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. สปอร์ตฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. สปอร์ตฟิสิกชายรุ่นความสูงเกิน 175 ซม.
18.00 - 18.30 น.	พิธีเปิดการแข่งขัน
18.30 - 21.00 น.	รอบชิงชนะเลิศ แอธเลติกฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. แอธเลติกฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. แอธเลติกฟิสิกชายรุ่นความสูงเกิน 175 ซม. เพาะกายชายรุ่นมาสเตอร์อายุ 45 ปีขึ้นไป Fitness Physique ชาย รุ่นทั่วไป Fitness Physique หญิง รุ่นทั่วไป สปอร์ตฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 170 ซม. สปอร์ตฟิสิกชายรุ่นความสูงไม่เกิน 175 ซม. สปอร์ตฟิสิกชายรุ่นความสูงเกิน 175 ซม.

บักซั้ไต้

ตลลลลลลล

Thailand Southern Bodybuilding Championships

วันอาทิตย์ที่ 26 ธันวาคม พ.ศ. 2564

09.00 - 10.00 น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
10.00 - 10.30 น.	ประชุมชี้แจงกติกาแก่ผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
10.30 - 12.00 น.	ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แบ่งรุ่นการแข่งขัน
12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
12.30 - 13.00 น.	เตรียมความพร้อมของผู้เข้าร่วมการแข่งขัน
13.00 - 16.00 น.	รอบคัดเลือก

เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 65 กก.
เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กก.
เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กก.
เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 80 กก.
เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักเกิน 80 กก. ขึ้นไป
โมเดลฟิสคหญิงรุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม.
โมเดลฟิสคหญิงรุ่นความสูงไม่เกิน 164 ซม.
โมเดลฟิสคหญิงรุ่นความสูงเกิน 164 ซม.
แอธเลติกฟิสคหญิง รุ่นทั่วไป

18.00 - 21.00 น.	รอบชิงชนะเลิศ
	เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 65 กก. เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 70 กก. เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 75 กก. เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักไม่เกิน 80 กก. เพาะกายชายรุ่นน้ำหนักเกิน 80 กก. ขึ้นไป โมเดลฟิสคหญิงรุ่นความสูงไม่เกิน 160 ซม. โมเดลฟิสคหญิงรุ่นความสูงไม่เกิน 164 ซม. โมเดลฟิสคหญิงรุ่นความสูงเกิน 164 ซม. แอธเลติกฟิสคหญิง รุ่นทั่วไป