

## MAGYAR EGYETEMI-FŐISKOLAI ORSZÁGOS FITNESS ÉS TESTÉPÍTŐ BAJNOKSÁG

2026. október 17. Budapest

Verseny célja: A felsőoktatási intézmények női és férfi hallgatói részére versenyzési lehetőség biztosítása fitness és testépítő sportágban.

Helyszín: UP Rendezvénytér  
(1042 Budapest, Szent István tér 13-14.)

Időpont: 2026. október 17. 14:30 (Regisztráció: 13:00-13:30)

Kategóriák:

**Női Fitness** – max. 90 mp-es szabadon választott gyakorlat + testforduló (negyedfordulatok)

**Bikini Fitness** – szabályok címszó alatt

**Men's Physique** – szabályok címszó alatt

Nevezési határidő: 2026. október 09.

Előnevezés útján lehet a versenyen indulni.

A jelentkezést az [ifbbverseny@gmail.com](mailto:ifbbverseny@gmail.com) elektronikus levelezési címre kell elküldeni a következő adatok megadásával:

név, NEPTUN kód, születési dátum, intézmény adatok (név, kar), kategória

**Az eseményre való regisztráció alkalmával az eredményösszesítő táblázatban a név, intézmény, Neptun kód, születési dátum adatok is rögzítésre kerülnek. A rendező a fenti adatokat a versenyt követően az eredményösszesítő elektronikus excel fájlban megküldi a MEFS-nek. Nevezni a helyszínen is lehet, de a szervezők kérnek mindenkit, hogy előre jelezze indulási szándékát!**

### ADATKEZELÉS

A MEFOB-on való részvétellel a részvevő személyes adatait a MEFS számára adatkezelés céljából átadja, melyet a MEFS az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2016/679 rendelete alapján kezel. Az adatok kezelése kizárólag a versenyeredmények nyilvántartása miatt, speciális és jogos érdekből történik.

Nevezési díj:

Előnevezés esetén: 5.000 Ft

Helyszíni nevezés: 8.000 Ft

A nevezési díjat a helyszínen készpénzben kell befizetni.

A verseny résztvevői:

- A Magyar Egyetemi - Főiskolai Bajnokságok Versenykiírása 2022 szerint.  
<https://mefs.hu/spORTELET/versenysport/mefob/szervezoknek/altalanos-versenykiiras/>

Idézet a legfontosabb szabályokból:

1.2. A MEFS által meghirdetett hazai versenyeken a nemzeti felsőoktatásról szóló 2011. évi CCIV. törvény (Nftv.) mellékletében felsorolt felsőoktatási intézmények magyar és külföldi állampolgárságú hallgatói, továbbá azok a magyar állampolgárok, akik külföldi felsőoktatási intézményben rendelkeznek hallgatói jogviszonnyal, és külön kategóriaként (oktatói MEFOB) – főállású, részmunkaidős, az adott MEFOB idejében megbízással foglalkoztatott alkalmazottai, vendégoktatók, doktorjelöltek indulhatnak. A már végzett hallgatóknak az abszolutórium megszerzésének évében és az azt követő naptári évben van indulási jogosultságuk hallgatóként.

Igazolás

2.14.1. A sportolók indulási jogosultságát a Versenybíróság ellenőrzi. Ennek során a csapatvezetők (amennyiben nincs, akkor maguk a sportolók) – a nevezés alapján – diákigazolvánnyal/index-másolattal/felvételi értesítővel és személyi igazolvánnyal igazolják a részt vevő sportolók személyazonosságát és felsőoktatási státusát, továbbá

- amennyiben a sportági versenykiírásban szerepel, bemutatják az érvényes (sport)orvosi igazolást;
- igazolják a regisztrációs vagy nevezési díj befizetési kötelezettségek teljesítését.

2.14.2. Diákigazolvány hiányában hivatalos intézményi igazolást kell bemutatni a hallgatói jogviszonyról.

**FIGYELEM! A VERSENYEN DOPPING VIZSGÁLATOT TARTUNK!**  
Csak azok a hallgatók indulhatnak, akik aláírják a doping nyilatkozatot (megtalálható a [www.ifbb.hu](http://www.ifbb.hu) honlapon a „VERSENYEK” című alatt a „letölthető dokumentumok” között)!

TILOS a platform cipő viselete! Maximum 1 cm-es talprésszel rendelkező magassarkú cipőt fogadunk el!

TILOS az olyan önbarnító használata, ami nyomot hagy! Használata esetén a versenyző kizárásra kerül!

Díjazás:

- 1. hely: kupa, érem, oklevél
- 2-3. hely: érem, oklevél
- 4-hely: oklevél

Programtervezet, információk a [www.ifbb.hu](http://www.ifbb.hu) honlapon olvashatók hamarosan.

Információ:  
Vargha Viola  
MTFSZ főtitkár  
[ifbbverseny@gmail.com](mailto:ifbbverseny@gmail.com)  
+36 30 960 81 86

### **Bikini Fitness kategória szabályai**

#### Színpadon viselt öltözet:

- Illemnek, ízlésnek megfelelő bikinit kell viselniük a versenyzőknek (tanga viselése TILOS).
- A versenyzőknek magas sarkú cipőben kell a színpadra lépni, azonban a platform cipő használata TILOS! A lábbelinek a ruházat többi részéhez illeszkedni kell.
- A versenyzők ékszert, kiegészítőket (karkötő, fülbevaló) viselhetnek.
- Olaj, testápoló és önbarnító mértéktelen használata engedélyezett, de ezek eltúlzott használata esetén a versenyző lepontozásra kerül.

#### Versenylebonyolítása:

- A verseny egyfordulós
- A versenyzőknek egyesével kell bevonulni a színpadra és a színpad közepén, majd a jobb és bal oldalán tetszőleges fél-pihenő pózt kell bemutatni.
- A felsorakozás után 4 alapfordulat következik, amit a bírók értékelnek figyelembe véve a bevonulás közbeni mozgást is

#### Értékelés:

- Az elegáns, nőies, sportos megjelenés, jó kisugárzás, magabiztos színpadi mozgás, szép egészséges bőr előnyt jelentenek a versenyző számára.
- Fontos megjegyzés: mivel modell kategóriáról beszélünk, így a túl izmos test, erezettség lepontozásra kerül.

A Men's Physique kategóriában a férfiak kevésbé fejlett izomzattal, még atletikus és esztétikus fizikummal rendelkeznek.

Színpadon viselt öltözet:

A színpadon minden forduló során a versenyzők szőrfös, térdig érő bő nadrágot viselnek, amelynek a következő kritériumoknak kell megfelelnie:

1. Az anyagot és a színt a versenyző szabadon választhatja meg,
2. A nadrág nem lehet szűk, testhez simuló
3. A versenyző szponzorainak logója nem szerepelhet a nadrágon, ez alól kivételt képez a gyártó márkajelzése (pl. Nike, Adidas, Billabong).
4. A versenyzők mezítláb lépnek a színpadra.
5. Ékszer és bármilyen egyéb kiegészítő viselése nem megengedett, kivéve az eljegyzési gyűrűt.

A Versenyzők póló és ing nélkül, meztelen felsőtesttel, mezítláb lépnek a színpadra. A színpadon illetlen viselkedés nem megengedett.

A főbíró vezetésével a verseny az alábbiak szerint zajlik le:

1. A versenyzők egyesével lépnek a színpadra, ahol előre, a színpad közepére sétálnak. A versenyző elől a színpad közepén bemutatja a negyedfordulatokat. A negyedfordulatok bemutatása során a versenyző saját választása szerint kezét zsebre, vagy csípőjére teheti.
2. Amikor minden versenyző a színpadon bemutatta a negyedfordulatokat két egyenlő létszámú csoportban sorakoznak fel a színpad jobb és bal oldalán. A színpad közepe üresen marad az összevetések céljára.
3. A versenyzőket rajtszám szerinti sorrendben, maximum ötfős csoportokban a színpad közepére kell hívni, ahol bemutatják a negyedfordulatokat.

4. A versenyzők fenti csoportosításának, valamint a negyedfordulatok bemutatásának az a célja, hogy a bírónak segítséget, támpontot nyújtson abban, hogy mely versenyzőket kérjék összevetés céljából.
5. Minden egyéni összevetést a színpad közepén kell lefolytatni sorrendben, balról jobbra a főbíró utasításának megfelelően.
6. Az utolsó összevetést követően - a színpad elhagyása előtt - az egész mezőny felsorakozik egy vonalban, rajtszám szerinti sorrendben.

A bírók az alábbi szempontok szerint értékelik a versenyzőket:

**1. Izomtömeg / Izomzat és testfelépítés**

A bírók elsődlegesen a fizikum teljes férfias atletikus megjelenését értékelik. Az értékelést a fejtől kell kezdeni, majd lefele haladva a teljes testet figyelembe kell venni. Az értékelésnél első szempont a benyomás a fizikumról, figyelembe kell venni a bőr állapotát, a bőr tónusát, a hajviseletet és arcvonásokat. A bírónak az olyan versenyzőket kell előnyben részesíteniük, akikettek, megfelelő formával, szimmetrikus izomzattal és testfelépítéssel rendelkeznek. A bírónak az extrém, túlzott izomzattal rendelkező versenyzőt le kell pontozniuk.

**2. Színpadi megjelenés és személyiség**

A bírónak azt a versenyzőt kell előnyben részesíteniük, akinek a legjobb a színpadi megjelenése és pózolása, aki személyiségével sikeresen meg tudja győzni a közönséget és magabiztosan viselkedik a színpadon.

## N y i l a t k o z a t

### az IFBB/EBFF és a Magyar Fitness és Testépítő Szakszövetség (MTFSZ) versenyein részt vevő sportolók számára

Alulírott .....(születési hely, dátum: .....  
....., anyja neve: .....)  
..... sz. alatti lakos ezennel kijelentem, hogy az eseti, illetve  
rendszeres doppingvizsgálatokhoz hozzájárulok, ellenőrzésemben közreműködöm.

Kijelentem, hogy a versenyre felkészülés során nem használtam a WADA Dopping Ellenes Szabályzatában meghatározott Tiltott anyagok és módszerek listáján szereplő doppingszert, illetve doppingolási eljárást.

Ezennel kijelentem, hogy esetleges pozitív dopping teszt esetén a felelősség kizárólag engem terhel, a versenyt szervező IFBB/EBFF., a Magyar Fitness és Testépítő Szövetség, a verseny szervezői, szponzorai, edzőm és segítőm vétlenek az elkövetett vétségben.

Tudomásul veszem, hogy pozitív dopping teszt esetén elveszítem a versenyen nyert minden díjat, érmet, esetleges pénzdíjat.

Tudomásul veszem, hogy pozitív dopping teszt eljárást von maga után, tagsági viszonyomat az MTFSZ felfüggeszti, amelyet közzétesz.

Tudomásul veszem, hogy a pozitív dopping eredményem az MTFSZ jó hírnevét sérti, amelynek negatív anyagi következményei is lehetnek a szövetségre. Kötelezettséget vállalok arra, hogy pozitív dopping eredményt megállapító jogerős Nemzeti Doppingellenes Szervezet (HUNADO) Doppingbizottsági határozat vagy bírósági ítélet következményeként 500.000. Ft sérelemdíjat fizetek a Magyar Fitness és Testépítő Szövetségnek, a magatartásommal okozott hátrányok, sérelem reparálására, a határozat, illetve az ítélet jogerőre emelkedésétől számított 30 napon belül.

Kijelentem továbbá, hogy a doppingellenes tevékenység szabályairól szóló 363/2021. (VI.28.) Korm. rendelet 8. §-ában meghatározott eljárási költségeket az MTFSZ-től elmarasztaló határozat, illetőleg a Szövetséget kötelező döntés esetén átvállalom, illetve vállalok minden olyan költséget, amely az MTFSZ részéről az érintettségemmel lefolytatásra kerülő doppingeljárás vonatkozásában felmerül.

Alulírott kijelentem, hogy fenti nyilatkozatomat, tartalmát megértve, visszavonhatatlanul és önként tettem.

Budapest, 202....év..... hó.....nap

.....

#### Tanúk:

Név: .....

Név: .....

Szem. ig. sz: .....

Szem. ig. sz: .....

Lakcím: .....

Lakcím: .....

.....

.....