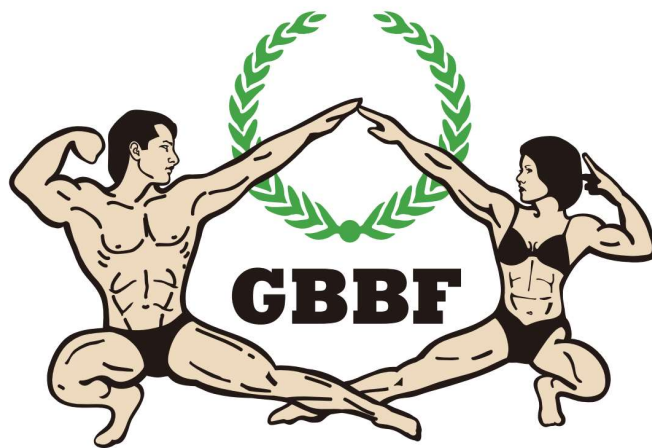


# 제17회 미스터 금오 대회 개 최 요 강

◆ 일시 : 2025년 10월 19일(일) 12:00  
(계측:10:00)

◆ 장소 : 송정맛길 메인무대 (광평천 5주차장)  
주소 : 구미시 송정동 505



## 구미시보디빌딩협회

## I. 대회개요

1. 대 회 명 : 제17회 MR,금오 대회
2. 일 자 : 2025년 10월 19일(일)
3. 장 소 : 송정맛길 광평천 5주차장 메인무대 (송정동 505)
4. 주 최 :  GUMI-SI SPORTS COUNCIL  
구미시체육회
5. 주 관 :  구미시보디빌딩협회
6. 후 원 :  경상북도 GYEONGSANGBUK-DO  
 경상북도의회 GYEONGSANGBUK-DO COUNCIL  
 구미시  
 구미시의회 GUMI CITY COUNCIL  

7. 참가인원 : 300명

## II. 대회일정

1. 계 측 : 2025. 10. 19. (일) 10:00
2. 본 선 : 2025. 10. 19. (일) 12:00

※개회식은 약식으로 진행 예정

## III. 참가자격

1. 본 협회 및 시군협회, 헬스클럽관장, 학교장 추천을 받은 자
2. 협회 징계·처벌을 받지 않은 자
3. 역대 미스터금오 그랑프리를 받지 않은 자

## IV. 참가신청

1. 마감일시 : 2025. 10. 13.(토) 18:00까지
2. 제 출 처 : (메일) cfamily0727@gmail.com  
(카톡) cfamily0727 친구추가 후 제출  
(문의전화) 윤찬우 전무이사 010-3546-8885  
최봉구 이사 010-5409-7000
3. 제출서류 : 참가신청서 1부, 개인정보이용동의서 1부
4. 참 가 비 : 단일종목 출전시 50,000원 (중복출전시 30,000원 추가)  
18세이하 30,000원

( 입금계좌 : 농협 741014-52-103963 김창환 )

※ 참가마감일 이후는 환불 불가.

※ 참가비는 대회운영과 관련된 비용으로만 사용됩니다.

## V. 경기종목

1. 18세이하 보디빌딩 (2체급) : - 6 5 kg급, + 6 5 kg급
2. 남자 일반부 보디빌딩 (6체급) : - 6 0 kg급, - 6 5 kg급, - 7 0 kg급  
- 7 5 kg급, - 8 0 kg급, + 8 0 kg급
3. 남자 클래식 보디빌딩 (3체급) : - 1 6 8 cm급, - 1 7 7 cm급, + 1 7 7 cm급

남자 클래식 보디빌딩 체급 및 체중제한		
신장	체중제한	예시
-168cm	[신장-100]+0kg	[165cm-100]+0kg=65kg까지, 65kg 초과하는 실격
-177cm	[신장-100]+5kg	[170cm-100]+5kg=77kg까지, 77kg 초과하는 실격
+177cm	[신장-100]+7kg	[180cm-100]+7kg=89kg까지, 89kg 초과하는 실격

4. 남자 피지크 (2체급) : - 1 7 5 cm급, + 1 7 5 cm급
5. 여자 비키니 (2체급) : - 1 6 3 cm급, + 1 6 3 cm급
6. 여자 레깅스 (2체급) : - 1 6 3 cm급, + 1 6 3 cm급

## VI. 시상

1. 각 체급 1, 2, 3위 (트로피, 상장) 4, 5, 6위 (메달, 상장)
2. Mr.금오 그랑프리 (트로피) : 일반부 보디빌딩 각 체급 1위 출전
3. Ms.금오 그랑프리 (트로피) : 비키니, 레깅스 각 체급 1위 출전 (통합)

## VII. 경기규정

1. 경기는 세계보디빌딩 피트니스연맹(INTERNATIONAL FEDERATION OF BODY-BUILDING&FITNESS)과 대한보디빌딩협회(KBBF) 경기규정에 의해 실시.
2. 기타 명문화되지 않은 사항은 대회본부의 결정에 따른다.
3. 포즈음악은 주최측에서 준비한 음악만을 사용한다.
4. 본 경기대회의 심판은 국제연맹(IFBB) 심판자격 유효자와 국내 1, 2급 심판자격 유효자로 구성되며, 체급별 심판배정은 당일 발표.
5. 경기당일 규정된(잔타나.하스터프)칼라크림, 프로탄만 사용가능합니다.  
(과도한 보습제 및 오일 사용불가)
6. 경기복

### ① 남자(18세이하, 일반부) 보디빌딩

- (a) 단색의 투명하지 않고 깔끔하며 단정한 경기복
- (b) 트렁크는 색상, 섬유, 질감 및 스타일은 선수들의 재량으로 선택할 수 있지만, 최소 대둔근의 3/4를 가려야하며, 전면은 덮어 가려져야 하고, 측면은 최소 5cm 이상의 폭 이어야 함. 트렁크 안에 패딩 넣는 것 금지

- (c) 결혼반지를 제외한 신발, 안경, 시계, 팔찌, 목걸이, 귀걸이, 가발, 산란한 장식, 인공 모조품을 착용할 수 없고, 임플란트 또는 액상주사를 사용하여 근육 또는 신체의 자연적인 형태를 변형하는 것은 엄격하게 금지되며 해당 선수는 실격
- (d) 예선 및 결선에서의 소품 사용 금지
- (e) 복장이 적합하지 않을 경우 실격처리 될 수도 있음

## ② 남자 클래식 보디빌딩

- (a) 단색의 투명하지 않고 깔끔하며 단정한 경기복
- (b) 트렁크는 색상, 섬유, 질감 및 스타일은 선수들의 재량으로 선택할 수 있지만, **최소 대둔근의 전체를 가려야하며**, 전면은 덮어 가려져야 하고, **측면은 최소 15cm이상의 폭** 이어야 함. 트렁크 안에 패딩 넣는 것 금지
- (c) 결혼반지를 제외한 신발, 안경, 시계, 팔찌, 목걸이, 귀걸이, 가발, 산란한 장식, 인공 모조품을 착용할 수 없고, 임플란트 또는 액상주사를 사용하여 근육 또는 신체의 자연적인 형태를 변형하는 것은 엄격하게 금지되며 해당 선수는 실격
- (d) 예선 및 결선에서의 소품 사용 금지
- (e) 복장이 적합하지 않을 경우 실격처리 될 수도 있음

## ③ 남자 피지코

- (a) 깔끔하고 단정한 투명하지 않은 느슨한 긴 반바지, 색상 및 섬유는 선수의 재량, 기하학적인 패턴은 가능하지만 문자가 새겨져 있거나 불룩한 장식은 불가, 반바지는 다리 위쪽을 다 덮어야 하며 슬개골 위쪽 부분 아래까지 내려와야 하고 트렁크 안쪽에 패드 사용하는 것 금지
- (b) 달라붙지 않는 신축성(라이크라)이 좋은 반바지
- (c) 결혼반지를 제외한 신발, 안경, 시계, 팔찌, 목걸이, 귀걸이, 가발, 산란한 장식, 인공 모조품 등 사용 금지하고 임플란트 또는 액상주사를 사용하여 근육 또는 신체의 자연적인 형태를 변형하는 것은 엄격하게 금지되며 해당 선수는 실격
- (d) 지워 질 수 있는 모든 태닝 로션 사용 금지(예선 24시간 전 사용한 인공착색이나 셀프 태닝 제품은 허용)하며, 태닝 로션의 일부 또는 별개로 사용되는 광택· 광채·윤이 나는 펄 및 황금빛 색의 사용 금지
- (e) 복장이 적합하지 않을 경우 실격처리 될 수 있음

④ 비키니 피트니스

- (a) 최소 둔부의 1/3 이상과 전면을 가리는 컬러 비키니(투명 비키니 금지)
- (b) 앞굽 두께 1cm 이하, 뒷굽 높이 12cm 이하(플랫폼하이힐 금지)의 하이힐
- (c) 헤어스타일 자유 선택
- (d) 결혼반지, 팔찌 및 귀걸이를 제외하고 신발, 안경, 시계, 가발, 산란한 장식, 인공 모조품을 착용할 수 없음
- (e) 복장이 적합하지 않을 경우 실격처리 될 수도 있음

⑤ 여자 레깅스핏

- (a) 상의 : 브라탑
- (b) 하의 : 레깅스
- (c) 신발 : 흰운동화 ( 굽 높이 제한없음 )
- (d) 결혼반지를 제외하고, 안경, 시계, 가발을 포함한 장신구는 착용 할 수 없음
- (e) 복장이 적합하지 않을 경우 실격처리 될 수도 있음

7. 선수 번호표

: 계측을 통과한 선수에 한하여 배부되며, 경기복 좌측에 부착

## VIII. 경기진행

1. 계측

① 출전선수 전원 신청체급으로만 계측 참여.

(계측시 공공기관이나 관공서에서 발행하는 사진이 첨부된 신분증 지참 할 것)

② 보디빌딩 월체시 한 체급의 월체만 인정 (두체급 이상 월체 및 하체급 불가)

③ 모든 종별, 체급별 참가 선수가 계측 후 3명 미만일 경우 체급을 통합하여 경기대회를 진행한다.(통합체급은 대회당일 계측 후 경기운영위원회에서 결정)

④ 참가 신청 후 계측 불참, 또는 월체로 인한 출전 불가시 참가 신청비 환불 불가

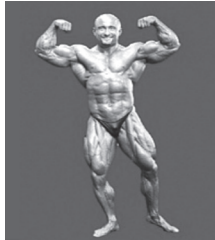
## 2. 경기진행방법

### ① 보디빌딩 (18세이하, 클래식, 일반부)

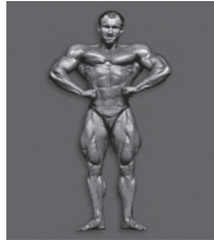
#### (a) 전원 동시 입장

(b) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)

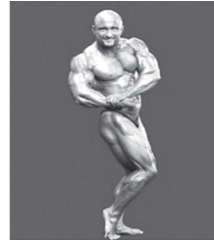
(c) 규정포즈 심사



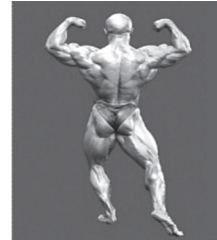
Front Double Biceps



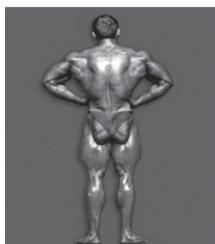
Front Lat Spread



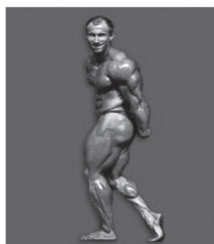
Side Chest



Back Double Biceps



Back Lat Spread



Side Triceps



Abdominals and Thighs

(d) 비교심사

(e) 포즈다운

### ② 남자 피지크

#### (a) 전원 동시 입장

(b) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)

(c) 쿼터 턴



Front position



Quarter Turn Right  
(left side)



Quarter Turn Back



Quarter Turn Right  
(right side)

(d) 비교심사

### ③ 여자 비키니, 레깅스 핏

(a) I-워킹 (개별 무대 입장)

(b) 라인-업에서의 프론트 포지션 (자연미 심사)

(c) 쿼터 턴



Front Position



Quarter turn right  
(left side to the judges)



Quarter turn back



Quarter turn right  
(right side to the judges)

(d) 비교심사

## IX. 기타사항

1. 참가신청 마감기일을 엄수 할 것

2. 미비된 서류는 참가신청을 접수치 않음

(서류미비로 인하여 선수에게 불이익이 초래되지 않도록 각별히 주의 바랍니다)

3. 기타 자세한 문의사항은 구미시보디빌딩협회로 연락 바랍니다.

전무이사 윤찬우 010-3546-8885, 최봉구 이사 010-5409-7000



★ 주차장 안내도 ★



대회장 : 구미 현대안과(경북 구미시 신시로14길 4) 뒤편 광평천 주차장