



Regulamento interno da FLCF/IFBB

1. Quotas e Sócio

- a) O valor das quotas é de 30€ para Sócios Individuais e de 50€ para Sócios Colectivos, (Empresas ou Clubes).
- b) As Quotas devem ser pagas até ao final do mês de Fevereiro de cada ano.
- c) É obrigatório pagar as quotas todos os anos, independentemente do Sócio competir ou não.
- d) Os Sócios que por qualquer motivo, não queiram continuar ligados à FLCF, devem informar a direcção por escrito, se não o fizerem, as quotas não pagas, vão-se acumulando como dívida.
- e) Todos os Sócios tem a obrigação de conhecer e concordar com este regulamento, bem como os regulamentos competitivos das Modalidades em que pretendam participar.
- f) Os Sócios que participem em actos ou eventos públicos, ou que se venham a tornar públicos, que ponham em causa o bom-nome da: FLCF, IFBB, ou qualquer das Modalidades Desportivas das que representamos, serão de imediato impedidos de participarem em qualquer actividade desta Federação, podendo inclusivamente serem afastado definitivamente se a gravidade dos seus actos assim o justificar.

2. Atletas de Competição

- a) O Competidores da FLCF, só podem participar em competições organizadas ou aprovadas pela FLCF/IFBB.
- b) Os Competidores que participem em qualquer evento sem autorização da FLCF, são imediatamente suspensos de todas as Competições Internacionais, bem como, de todas as competições organizadas pela FLCF que incluam prémio monetário.
- c) Os Campeões Nacionais, de cada ano, ficam automaticamente seleccionados para o ano seguinte e ao mesmo tempo impedidos de participar nos regionais.
- d) Todos os atletas que queiram participar no Campeonato Nacional, tem que participar primeiro no regional da sua zona, com a excepção dos Campeões do ano anterior, ou de algum Atleta previamente seleccionado para um campeonato internacional.
- e) A selecção dos atletas para as competições internacionais, será feita no final de cada ano, pela direcção da FLCF, por sugestão do Conselho de Arbitragem. Os atletas que consigam patrocínio para se deslocarem a competições internacionais, devem informar a FLCF, caso a sua condição física se encontre em parâmetros razoáveis, poderá ser incluído na Selecção Nacional.
- f) Para poder participar em competições organizadas pela FLCF, o Atleta deverá ser Sócio da FLCF, com a quota em dia.



3. Juízes Árbitros de Culturismo e Fitness.

- a) Todos os Juízes Árbitros devem, participar no curso de reciclagem anual, promovido pela FLCF.
- b) Os Juízes que não participarem nos Cursos de reciclagem, não serão convocados para ajuizar as Competições desse ano.

4. Competições:

- a) A zona de aquecimento das competições (bastidores) é reservada exclusivamente para pessoas autorizadas pela FLCF.
- b) Cada Atleta só pode ser acompanhado por um delegado.
- c) Os delegados dos Atletas têm que ser Sócios da FLCF, com as quotas em dia.
- d) Os Sócios da FLCF, mesmo com as quotas em dia, se não estiverem a participar na competição não podem aceder aos bastidores sem autorização de um director da FLCF.
- e) Os Fotógrafos e Jornalistas que pretendam ter acesso aos bastidores da Prova devem manifestar esse desejo por escrito junto da FLCF, com uma antecedência mínima de 15 dias.

5. Publicidade:

- a) Toda a publicidade dentro do recinto da Competição deve ser autorizada pela FLCF, caso contrario será retirada logo que detectada.
- b) Os Atletas que tenham patrocinadores, ou queiram mencionar o nome do Ginásio onde treinam, devem informar os mesmos que se devem tornar sócios da FLCF, caso contrario estes não serão divulgados.
- c) Os patrocinadores que se disponibilizem para financiar a participação de Atletas em competições internacionais, terão assegurado, Publicidade gratuita em todas as competições Nacionais do ano em questão.

6. Inscrições em Competições.

- a) As inscrições para competições, devem ser feitas com pelo menos um mês de antecedência.
- b) As inscrições feitas a menos de 3 semanas da prova, pagam 10€ de taxa de inscrição, além da devida quota anual.
- c) Uma semana antes da data do evento encerram as inscrições, a partir desta data não é possível inscrever mais Atletas.
- d) Os Atletas que não tenham as quotas pagas com a antecedência mínima de uma semana da Competição, ficam automaticamente eliminados da mesma.