PORPROV VII
BANTEN 2026

TANGSEL BANTEN

TECHNICAL HANDBOOK

PORPROV VII
KOTA TANGERANG SELATAN
2026

CABANG OLAHRAGA
BINARAGA



KATA PENGANTAR

KETUA UMUM PENGURUS BESAR
PEKAN OLAHRAGA PROVINSI VII BANTEN TAHUN 2026

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Salam Sejahtera untuk Kita Semua,
Salam Olahraga!



Puji dan syukur marilah kita panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia -Nya, *Technical Handbook* (Buku Panduan Teknis) Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) VII Banten Tahun 2026 ini dapat diselesaikan dan diterbitkan dengan baik.

Technical Handbook ini disusun sebagai pedoman resmi teknis pelaksanaan seluruh cabang olahraga yang dipertandingkan pada PORPROV VII Banten 2026. Keberadaan buku panduan ini sangat krusial untuk menjamin kelancaran, ketertiban, keabsahan, serta transparansi operasional pertandingan/perlombaan, mulai dari tahap persiapan, babak kualifikasi, hingga babak final.

Melalui penyelenggaraan PORPROV VII Banten 2026, kita mengusung semangat sportivitas, persaudaraan, dan peningkatan prestasi olahraga di Provinsi Banten. Oleh karena itu, diharapkan seluruh kontingen —terdiri dari para atlet, pelatih, official, serta perangkat pertandingan (*technical delegate* dan wasit/juri)—dapat memahami, menaati, serta menjalankan seluruh aturan dan ketentuan yang tertuang dalam *Technical Handbook* ini.

Kami mengucapkan terima kasih dan apresiasi yang setinggi -tingginya kepada tim penyusun, Panitia Pelaksana, Pengurus Provinsi Cabang Olahraga, Pengurus KONI Banten, serta seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi pemikiran dan kerja kerasnya demi terwujudnya buku panduan ini.

Semoga *Technical Handbook* ini memberikan manfaat maksimal dan menjadi acuan utama demi tercapainya sukses penyelenggaraan, sukses prestasi, dan sukses administrasi PORPROV VII Banten Tahun 2026.

Selamat bertanding, junjung tinggi fair play, dan mari bersama -sama kita cetak atlet -atlet Banten berprestasi menuju level nasional maupun internasional!

Wabillahi Taufiq Wal Hidayah,
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Tangerang Selatan, September 2026
Pengurus Besar PORPROV VII Banten 2026

H. Pilar Saga Ichsan, S.T., M.ARS
Ketua Umum



PERKUMPULAN BINARAGA FITNES INDONESIA
P B F I
PENGURUS KOTA TANGERANG SELATAN
Sekretariat : Jl. Raya Serpong, Kp. Priyang Pondok Jagung, Gg.Nyi Melati RT. 010 /RW. 08
Kec. Serpong Utara - Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten Hp. 0813 1800 8375

KATA PENGANTAR

Salam Olahraga....

Menggunakan Rule of the Games **WBPF (*World Bodybuilding and Physique Sports Federation*)** sebagai buku pedoman yang memuat hal–hal yang berkaitan dengan teknis pelaksanaan pertandingan / perlombaan yang di kolaborasikan dengan kultur dan kondisi yang ada di Indonesia, baik yang bersifat umum maupun yang bersifat khusus sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semoga panduan teknis (Technical Handbook) PEKAN OLAHRAGA PROVINSI VII BANTEN Cabang olahraga Binaraga Tahun 2026 dapat menjadi pegangan dan acuan bagi para kontingen / peserta, sehingga pelaksanaan pertandingan / perlombaan dapat berlangsung dengan lancar dan tertib.

Sekian dan terimakasih.

Pengurus
PBFI KOTA TANGSEL

FIRMANTO
(Ketua)

PERKUMPULAN BINARAGA FITNES INDONESIA
P B F I
PENGURUS KOTA TANGERANG SELATAN
Sekretariat : Jl. Raya Serpong, Kp. Priyang Pondok Jagung, Gg.Nyi Melati RT. 010 /RW. 08
Kec. Serpong Utara - Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten Hp. 0813 1800 8375

1. **Tahapan Pendaftaran**

a) Pendaftaran awal
Pendaftaran nama-nama atlet pada nomor pertandingan/perlombaan yang diikuti (Entry by name) dilaksanakan pada tanggal : 22 November 2026, Teras Kota Mall

2. **Tahapan Akreditasi**
Akreditasi kontingen peserta diverifikasi oleh praktisi binaraga yang berkompeten baik secara nasional maupun internasional, atlet yang telah mendapatkan akreditasi berhak untuk mendapatkan ID Card sebagai tanda keikutsertaan Pekan Olahraga Provinsi VII Banten cabang olahraga Binaraga tahun 2026

3. **Akomodasi**
Layanan akomodasi menjadi beban/tanggung jawab penuh masing-masing Kontingen, Panitia hanya memberikan Informasi.referensi akomodasi yang representative dekat dengan venue.

4. **Konsumsi**
Konsumsi menjadi tanggung jawab masing-masing Kontingen , Panitia hanya memberikan informasi / referensi tentang tempat penjualan makanan yang representative.

5. **Transportasi**
Transportasi Peserta dari akomodasi – Venue Pertandingan menjadi tanggung jawab masing-masing Kontingen.

6. **Layanan Kesehatan**
Kesehatan hanya ada pada saat pertandingan dan bersifat pemeriksaan umum

7. **Keamanan**
Panitia menyiapkan keamananan diarena pertandingan

PERKUMPULAN BINARAGA FITNES INDONESIA
P B F I
PENGURUS KOTA TANGERANG SELATAN
Sekretariat : Jl. Raya Serpong, Kp. Priyang Pondok Jagung, Gg.Nyi Melati RT. 010 /RW. 08
Kec. Serpong Utara - Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten Hp. 0813 1800 8375

8. **Panitia Pelaksana**

   Terlampir

a) Pertandingan/ Perlombaan dan Technical Meeting

   Hari/ Tanggal : Sabtu, 22 November 2026

   Waktu : 08.00 WIB s/d Selesai

   Tempat : Teras Kota Mall, Serpong - Kota Tangerang Selatan

10. **Nomor yang dipertandingkan di Porprov Banten :**

a) **BINARAGA :**

- Kelas 55 Kg
- Kelas 60 Kg
- Kelas 65 Kg
- Kelas 70 Kg
- Kelas 75 Kg
- Kelas 80 Kg

b) **KELAS BODY FITNESS** :

- Men's Physique
- Men's Sport

c) **Untuk Medali masing - masing kelas 8 Nomor** :

- Emas (8)
- Perak (8)
- Perunggu (8)



PERKUMPULAN BINARAGA FITNES INDONESIA
P B F I
PENGURUS KOTA TANGERANG SELATAN
Sekretariat : Jl. Raya Serpong, Kp. Priyang Pondok Jagung, Gg.Nyi Melati RT. 010 /RW. 08
Kec. Serpong Utara - Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten Hp. 0813 1800 8375

11. Ketentuan Peserta

a) Ketentuan Umum

1. Peserta adalah yang telah dinyatakan lolos oleh TIM TEKNIS (Binpres) berdasarkan Proses seleksi Administrasi Atlet;
2. Peserta adalah yang telah memiliki KTP Provinsi Banten;
3. Peserta adalah atlet yang didaftarkan oleh masing-masing KONI Kota/kabupaten;
4. Peserta tidak dalam hukuman terkait doping;
5. Peserta tidak dalam Proses permasalahan hukum atau lembaga hukum olahraga manapun;
6. Peserta tidak melanggar ketentuan-ketentuan teknis hasil Rapat Kerja PBFI Provinsi Banten.

b) Ketentuan Khusus

1. Setiap atlet wajib direkomendasikan secara tertulis oleh ketua pengcab PBFI untuk mengikuti pertandingan (*bermaterai dan stempel basah*);
2. Setiap atlet wajib menunjukan Surat Keterangan Kelakuan Baik dari Kepolisian tingkat Kota/ Kabupaten;
3. Peserta wajib berstatus Atlet Banten dan mempunyai rekomendasi dari Ketua PBFI Kab / Kota masing - masing.

12. Ketentuan Pelatih

a) Pelatih dan Asisten Pelatih PBFI wajib memiliki kemampuan melatih dan memiliki Sertifikat Kepelatihan yang dikeluarkan baik oleh tingkat Nasional maupun resmi dari PBFI;

b) Hanya pelatih yang berada di bawah naungan induk organisasi resmi cabor (PBFI) yang diakui dan sah untuk melatih atlet, baik untuk program daerah (Pengprov/Pengkab) hingga tingkat nasional;

c) Seorang pelatih wajib tunduk pada seluruh peraturan organisasi PBFI, mengacu pada ketentuan perlombaan **ABBF (Asian BodyBuilding Federation)**, serta wajib mendampingi dan mengarahkan atlet pada saat kompetisi seperti Porprov.

PERKUMPULAN BINARAGA FITNES INDONESIA
P B F I
PENGURUS KOTA TANGERANG SELATAN
Sekretariat : Jl. Raya Serpong, Kp. Priyang Pondok Jagung, Gg.Nyi Melati RT. 010 /RW. 08
Kec. Serpong Utara - Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten Hp. 0813 1800 8375

13. Ketentuan Juri

a) Juri terdiri dari 4 juri dan 1 dewan juri pemutus

b) Juri yang bertugas harus mengantongi lisensi tinggi yang masih aktif (minimal Nasional A) untuk menjaga objektivitas dan kredibilitas kejuaraan;

c) Pelatih atlet dilarang keras merangkap tugas sebagai juri di kejuaraan manapun untuk menghindari konflik kepentingan;

d) Penilaian juri terdiri dari :

- Massa Otot (*Muscularity / Mass*)
- Simetri dan Proporsi Tubuh (*Symmetry & Proportion*)
- Definisi Otot dan Kekeringan (*Conditioning & Sharpness*)
- Presentasi Panggung dan Pose Wajib (*Stage Presentation & Posing*)

14. Peraturan Pertandingan

a) Babak Penyisihan (*Prejudging*): Musik pengiring untuk atlet saat melakukan pose ditentukan langsung oleh pihak panitia;

b) Babak Final: Atlet wajib membawa musik pengiring sendiri dalam bentuk flashdisk yang telah diberi label nama, kelas, dan daerah asal. Musik tidak diperkenankan mengandung unsur SARA, kata-kata kasar, maupun vulgar;

c) Pemanggilan atlet / peserta hanya dilakukan 3 (tiga) kali oleh MC, bilamana diabaikan, maka dinyatakan gugur.

15. Perlengkapan dan persiapan Pertandingan

a) Celana Pose (Posing Trunks): Untuk kategori binaraga pria, celana harus berwarna gelap atau hitam polos, dan harus sesuai dengan standar kesopanan PBFI/WBPF. Tidak diperkenankan memakai ornamen berlebihan;

b) Pewarna Kulit (Tanning & Body Color): Sangat krusial untuk kompetisi binaraga agar definisi otot terlihat jelas di bawah pencahayaan panggung;

c) Nomor Dada: Diberikan oleh panitia saat pendaftaran ulang (*technical meeting*), biasanya disematkan di sisi kiri celana pose;



PERKUMPULAN BINARAGA FITNES INDONESIA
P B F I
PENGURUS KOTA TANGERANG SELATAN
Sekretariat : Jl. Raya Serpong, Kp. Priyang Pondok Jagung, Gg.Nyi Melati RT. 010 /RW. 08
Kec. Serpong Utara - Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten Hp. 0813 1800 8375

d) Perlengkapan pertandingan ditanggung oleh masing - masing Pengcab seperti:
   - Posing Trunks
   - Celana Pantai
   - Tanning Lotion/ Protan

e) Panitia penyelenggara tidak memberikan perlengkapan pertandingan;

f) Atlet/ Peserta wajib melakukan timbang badan.

16. MC Panggung

MC. Panggung yang mengatur jalan petandingan hingga acara final dan penutup

17. Penutup

Hal-hal yang belum diatur dalam Peraturan Khusus Pertandingan/Perlombaan ini akan diatur tersendiri oleh panitia pelaksana Peraturan Khusus Pertandingan/ Perlombaan ini berlaku selama berlangsungnya penyelenggaraan PORPROV VII Binaraga Tahun 2026.

LEMBAR PENGESAHAN
BUKU TECHNICAL HANDBOOK
CABANG OLAHRAGA ..PBFI/Binaraga.
PEKAN OLAHRAGA PROVINSI BANTEN KE-VII
TAHUN 2026 DI KOTA TANGERANG SELATAN

Buku Technical Handbook Cabang Olahraga PBFI ..... .Pekan Olahraga Provinsi Banten Ke VII Tahun 2026 di Kota Tangerang Selatan ini disusun sebagai pedoman pelaksanaan pertandingan Cabang Olahraga PBFI ..... dalam rangka Pekan Olahraga Provinsi Banten Ke VII Tahun 2026.

Technical Handbook ini menjadi acuan bagi seluruh pihak yang terlibat dalam penyelenggaraan pertandingan, meliputi panitia pelaksana, technical delegate, perangkat pertandingan, kontingen, atlet, pelatih, ofisial, serta pihak terkait lainnya.

Dengan ini, Technical Handbook Cabang Olahraga .....PBFI disahkan untuk dipergunakan sebagai pedoman resmi dalam pelaksanaan pertandingan pada Pekan Olahraga Provinsi Banten Ke-VII Tahun 2026 di Kota Tangerang Selatan.

Ditetapkan di : Tangerang Selatan

Tanggal : ..... September 2026

MENGETAHUI DAN MENGESAHKAN

Panitia pelaksana/cabor
Pekan Olahraga Provinsi Banten Ke VII

(.....ADI FATHA.....)

Cabang Olahraga

Technical delegate

(.....FIRMAN.....)

Ketua

MENGETAHUI

(.....Rd. FIRU, ST.....)

Ketua Bidang Pertandingan
PB PORPROV VII Banten 2026



PORPROV VII
BANTEN 2026



TANGERANG SELATAN, 15 - 23 NOVEMBER 2026