

# Технические Правила

## ДИСЦИПЛИНА: АКРОБАТИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

### ХАРАКТЕРИСТИКИ И ДВИЖЕНИЯ

#### АКРОБАТИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

**Характеристика движений:** В акробатическом танце должно быть использовано большое количество акробатических элементов (стойки ногами вверх, седы, положения лёжа, упоры, мосты, равновесия, шпагаты, перекаты, кувырки, неполные и полные перевороты, сальто, см. «Буклет акробатики МАРКС»), а также прыжки, поддержки, вращения. Все вышеперечисленные элементы должны быть гармонично связаны с танцевальными движениями в композиции. В независимости от используемой техники акцент делается на силу, широту и легкость движений.

**Запрещается строить танец на основе базовых элементов аэробики, спортивного рок-н-ролла и спортивного диско.**

#### **ВНИМАНИЕ!!!**

Если участник (СОЛО, ДУЭТ/ПАРА, ТРИО, МАЛАЯ ГРУППА, ФОРМЕЙШН, ПРОДАКШН) использует в своей композиции какую-либо технику танца из перечисленных выше, а также исполняет **ЗАПРЕЩЁННЫЕ акробатические элементы, броски, пирамиды, поддержки**, то участник получает **ПОСЛЕДНЕЕ** место.

Количественный состав	Фонограмма	Длительность выступления	Акробатические и гимнастические элементы	Поддержки, подъёмы, броски, пирамиды	Использование сценических декораций, аксессуаров и реквизита
<b>СОЛО</b>	Своя музыка любого жанра	до 2 минут	ОГРАНИЧЕНЫ*		РАЗРЕШЕНО**
<b>ДУЭТ/ПАРА</b>	Своя музыка любого жанра	до 2 минут	ОГРАНИЧЕНЫ*	ОГРАНИЧЕНЫ*	РАЗРЕШЕНО**
<b>ТРИО</b>	Своя музыка любого жанра	до 3 минут	ОГРАНИЧЕНЫ*	ОГРАНИЧЕНЫ*	РАЗРЕШЕНО**
<b>МАЛАЯ ГРУППА</b> от четырёх (4) до семи (7) танцоров	Своя музыка любого жанра	до 3 минут	ОГРАНИЧЕНЫ*	ОГРАНИЧЕНЫ*	РАЗРЕШЕНО**
<b>ФОРМЕЙШН</b> от восьми (8) до двадцати четырех (24) танцоров	Своя музыка Любого жанра	до 5 минут	ОГРАНИЧЕНЫ*	ОГРАНИЧЕНЫ*	РАЗРЕШЕНО**
<b>ПРОДАКШН</b> двадцать пять (25) и более танцоров	Своя музыка любого жанра	до 5 минут	ОГРАНИЧЕНЫ*	ОГРАНИЧЕНЫ*	РАЗРЕШЕНО**

**\* В целях безопасности во всех возрастных категориях запрещается:**

- выполнять поддержки на высоте выше роста танцоров, а также броски из рук других танцоров (кроме категории Взрослые);
- приземляться на колени, живот и спину из прыжка;
- начинать выполнение акробатического элемента в полете;
- повторять акробатический элемент более 3 раз (допускаются вариации элементов, например, кувырок, кувырок через одну руку, кувырок через локоть и т.д.);
- выполнять элементы стоя на голове.

**Поддержки, пирамиды, броски:**

**Поддержки** - разрешены в категориях Юниоры и Взрослые.

**Пирамиды.** Выполнение пирамид разрешается в категориях Юниоры и Взрослые.

Пирамида представляет собой элемент художественной, силовой и пластической акробатики.

Пирамида – это групповая позиция, при которой участники, поддерживая друг друга, строят сложные фигуры. При выполнении пирамиды построенную фигуру необходимо зафиксировать на 3-5 секунд. В категории Юниоры построение высоких пирамид без страховки запрещено.

Броски из рук в руки партнёров разрешены **ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО** в категории Взрослые.

Особо оцениваются: музыкальность, разнообразие акробатических элементов, сам танец, оригинальность композиции, а также общее впечатление от танца – то, насколько гармонично идея, музыка, хореография и акробатические элементы сочетаются между собой

\*\* Не обязательно. Декорации не ограничены в размерах.

Танцоры обязаны **САМОСТОЯТЕЛЬНО** устанавливать декорации на сцене (10 секунд для того, чтобы вынести декорации на сцену и 10 секунд для того, чтобы убрать их со сцены), возможна дополнительная помощь одного/двух человек при уходе со сцены.