

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. начальника управления
физической культуры
и спорта
Липецкой области

Н. Г. Колосникова

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор
Государственного
бюджетного учреждения
Липецкой области «Центр
спортивной подготовки»

С.Н. Меревденцев

**СОГЛАСОВАНО:**

Президент Липецкой
областной федерации
фитнес-аэробики

Е.Ю. Пономарева

**ПОЛОЖЕНИЕ**

о проведении чемпионата и первенства Липецкой области
по фитнес-аэробике

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования проводятся с целью популяризации различных направлений фитнес аэробики, совершенствования мастерства участников, пропаганды здорового образа жизни, привлечения к занятиям широких слоев населения, выявления сильнейших команд для формирования сборной Липецкой области.

Во время проведения чемпионата и первенства Липецкой области по фитнес-аэробике пройдет Фестиваль «FIT-life» и соревнования по «Фитнес Трофи».

СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 2 марта 2019 года в МАУ МСОК "Атлант"
(Липецкая область, Липецкий район, деревня Копцевы Хутора,
улица Котовского, дом 6а).

Регистрация участников с 10.00 ч. в холле комплекса. Начало соревнований
в 11.00 ч.

**РУКОВОДСТВО ПОДГОТОВКОЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ
СОРЕВНОВАНИЙ**

Общее руководство подготовкой и проведением фестиваля осуществляет
ГБУ ЛО ЦСП

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Липецкую
областную федерацию фитнес-аэробики и судейскую коллегию, утвержденную
Липецкой областной федерацией фитнес-аэробики.

ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ

Расходы по организации и проведению соревнований: оплата
обслуживающего персонала и судейской бригады, расходы на услуги по
предоставлению спортзала, по оформлению спортзала, церемонии открытия и
закрытия мероприятия, показательные выступления, канцелярские товары,
награждение победителей – за счет средств ГБУ ЛО ЦСП.

Расходы по командированию команд-участниц соревнований несут
командирующие организации.

УЧАСТНИКИ

Для участия в соревнованиях приглашаются команды фитнес-аэробики городов, районов, спортклубов, учебных заведений и др.

1. Соревнования по фитнес-аэробике проводятся в спортивных дисциплинах, в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта: «аэробика», «степ-аэробика», «хип-хоп», «аэробика (5 человек)», «хип-хоп - большая группа» (МЕГАКРЮ).

1.1. В дисциплине «аэробика» соревнуются группы в количестве 6-7 человек.

В дисциплине «степ-аэробика» соревнуются группы в количестве 5-7 человек.

В дисциплине «аэробика (5 человек)» соревнуются группы по 5 человек.

В дисциплине «хип-хоп» соревнуются группы в количестве 5-9 человек.

В дисциплине «хип-хоп - большая группа» соревнуются группы в количестве 12-25 человек.

1.2. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены следующих возрастных категорий:

в дисциплине «аэробика»:

- мужчины, женщины 17 лет и старше (для группы из 6 человек, одному из спортсменов может быть 15 или 16 лет / для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть 15 или 16 лет);

- юниоры, юниорки, 14-16 лет (для группы из 6 человек, одному из спортсменов может быть или 12 лет, или 13 лет, или 17 лет / для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть или 12 лет, или 13 лет, или 17 лет);

- юноши, девушки, 11-13 лет (для группы из 6 человек, одному из спортсменов может быть или 9 лет, или 10 лет, или 14 лет / для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть или 9 лет, или 10 лет, или 14 лет);

в дисциплине «степ-аэробика»:

- мужчины, женщины 17 лет и старше (для группы из 5-6 человек, одному из спортсменов может быть 15 или 16 лет / для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть 15 или 16 лет);

- юниоры, юниорки, 14-16 лет (для группы из 5-6 человек, одному из спортсменов может быть или 12 лет, или 13 лет, или 17 лет / для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть или 12 лет, или 13 лет, или 17 лет);

- юноши, девушки, 11-13 лет (для группы из 5-6 человек, одному из спортсменов может быть или 9 лет, или 10 лет, или 14 лет / для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть или 9 лет, или 10 лет, или 14 лет);

в дисциплине «хип-хоп»:

- мужчины, женщины 17 лет и старше (для группы из 5-9 человек, одному спортсмену может быть 16 лет);

- юниоры, юниорки, 12-18 лет;

- юноши, девушки, 7-13 лет;

в дисциплинах «аэробика (5 человек)»:

- мужчины, женщины 17 лет и старше (для группы из 5 человек, одному из спортсменов может быть 15 или 16 лет);

- юниоры, юниорки, 14-16 лет (для группы из 5 человек, одному из спортсменов может быть или 12 лет, или 13 лет, или 17 лет);

- юноши, девушки, 11-13 лет (для группы из 5 человек, одному из спортсменов может быть или 9 лет, или 10 лет, или 14 лет);

в дисциплине «хип-хоп — большая группа»:

- мужчины, женщины 12 лет и старше.

1.3. Допускаются участие не более 2 (двух) одних и тех же спортсменов команд как в дисциплине «аэробика», так и в дисциплине «аэробика (5 человек)» в той же возрастной категории на протяжении одних и тех же соревнований.

1.4. Каждый спортсмен может участвовать в двух дисциплинах, в своей возрастной категории. В рамках одной спортивной дисциплины каждый спортсмен может участвовать только в одной группе и только в одной возрастной категории.

1.5. В течение соревнований, начиная с отборочного тура, возможно заменить только 2-х участников группы (для дисциплины «хип-хоп - большая группа» – 4-х участников), но любая замена может быть произведена только с официального согласия Главного судьи.

1.6. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения соревнований.

1.7. Команды соревнуются в своих возрастных категориях, т.е. кадеты не могут соревноваться с юниорами, а юниоры со взрослыми.

Настоятельно рекомендуем, чтобы один и тот же спортсмен не выступал более 4-х раз во время соревнований. Организаторы соревнований не несут ответственности за индивидуальное расписание выступлений спортсменов, которые участвуют в нескольких дисциплинах. Пожалуйста, заранее оценивайте физические возможности и состояние здоровья спортсменов, если вы хотите участвовать в нескольких дисциплинах.

КОСТЮМ ДЛЯ ВЫСТУПЛЕНИЯ

2.1. Спортсмены должны быть одеты в костюмы, соответствующие дисциплине.

2.2. Размер логотипа спонсора на костюме максимум - 5 см x 10 см.

2.3. Разрешены эластичные фиксирующие повязки (наколенники, медицинские тейпы, пластиры и т.п.)

2.4. Костюм для дисциплин «аэробика», «аэробика (5 человек)», «степ-аэробика»:

- обтягивающий комбинезон;

- обтягивающий костюм из двух частей: топ и брюки (велосипедные брюки, легинсы);

- специальная обувь для аэробики или кроссовки;

- аксессуары: колготки, высокие носки, напульсники, пояса.

2.5. Костюм для дисциплин «хип-хоп» и «хип-хоп - большая группа»:

- нижняя часть: брюки, шорты, бриджи, юбки (только для женщин);

- верхняя часть: рубашки, футболки, кофты, свитера, пиджаки, жилеты, топы (только для женщин);

- обувь: кроссовки, кеды;

- аксессуары: кепки, шляпы, напульсники, пояса, очки.

НЕПРИЕМЛЕМЫЙ КОСТЮМ ДЛЯ ВЫСТУПЛЕНИЯ

3.1. Неприемлемым костюмом считается, костюм, если он не соответствует следующим требованиям:

- вырез на груди до середины грудной кости, рубашка у мужчин может быть расстегнута не более чем до середины грудной кости;
- вырез на спине до линии талии.

3.2. Запрещается:

- костюмы, ассоциирующиеся с нижним бельем или купальным костюмом;
- масло для тела, краска для тела;
- чрезмерное использование косметики для тела и волос, агрессивный макияж;
- любой реквизит: стулья, мячи, палки, цепи и т.д.;
- снимать элементы костюма/аксессуары во время выступления, включая шляпы, солнцезащитные очки или часть одежды. Однако, работа с элементами костюма (подъем шляп), не запрещается;
- меняться одеждой (свитера, кепки) во время выступления;
- ронять элементы костюма или аксессуары на пол.
- костюм, отвлекающий от выступления;
- элементы костюма, которые могут упасть и / или повредить поверхность пола (т.к. перья, острые декоративные аксессуары). В данном случае вас могут попросить изменить костюм перед следующим туром соревнований, если ваш костюм может причинить вред поверхности пола, безопасности др. участников соревнований.

3.3. Костюм для выступлений не должен представлять и изображать на себе какую-либо трендовую марку (спонсора)

3.4. Костюм для выступления на дисциплину Аэробика 5 человек распространяется требования к костюмам, аналогичное дисциплине Гранде Аэробика (с целью демонстрации приверженности к виду спорта фитнес-аэробика). Однако, допускается большее использование элементов перформанса (шоу) в костюмах.

СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ

Судейство соревнований осуществляется судейская бригада, утвержденная главным судьей соревнований. Открытый Чемпионат и Первенство Липецкой области по фитнес-аэробике среди взрослых и юниоров проводится в соответствии с правилами соревнований на 2019 год по фитнес-аэробике, утвержденными Международной федерацией спорта, аэробики и Фитнеса (FISAF). Новая редакция правил соревнований размещена на сайте Федерации фитнес-аэробики России (ФФАР).

По итогам выступления определяются победители и призеры (1-3 место) в каждом виде программы: степ-аэробика , фитнес-аэробика, хип-хоп-аэробика.

Требования к степ-платформе в соответствии с Правилами FISAF:

- мужчины, женщины - высота степ-платформ составляет 20 см;
- юниоры и юниорки, - высота степ-платформы должна подходить каждому члену команды и составлять 15 см или 20 см;
- юноши и девушки - высота степ-платформы составляет 15 см.

ВЫСТАВЛЕНИЕ РАНГОВ

Целью соревнований является установление победителя путем учета наибольшего числа высших рангов, выведенных на основании баллов, выставленных судейской коллегией той или иной группе.

Если у двух или более групп одинаковый ранг в туре соревнований, положение групп определяется рангом, выставленным Главным арбитром.

НАГРАЖДЕНИЕ

Команды-победители в каждом виде программы награждаются дипломами, медалями и кубками. Призеры в каждом виде программы награждаются дипломами, медалями.

Все команды-участницы соревнований награждаются дипломами участника соревнований.

ЗАПРЕЩЕННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

АЭРОБИКА

1. Отжимания на одной руке.
2. Угол на одной руке.
3. Прыжки с приземлением в упор лежа, присед или в шпагат.
4. Гимнастические/акробатические движения (переворот назад (фляк), переворот через голову вперед, сальто назад, сальто вперед. и т.д.).
5. Самостоятельный переворот назад (фляк) и его вариации;
6. Самостоятельный темповый переворот вперед с опорой руками о пол и без опоры, и его вариации;
7. Воздушный кульбит в любой форме/ маховое сальто;
8. Рондад в любой форме;
9. Продвижение с помощью другого участника

Аэробика 5 человек

Любые движения, которые спортсмен не может исполнить корректно, в результате чего может возникнуть риск нанесения вреда здоровью участника.

СТЕП-АЭРОБИКА

1. Отжимания на двух или одной руке.
2. Упоры на двух или на одной руке.
3. Падение в упор лежа.
4. Прыжки с приземлением в упор лежа, присед или в шпагат.
5. Гимнастические / акробатические движения (переворот назад (фляк), переворот через голову вперед, переворот боком (колесо), сальто назад, сальто вперед и др.).
6. Прыжки со степ-платформы на пол.
7. Прыжки с одной степ-платформы на другую.
8. Подъёмы или спуски со степ-платформы спиной к ней.
9. Подъем степ-платформы вверх с участником.
10. Подъёмы, выполняемые на степ-платформах.
11. Постановка одного ступени на другой.
12. Продвижение с помощью другого участника.

ФОНОГРАММЫ УЧАСТНИКОВ

Фонограммы музыкального сопровождения выступлений могут быть представлены на флеш-носителях. Формат MP3 не допускается. Команды-участницы соревнований должны иметь два экземпляра музыкальной фонограммы каждого выступления, которые сдаются в оргкомитет при регистрации, с указанием названия команды, возрастной категории, дисциплины.

Время выступления составляет **1 минута 45 сек, +/- 5 секунд** для дисциплин «аэробика», «степ-аэробика» и «аэробика (5 человек)».

В дисциплине «хип-хоп малые команды» время выступления составляет **2 минуты+ 5 секунд** (регламента темпа музыкального сопровождения нет).

Отсчет времени начинается с первым звуковым сигналом и заканчивается с последним звуковым сигналом (включая сигнал к началу выступления, если таковой используется).

Допускается увеличение или уменьшение времени выступления на 5 секунд от заданного времени (1 минута 45 секунд). Группам, время выступления которых выходит за пределы (1:40 - 1:50), судьи по артистизму снижают оценки, что может привести к снижению ранга в отборочном туре и не позволит изменить ранг в следующих турах, до тех пор, пока время звучания музыки не будет исправлено и согласовано с Главным судьей.

Максимальный темп для дисциплин «степ аэробика» – не более 135 ударов/минуту (11-13 лет), в пределах 130-140 уд/мин. (14-16 лет) и 130-140 уд/мин. (17 лет и старше).

Максимальный темп для дисциплины «аэробика» должен быть не более 155 ударов/минуту (11-13 лет), в пределах 150-160 ударов/минуту (14-16 лет) и 150-160 уд/мин. (17 лет и старше).

Для дисциплины «аэробика (5 человек)» - в пределах 140-155 уд/мин.

Если темп музыки будет превышать указанные границы - судья по Артистизму снижает оценку, что может привести к снижению ранга.

Для дисциплины «хип-хоп» и «хип-хоп — большая группа» требований к темпу нет.

Замена музыкальной записи возможна только в случае технических проблем. Если группа желает заменить музыкальную запись для их выступления, то это происходит только с разрешения Главного судьи, а запись проходит проверку на соответствие временному ограничению

Не разрешается использовать музыку, которая, по мнению Главного судьи и судейской коллегии содержит неподобающий текст и/или текст оскорбительного содержания. Группам, музыкальное сопровождение которых содержит неподобающий и/или текст оскорбительного содержания, судьи снижают оценки по артистизму, что может привести к снижению ранга в отборочном туре и не позволит изменить ранг в следующих турах, до тех пор, пока музыкальное сопровождение не будет исправлено и согласовано с Главным судьей.

В случае возникновения подобного precedента, группа может заменить музыкальное сопровождение.

Музыка и текст песни, принадлежащий трендовой марке спонсора, не может быть использована в качестве музыкальной записи на соревнованиях для выступления группы.

ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в соревнованиях осуществлять по тел. 8-910-742-58-42 Пономаревой Елене Юрьевне до 25 февраля 2019 года.

Заявки должны быть подписаны руководителем муниципального органа исполнительной власти в области физической культуры и спорта. (Приложение №1).

Окончательные заявки **С ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ВИЗОЙ ВРАЧА** принимаются на мандатной комиссии (далее – Комиссии) при официальной регистрации участников. В мандатную комиссию предъявляются следующие документы:

- оригинал заявки;
- квалификационные книжки спортсменов участников соревнований (при наличие);
- заявка на участие в соревнованиях, с визами врача о допуске спортсменов к соревнованиям;
- свидетельства о рождении или паспорта спортсменов;
- страховые полисы спортсменов (каждый спортсмен - участник соревнований, либо заявившая его организация должны самостоятельно обеспечить наличие страхования от несчастных случаев. Учредитель, или организатор турнира, или главный судья не являются ответственным за какие-либо несчастные случаи (в том числе спортивные)).

На основании результатов Комиссии по допуску к соревнованиям формируется стартовый лист. Результаты Комиссии по допуску к соревнованиям являются окончательными, команды не могут быть добавлены в стартовый лист после завершения её работы. В случае несоответствия поданных документов, мандатная комиссия вправе не допустить команды (коллективы) к участию в соревнованиях

В случае экстренных ситуаций (болезнь, травма спортсмена) возможно внесение изменений в состав участников группы за 15 (пятнадцать) минут до начала соревнований.

Группа и спортсмены, не указанные в предварительной заявке или не прошедшие сверку заявок и, соответственно, не внесенная в стартовый лист на момент окончания работы Комиссии по допуску к соревнованиям, не могут принять участие в соревнованиях.

ПРЕДСТАВИТЕЛЬ ГРУППЫ

Каждая организация, участвующая в соревнованиях, указывает в предварительной заявке своего представителя/тренера, являющегося руководителем группы. Представитель группы обязан:

- знать Правила и Положение о соревнованиях;
- присутствовать на Комиссии по допуску к соревнованиям;
- сдавать фонограммы своих групп-участниц соревнований судье по музыке;
- отвечать за надлежащее поведение членов своей группы во время соревнований.

Представитель группы может быть отстранен от участия в соревнованиях, в качестве представителя группы, по решению Главного судьи в случае некорректного поведения, а также при несанкционированном вмешательстве в работу судейской коллегии. В таком случае группа может назначить другого представителя из числа тренеров данной группы, присутствующих на соревнованиях и указанных в стартовом листе данных соревнований.

ФЕСТИВАЛЬ «FIT-life»

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнования проводятся в открытой форме в рамках Международных правил соревнований по фитнес-аэробике **FISAF** и **HIP HOP UNITE**. В соревнованиях Фестиваля могут принимать участие танцевальные коллективы и спортивные команды.

ЦЕЛИ СОРЕВНОВАНИЙ

- популяризация и развитие различных направления фитнес-аэробики на территории Липецкой области;
- пропаганда здорового образа жизни среди детей и молодежи региона;
- привлечения к занятиям фитнес-аэробикой широких слоев населения Липецкой области.

ТРЕБОВАНИЯ К ДИСЦИПЛИНАМ ФЕСТИВАЛЯ

Соревнования в дисциплине «степ-аэробика большие группы» проводятся с учетом Правил вида спорта «фитнес-аэробика» ФФАР (FISAF):

ФИТНЕС ТРОФИ (личный зачет):

- взрослые — 17 лет и старше;
- юниоры — 14-16 лет.

Порядок проведения. Участники соревнований повторяют за судьей-презентором комбинации аэробных движений Фитнес-Трофи, которые включают модификацию различной сложности основных базовых шагов и элементов, сочетающихся с движениями руками. Это комбинации с высоким уровнем координации движений всем телом, оставляющих впечатление слитных непрерывных сочетаний.

Соревновательная программа состоит из двух треков:

- аэробика (координация),
- power & stretch(сила и гибкость).

Система судейства: победители определяются по наибольшему количеству баллов (1, 2 и 3 место в каждой возрастной категории).

СТЕП-АЭРОБИКА большие группы:

- сеньоры, 30 лет и старше (количество участников 12-25 человек).

Время выступления составляет **1 минута 45 сек, +/- 5 секунд.**

Костюм участников:

- обтягивающий комбинезон;
- обтягивающий костюм из двух частей: топ и брюки (велосипедные брюки, легинсы);
- специальная обувь для аэробики или кроссовки;
- аксессуары: колготки, высокие носки, напульсники, пояса.

Требования к степ-платформе в соответствии с Правилами FISAF - **20 см.**

Выступления должны соответствовать специфике вида спорта и содержать базовые шаги/элементы степ-аэробики, допускается использование танцевальных связок и элементов performance (шоу).

Система судейства:

Каждое выступление оценивается по следующей системе:

- A. Хореография и сложность композиции**
- B. Техника исполнения и синхронность**
- C. Презентация**

Оценка за выступление группы выставляется по 10-ти бальной шкале, на основании которой группе присваивается ранг. Победитель определяется по наибольшему числу высших рангов среди судей.

Запрещенные элементы:

1. Упоры на двух или на одной руке.
2. Гимнастические / акробатические движения (переворот назад (фляк), переворот через голову вперед, переворот боком (колесо), сальто назад, сальто вперед и др.).
3. Прыжки со степ-платформы на пол.
4. Прыжки с одной степ-платформы на другую.
5. Подъёмы или спуски со степ-платформы спиной к ней.
6. Подъем степ-платформы вверх с участником.
7. Подъёмы, выполняемые на степ-платформах.
8. Постановка одного стела на другой, при условии одновременного выполнения движений на них.

Соревнования в дисциплине ДУЭТЫ проводятся согласно Международных Правил HIP HOP UNITE:

ХИП-ХОП малые группы (сеньоры):

- сеньоры, 35 лет и старше (количество участников 5-9 — один танцор может быть 25 лет и старше или два танцора могут быть 30 лет и старше).

Время выступления: продолжительность выступления и музыкального сопровождения должна составлять 2 минуты, +/-5 секунд.

Выставление оценок и определение позиции в ранге. Каждый судья оценивает выступление из расчета десяти (10) баллов, руководствуясь определёнными критериями оценки. На основе оценки каждый судья определяет место команды в своем рейтинге. Места, назначенные всеми судьями для каждой команды, определяют её место в турнирной таблице. Победителем признаётся команда, набравшая максимальный рейтинг среди судей.

Обратите внимание, что выставление оценок/рангов командам основывается на сравнении между ними.

Если по результатам тура две или более команд занимают одинаковое место, положение этих команд в рейтинге определяется по ранжированию главного арбитра по хип-хопу.

Все движения должны соответствовать и отражать различные стили хип-хоп. Нет четких определений для описания хип-хопа. Хип-хоп относится к стилям уличного танца, первоначально исполняемый под музыку хип-хоп или то, что потом трансформируется в хип-хоп культуру. Это включает широкий диапазон стилей, таких как breaking, locking и popping, которые появились в 1970-х годах. Хип-хоп – это смесь дисциплин уличного танца и различных культурных интерпретаций со всего мира. Танцевальное выступление по хип-хопу включает внешний вид, музыку, позу, осанку и сам уличный стиль – то, что создает именно уникальность хип-хопа. Настоящее выступление по хип-хопу – это разнообразие

стилей, характерные движения и хореография, которые передают характер и энергию улицы.

Хореография должна включать различные стили и оценивается в соответствии со следующими критериями:

- Техника исполнения и сложность
- Музыкальное выражение и интерпретация
- Разнообразие и креативность
- Перестроения и визуальные образы
- Командная работа и подача

Хореография оценивается по критериям, все критерии имеют одинаковое значение. Уровень хореографии определяется уровнем техники, выразительности и исполнения.

Реквизит. Не разрешается использовать реквизит, а именно: трости, стулья, бубны, музыкальные инструменты, шлемы и т.д. Костюм может включать такие аксессуары, как кепка, шляпа, перчатки, очки и.т.д. Не разрешается использовать съемные части одежды. Однако разрешается работать с костюмом (поднимать шляпу) на все то время, пока она находится на танцоре.

ХИП-ХОП ДУЭТЫ (2 участника):

- взрослые — 17 лет и старше;
- юниоры — 12-17 лет;
- кадеты — 7-13 лет;
- сеньоры — 35 лет и старше.

Хип-хоп дуэт состоит из двух (2) танцоров, где оба из них могут быть мужчины, женщины или смешанный для каждой возрастной категории.

Время выступления: продолжительность выступления и музыкального сопровождения должна составлять 1 минуту 15 секунд – 1 минуту 30 секунд. Отсчет времени начинается с первым звуковым и заканчивается с последним звуковым сигналом (включая сигнал к началу выступления, если таковой используется).

Ранжирование. Целью составления рейтинга является выявление победителя путем учёта наибольшего числа мест, отведённых дуэту Судейской коллегией, сложение баллов не применяется. Эта система позволяет выявить дуэты, которые получили у большинства судей первое, второе, третье и т.д. место, на основе чего формируется окончательный рейтинг.

Реквизит. Не разрешается использовать реквизит (а именно: трости, стулья, бубны, музыкальные инструменты, шлемы). Костюм исполнителя может включать такие аксессуары, как: кепка, шляпа, перчатки, очки и.т.д. Не разрешается использовать съемные части одежды. Однако разрешается работать с костюмом (поднимать шляпу) на все то время, пока она находится на танцоре.

Взаимодействия между танцорами. В HIP HOP UNITE очень важны взаимодействия в хореографии и пребывание во времени друг с другом. Танец это визуальная социально организованная форма общения. Взаимодействия в танце важны, так как могут повысить контроль движения тела, осведомленности и увеличению интерпретаций.

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ХИП-ХОП ДИСЦИПЛИН

Музыкальное выражение и интерпретация

- Способность выразить музыку в танце и в выбранном стиле
- Отображение культуры хип-хоп
- Соответствие музыкального сопровождения различным стилям хип-хоп
- Единство музыки и танца
- Синхронность с музыкой
- Использование размера и ритмического рисунка музыки: повышения, понижения мелодии, изменения ритма, перекрестного ритма, а также текста

Запрещённые движения

Любые травмоопасные движения.

Внимание: Все движения и особенно трюки должны быть отработаны и не представлять опасности для членов команды. При возникновении сомнений проконсультируйтесь с Главным судьей до начала отборочного тура

Использование стилей хип-хоп

В Hip Hop Unite нет ограничений по количеству стилей, которые могут быть использованы в номере для того, чтобы получить оценку за Разнообразие. Однако команда или дуэт должны избегать чрезмерного использования одинаковых моделей и движений.

Костюмы участников должны соответствовать их выступлению. Разрешена любая одежда, соответствующая культуре и разнообразным стилям хип-хоп. Костюмы участников должны соответствовать возрасту выступающих. Открытая (откровенная) одежда запрещена. Костюмы должны соответствовать тематике номера. Однако использование театральных костюмов (костюмы героев мультфильмов или киногероев) запрещено. Это танцевальное состязание, а не шоу. Спортивная обувь должна быть чистой. Спортивная обувь обязательна.

Для категорий «кадеты» и «юниоры» костюмы, демонстрирующие сексуальные, садомазохические и др. аспекты — запрещены. Спортсмены, выступающие в категории «взрослые» должны помнить, что они являются примером для более молодых спортсменов. Поэтому, со вкусом подобранные костюмы, важная часть в подготовке номера.

Раскраска Лица (не относится к макияжу): Эмоции и выражение лица могут добавить уровень подлинности выступления и повысить уровень презентации. «Выражение лица-это не костюм, который вы надеваете. Это часть Вас и то, что Вы чувствуете и демонстрируете во время выступления». Раскраска лица не рекомендуется и может иметь огромное негативное влияние на выражение эмоций, сказываясь, таким образом, на общий балл/рейтинг.

Нанесение на тело или одежду краски или других веществ, которые могут испачкать или намочить поверхность сцены, что может привести к травмам у последующих участников, запрещено.

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ДИСЦИПЛИНАМ ФЕСТИВАЛЯ

Музыкальные носители:

- Используется музыка на флеш-носителях, представленная участниками с указанием названия команды, дисциплины и возрастной категории участников.

НАГРАЖДЕНИЕ

В каждой категории устанавливаются 1,2 3- места. Все команды-участники награждаются дипломами участников.

Предварительные заявки на участие в соревнованиях осуществлять по тел. 8-910-742-58-42 Пономаревой Елене Юрьевне до 25 февраля 2019 года (Приложение №2).

Окончательные заявки **С ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ВИЗОЙ ВРАЧА** принимаются на мандатной комиссии при официальной регистрации участников.

В мандатную комиссию предъявляются следующие документы:

- оригинал заявки с визой врача о допуске к соревнованиям;
- паспорта (свидетельства о рождении) каждого участника соревнований.

В случае несоответствия поданных документов, мандатная комиссия вправе не допустить команды (коллективы) к участию в соревнованиях.

ОБЩАЯ ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

10.00 – Регистрация участников

11.00 – Торжественное открытие

Показательные выступления

11.20 – Начало соревнований по фитнес-аэробике

12.30 – Фестиваль «FIT-life»

13.00 – «Фитнес Трофи»

13.30 – Церемония награждения победителей и призеров соревнований

14.00 – Отъезд участников.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ
ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ**

ЗАЯВКА

на участие в Открытом чемпионате и первенстве Липецкой области
по фитнес-аэробике среди взрослых и юниоров
2 марта 2019 г.

Название команды _____

Город _____ Район _____

Возрастная категория:	Фитнес:	Хип-хоп
	юноши и девушки 11-13-лет	7-13 лет
	юниоры и юниорки 14-16 лет	12-18 лет
	мужчины и женщины 17 лет и ст.	17 лет и ст.

Дисциплина: аэробика _____ степ-аэробика _____
аэробика (5 человек) _____

Хип-хоп _____

Хип-хоп большая группа _____

Темп музыкального сопровождения _____

Количество человек в команде:
действующих _____
запасных _____

Тренер (контактные телефоны, данные паспорта) _____

Ф.И.О. членов команды	Год рождения	Домашний Адрес	Паспортные данные	Виза врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
Запасные:				
1				
2				

Представитель команды _____

К соревнованиям допущено _____ чел.

Врач _____

М.П. дата

Руководитель муниципального органа исполнительной власти субъекта РФ
в области физической культуры и спорта _____

М. П.

ЗАЯВКА

на участие в Фестивале «FIT-life»

2 марта 2019 г.

Город, район, село	
Название коллектива:	
Контактные данные руководителя: Ф.И.О., телефон, e – mail	
Направляющая организация (адрес, контактный телефон)	
Номинация:	
Возрастная категория:	
Количество участников:	

Дисциплина: ДУЭТЫ**Возрастная категория:**

35 лет и старше

17 лет и старше

12-17 лет

7-13 лет

Хип-хоп малые группы (сеньоры)

35 лет и старше

Степ-аэробика большая группа

30 лет и старше

Фитнес Трофи

14-16 лет

17 лет и старше

Ф.И.О. членов команды	Год рожд.	Домашний Адрес	Паспортные данные	Виза врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

Представитель команды _____

К соревнованиям допущено _____ чел.

Врач _____
М.П. датаРуководитель направляющей организации _____
М. П.