



REGLAS DE BAILE 2015-2016 REGLAS GENERALES



- 1 Todos los equipos deben de ser supervisados durante todas las funciones oficiales por un coach o instructor calificado.
- 2 Los entrenadores o instructores deben requerir profesionalidad antes de la progresión, los entrenadores deben considerar al bailarín y al equipo en un nivel apropiado.
- 3 Todos los participantes deberán mostrar buena conducta deportiva durante el evento. El director de cada equipo es responsable de supervisar miembros del equipo, entrenadores, padres de familia y acompañantes y otras personas relacionadas con el equipo.
- 4 Todos los programas deberán tener un plan de emergencia y un equipo de acción en el evento en caso de una emergencia.
- 5 Cada equipo tendrá un mínimo de 1:45 (un minuto cuarenta y cinco segundos) y máximo 2:30 (dos minutos treinta segundos) para demostrar su estilo y experiencia. El tiempo empezara a correr a partir del primer golpe musical. El tiempo finaliza con el último movimiento coreográfico o nota musical.
- 6 Los remplazos o cambio deben estar en el evento en caso de alguna lesión o alguna circunstancia seria. Los remplazos también deberán cumplir con la edad y restricción de género en todas las divisiones en las cuales compitan.
- 7 El calzado es recomendado pero no requerido, usar medias y/o media pantalón es prohibido. **EXCEPTUANDO**, las medias son permitidas en una superficie con alfombra para hacer la presentación.
- 8 La joyería y accesorios son permitidos si son parte del vestuario.

COREOGRAFIA Y VESTUARIO.

- 1 La coreografía, vestuario y música no pueden ser vulgar, sugestiva y ofensiva ya que son inapropiados para una audiencia familiar.
- 2 La rutina coreográfica debe de ser apropiada y de entretenimiento para todos los miembros de la audiencia, material vulgar o sugestivo es definido como inapropiado, coreografía que implique movimientos indecentes, ofensivos o de contenido sexual con todo lo que implica gestos o insinuaciones. La coreografía vestuario y música mal diseñada puede afectar la impresión ante los asistentes y jueces y sobretodo la calificación final.
- 3 Toda la coreografía debe ser apropiada a la edad.
- 4 El vestuario y maquillaje debe ser apropiado a la edad, y aceptado con el visto bueno de la familia.

ACCESORIOS.

- 1 Todos los elementos usados para vestir o llevar en la mano, cuello orejas son permitidos en todas las categorías, y pueden ser removidos y descartados en cualquier momento de la rutina.
- 2 Los accesorios como sillas, cajas, escaleras, butacos, es decir accesorios que soporten el peso de un bailarín no son permitidos.

EJECUCION INDIVIDUAL: *La gimnasia ejecutada de una manera individual como baile o destreza están permitidos, pero no es necesario en todas las divisiones, tenga en cuenta*

las siguientes limitaciones

HIP HOP TINY, MINI. YOUTH

1 Habilidades invertidas.

- a) Destrezas en el aire como para de cabeza no son permitidas.
- b) Las acrobacias aéreas con o sin manos que caen en posición perpendicular deben de tener apoyo o soporte en todo el momento.

2 Habilidades acrobáticas en gimnasia con cadera sobre rotación de cabeza.

a) No están permitidas las habilidades aéreas.

b) Mini y tiny únicamente:

- Las habilidades aéreas con soporte están permitidas siempre y cuando todos sigan lo siguiente:

- No se puede perder el enfoque de la persona que está haciendo la acrobacia (aclaración el ejecutante debe de tocar con las manos el piso, antes de que sus pies se eleven) excepción en los mortales.

- Solo se pueden hacer hasta dos giros consecutivos en la cabeza.

- Youth, junior, senior y open siguen individualmente esta regla

2.b

c) Las habilidades aéreo transportadas sin soporte de manos no son permitidas (excepción volteretas que no estén conectadas con alguna otra destreza, con rotación de cabeza.

3 Acrobacias o gimnasia simultáneas encima o debajo de otro bailarín que incluya cadera sobre rotación de cabeza por ambos bailarines no están permitidos.

4 Caer en las rodillas, cuello, espalda, hombros, trasero, frente o cabeza no está permitido, a menos que el bailarín lleve primero el peso de las manos o de los pies al piso.

5 No se puede hacer aterrizajes de un salto directo al piso (caídas faciales) exceptuando cuando las manos tienen primero contacto con el suelo.

6 Habilidades de cadera sobre rotación de cabeza con soporte de manos no está permitido mientras se sostienen accesorios en la mano, (exceptuando rollos adelante y atrás si están permitidos.

HIP HOP JUNIOR- SENIOR- OPEN

1 Habilidades invertidas.

- a) Destrezas aerotransportadas son permitidas.
- b) Destrezas aerotransportadas con soporte de mano e inversión perpendicular hacia el piso son permitidas.

2 Destrezas en gimnasia con cadera sobre rotación de cabeza.

a) Destreza aerotransportadas son permitidas

b) Destrezas aerotransportadas con soporte de mano o apoyo están permitidas (ejemplo saltos hacia atrás) son prohibidas dos destrezas consecutivas de cadera sobre rotación de cabeza.

Aclaración: ambas destrezas tiene que tener soporte manos.

c) Destrezas aerotransportadas sin soporte de manos son permitidas con los siguientes pasos:

- Involucra no más de un twisting

- Puede no conectar con otra habilidad aerotransportada con cadera con rotación de cabeza, con o sin apoyo de mano.

3 Gimnasia simultanea sobre o debajo de otro bailarín que incluya cadera sobre rotación de cabeza por ambos bailarines no esta permitido.

4 Caer en los hombros, espalda o silla, está permitido si el peso del bailarín aerotransportado no excede el nivel de la cadera. CALARACION: caída sobre las rodillas, muslos. Frente o cabeza no son permitidos.

5 No se puede hacer aterrizajes de un salto directo al piso (caídas faciales) exceptuando cuando las manos tienen primero contacto con el suelo.

6 Habilidades de cadera sobre rotación de cabeza con soporte de manos no está permitido mientras se sostienen accesorios en la mano, (exceptuando rollos adelante y atrás si están permitidos).

EJECUTADO POR GRUPOS O PARES. Levantamientos y socios son permitidos pero no son requeridos en todas las divisiones con las siguientes limitaciones.

HIP HOP TINY- MINI-YOUTH

1 El bailarín ejecutante tiene que mantener en contacto con el bailarín secundario, quien es el que está en contacto directo con la superficie del escenario.

2 Almenos un bailarín secundario tiene que tener contacto con el bailarín ejecutante o bailarines a lo largo de toda la destreza sobre el nivel del hombro.

3 Cadera sobre rotación de cabeza en el bailarín ejecutable está permitido, tenga en cuenta:

a) El bailarín secundario mantiene contacto hasta que el bailarín ejecutante retorne a la superficie del escenario o a la posición vertical.

b) El bailarín ejecutante está limitado a no más de una rotación de cadera sobre la cabeza.

4 Inversión vertical es permitida:

a) El bailarín secundario mantiene contacto hasta que el bailarín ejecutante retorne a la superficie en forma vertical.

b) Cuando la altura del bailarín ejecutante excede los hombros, el nivel del hombro puede tener un bailarín adicional para detectar quien no soporta el peso del bailarín ejecutante.

5 El bailarín ejecutante puede saltar, empujar a el bailarín secundario solo si:

a) El punto más alto de la habilidad no eleva las caderas del bailarín ejecutante sobre el nivel de los hombros.

b) El bailarín ejecutante puede no pasar a través de posición de PRONE. o invertirse a la posición después de un lanzamiento.

6 los bailarines secundarios pueden sacudir al bailarín ejecutante solo si:

a) El punto más alto de la sacudida o lanzamiento no excede las caderas por encima del hombro

b) El bailarín ejecutante no SUPINE o invertir cuando salga.

c) El bailarín ejecutante no pasara a través de posición de PRONE o posición invertida después de salir.

HIP HOP JUNIOR- SENIOR- OPEN

1 El bailarín secundario no tiene que mantener contacto con la superficie del escenario si la altura de la destreza no excede el nivel del hombro

2 Un bailarín secundario puede tener contacto en cualquier nivel con un bailarín ejecutante, (clarificación: el bailarín ejecutante puede ser únicamente lanzado por

un bailarín secundario):

a) El bailarín ejecutante no puede pasar a través de una posición invertida después del lanzamiento.

b) El bailarín ejecutante ya sea cogido o apoyado en la superficie del escenario por uno o más bailarines secundarios.

c) El bailarín ejecutante es no cogido en posición de PRONE.

3 posición de cadera sobre rotación de cabeza en el bailarín: ejecutante es permitida:

a) El bailarín secundario mantiene contacto hasta que el bailarín ejecutante retorna a la superficie del escenario o está retornando a la posición vertical o inicial.

4 Inversión vertical está permitido si:

a) El bailarín secundario mantiene el contacto hasta que el bailarín ejecutante retorna a la superficie del escenario o retorna a la posición inicial o vertical.

b) Cuando la estatura del bailarín ejecutante, excede el nivel de los hombros, debe de haber un bailarín adicional para soportar el peso del bailarín ejecutante.

5 El bailarín ejecutante puede saltar, empujar dar pasos con el bailarín secundario, pero teniendo en cuenta los siguientes puntos.

a) Al menos una parte del cuerpo del bailarín ejecutante esta debajo del nivel del punto más alto de la destreza lanzada

b) El bailarín ejecutante puede no pasar a través del PRONE. o posición invertida después del lanzamiento

6 Los bailarines secundarios pueden sacudir al bailarín ejecutante solo si:

(clarificación: puede ser asistida por la superficie del escenario pero no requerida.)

a) Al menos una parte del bailarín ejecutante está por debajo del nivel del hombro, en el punto más alto de la destreza lanzada.

b) El bailarín ejecutante puede ser SUPINE, o invertirse con el lanzamiento pero él o ella tiene que aterrizar en el pie, o los pies.

c) El bailarín ejecutante puede no pasar a través de la posición invertida después del lanzamiento.

EJECUCIONES INDIVIDUALES (*gimnasia y destrezas aéreas*) *La gimnasia como baile y destreza es permitida, pero no es requerida en todas las divisiones tenga en cuenta las siguientes limitaciones.*

POM MINI- TINY- YOUTH

1 Cadera sobre rotación de cabeza: destrezas con apoyo de mano no son permitidas mientras se sostiene accesorios en la mano, excepciones rollo adelante y atrás.

2 Aerotransportadas invertidas y cadera aerotransportada sobre rotación de cabeza, destreza con o sin apoyo de manos no son permitidas. (excepción: volteretas aéreas son permitidas si no están conectadas con alguna otra destreza, como cadera sobre rotación de cabeza)

3 Gimnasia simultánea sobre o debajo de otro bailarín que incluya cadera sobre rotación de cabeza por ambos bailarines no está permitido.

4 Caídas en la rodilla, muslo, espalda, hombro, silla, frente o cabeza, hacia la superficie del escenario no está permitida, a menos que el bailarín soporte el peso de su cuerpo en las manos o pies

5 Aterrizar en posición con su cuerpo vertical, empujando hacia arriba con sus manos, hacia la superficie del escenario desde un salto en el cual las piernas están de frente al cuerpo y lo deja resbalar hacia atrás no está permitido.

POM JUNIOR- SENIOR- OPEN

1 Cadera sobre rotación de cabeza: destrezas con apoyo de mano no son permitidas mientras se sostiene accesorios en la mano, excepciones rollo adelante y atrás.

2 Cadera aerotransportada con rotación de cabeza: destreza con apoyo de mano no son permitidas (excepción: frontales aéreas y volteretas si son permitidas)

3 Gimnasia simultánea: sobre o debajo de otro bailarín que incluya cadera sobre rotación de cabeza por ambos bailarines no está permitido.

4 Caídas en la rodilla, muslo, espalda, hombro, silla, frente o cabeza, hacia la superficie del escenario no está permitida, a menos que el bailarín soporte el peso de su cuerpo en las manos o pies

5 Aterrizar en posición vertical puede involucrar algún salto.

EJECUCIONES POR GRUPOS O PAREJAS: *levantamientos y o acrobacias son permitidas pero no requeridos en todas las divisiones, tenga en cuenta las siguientes limitaciones:*

POM MINI - TINY- YOUTH

1 El bailarín ejecutante tiene que recibir apoyo del bailarín secundario, quien es el que tiene contacto directo con la superficie del escenario (excepción: saltos de línea)

2 Al menos un bailarín secundario tiene que tener contacto con el bailarín ejecutante a través y durante toda la destreza sobre el nivel del hombro.

3 Cadera sobre rotación de cabeza del bailarín ejecutante está permitido si:

a) El bailarín secundario mantiene en contacto hasta que el bailarín ejecutante retorna a la superficie de presentación o retorna a posición vertical.

4 Inversión vertical es permitida si:

a) El bailarín secundario mantiene contacto hasta que el bailarín ejecutante retorna a la superficie del escenario o a la posición vertical.

b) Cuando la estatura del bailarín ejecutante excede el nivel de los hombros, debe haber al menos un bailarín adicional que soporte el peso del bailarín ejecutante.

5 El bailarín ejecutante puede saltar y empujar al bailarín secundario solo si:

a) El punto más alto de destreza del lanzamiento no se pueden elevar las caderas del bailarín ejecutante sobre el nivel de los hombros.

b) El bailarín ejecutante puede no pasar a través de PRONE. O posición invertida después del lanzamiento.

6 El bailarín secundario puede sacudir al bailarín ejecutante solo si:

a) Si en el punto más alto de la sacudida, las caderas del bailarín ejecutante no están sobre el nivel del hombro.

b) Si el bailarín ejecutante no está SUPINE, o invertido cuando es lanzado.

c) El bailarín ejecutante no puede pasar a través de PRONO, o en posición invertida después del lanzamiento

POM JUNIOR – SENIOR – OPEN

1 El bailarín secundario no tiene que mantener contacto con la superficie de la presentación debe de prevenir que la altura de la destreza no puede exceder el nivel del hombro.

2 Un solo bailarín secundario puede lanzar y tener contacto en cualquier nivel con un solo bailarín ejecutante previendo lo siguiente; clarificación: el bailarín ejecutante puede únicamente ser lanzado solo por un bailarín secundario.

a) El bailarín ejecutante no puede pasar a través de la posición invertida después del lanzamiento.

b) El bailarín ejecutante ya sea que sea cogido o soportado por la superficie de la presentación o por uno o dos secundarios.

c) El bailarín ejecutante no puede ser cogido en la posición de PRONE.

d) El bailarín secundario no puede sostener los poms durante el lanzamiento o el agarre, o asistencia buscando sobre el retorno a la superficie de la presentación.

3 Cadera sobre rotación de cabeza. El bailarín ejecutante está autorizado a:

A) El bailarín secundario mantiene contacto hasta que el bailarín ejecutante retorna a la superficie de la presentación o a una posición vertical.

4 Inversión vertical está autorizado si:

c) El bailarín secundario mantiene contacto hasta que el bailarín ejecutante retorna a la superficie de la presentación o una posición vertical.

d) Cuando los hombros del bailarín ejecutante exceden la altura de los hombros, allí debe de haber un bailarín adicional para que el solo no tenga que soportar el peso del bailarín ejecutante.

5 El bailarín ejecutante puede saltar, dar pasos, empujar al bailarín secundario solo si:

c) El punto más alto de la destreza del lanzamiento no puede elevar las caderas del bailarín ejecutante sobre el nivel del hombro.

d) El bailarín ejecutante no puede pasar el PRONE, a estar en posición invertida después del lanzamiento

6 El bailarín secundario puede sacudir al bailarín ejecutante si: clarificación: puede ser asistida por la superficie de presentación pero no requerida

d) En el punto más alto de la sacudida las caderas no pueden pasar por encima del hombro del secundario.

e) El bailarín ejecutante no está SUPINE, o invertido cuando es lanzado.

f) El bailarín ejecutante puede no pasar a través del PRONE, o la posición invertida después del lanzamiento.

EJECUCIONES INDIVIDUALES: las destrezas técnicas son desarrolladas y deben ser parte del programa natural de aprendizaje, la subcategoría de preparación permite destrezas con las siguientes limitaciones.