

**Freestyle!**

# Cóż to takiego?

Styl tańca wywodzący się z Wielkiej Brytanii, który stał się podstawą do „naszego” disco. A jednak oparty głównie na figurach gimnastycznych znacznie różni się od niego...

# Zasady

## 1. Na scenie:

- Tancerze poruszają się po kole w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara
- Tancerz tańczy głównie przed sędzią i ,biegnie' do kolejnego sędziego
- Runda trwa 45s- 1:15s.
- Jedynie w finale klasy zaawansowanej + Elite, sędziowie siadają, a tancerze mają 30 sekund na solo ,spots' prezentowane na środku sceny
- W solo ,spots' dozwolone są podnoszenia oraz elementy gimnastyczne (np.przejścia), ale ręce muszą dotykać ziemi (np.salta są zabronione)

## 2. Klasy taneczne

- a) Początkujący
- b) Średnio zaawansowani
- c) Zaawansowani
- d) ‚Elite’

**Przy wystawianiu kart zawodnika trener musi ulokować go w odpowiedniej klasie, w zależności od umiejętności.**

**Aby zmienić klasę należy zdobyć 3 gwiazdki\*.**

\* W przepisach wyjaśniamy klarowne zasady według których zdobywa się gwiazdki , specjalne restrykcje tyczą się klasy ‚Elite’

### 3. Kategorie wiekowe:

U6- do 6. roku życia

U8- do 8. roku życia

U10- do 10. roku życia

U12- do 12. roku życia

U14- do 14. roku życia

U16- do 16. roku życia

U18- do 18. roku życia

O18- powyżej 18. roku życia

## 4. Konkurencje:

- Solo
- Duety
- Trio
- Grupy (od 8 do 16 osób): U12, U16 oraz O16  
(podnoszenia oraz gadżety, które nie dotykają ziemi są dozwolone, podział na 3 klasy taneczne)

# Strój

## a) Początkujący

- Gładki (bez dodatków)
- Jednokolorowy



## b) Średniozaawansowani

- Wielokolorowy
- Dodatki dozwolone, ale BEZ kamieni, cekinów, piór, etc





## c) Zaawansowani + Elita

- Dozwolone wszystko\*



\* W przepisach znajdują się dokładne zasady dotyczące stroju

# Slow...

- Zasady takie same jak w ,szybkim' freestyle'u, ale do wolnej muzyki przez co taniec jest płynny, a figury dokładne
- ,spots' tylko w finałach najwyższych klas
- Slow jest uwielbiany zarówno przez tancerzy jak również przez ich rodziców
- Pozwala na pokazanie swoich umiejętności poprzez dokładne wykończenie każdej figury

# Dlaczego Freestyle?

- ⦿ motywacja: dziecko dłużej zostaje w grupie, chce dotrzeć do najwyższej klasy, móc założyć coraz lepszy strój...
- ⦿ równość: każdy konkuruje z tancerzem o podobnych możliwościach
- ⦿ Dziecko czuje się docenione, częściej staje na podium, widzi swoje postępy
- ⦿ Rodzinna atmosfera na zawodach, konkursy i upominki rodziców i uczestników

# Pomocne linki:

Reklama zawodów International Dance Star 2010  
Norway:

<http://www.youtube.com/watch?v=QttKXirnuvw>

Finaty Mistrzostw Norwegii:

- ◉ <http://www.youtube.com/watch?v=QttKXirnuvw>

Slow:

- ◉ <http://www.youtube.com/watch?v=O0tlkfQcWAs&feature=related>

Disco Kid (Blackpool)

- ◉ <http://www.youtube.com/watch?v=PuDJUHJhYgl&feature=related>
- ◉ <http://www.youtube.com/watch?feature=endscreen&NR=1&v=H0qikv9EjU0>