POLSKA FEDERACJA TAŃCA

POLSKI ZWIĄZEK SPORTOWY CHEERLEADINGU

CENTRUM SPORTU RASZYN

MISTRZOSTWA W TAŃCU SPORTOWYM 2026

JAZZ DANCE, MODERN & CONTEMPORARY, SHOW DANCE, ACROBATIC DANCE
IMPROVISATION JAZZ, IMPROVISATION MODERN, PERFORMING ART IMPROVISATION DISCO DANCE, DISCO SLOW, HIP-HOP, SHOWCASE - PERFORMING, SHOWCASE - STREET, OPEN 31+, **CHEERLEADING**

REGULAMIN

TERMIN

28-29.11.2026 r. (sobota-niedziela)

Sobota:
Solo → Improvisation Jazz, Improvisation Modern, PA Impro
Grupy i Formacje → Jazz Dance, Modern & Contemporary, Acrobatic, Show Dance, Showcase - Performing
Niedziela:
Solo, Duety → Disco Dance, Hip Hop, Disco Slow
Grupy i Formacje → Disco Dance, Hip Hop, Showcase – Street, Open 31+, **Cheerleading**

MIEJSCE

Centrum Sportu Raszyn
ul. Sportowa 30, 05-090 Raszyn

INFORMACJE

Michał Gawron, +48 604 640 305, m.gawron@pft.org.pl

PATRONAT

Polska Federacja Tańca

OFICJALNE OZNACZENIA

@polskafederacjatanca

CELE TURNIEJU

- Wyłonienie najlepszych tancerzy w poszczególnych poziomach zaawansowania
- Popularyzacja tańca wśród dzieci i młodzieży, jako formy aktywnego wypoczynku
- Konfrontacja i wymiana pomysłów oraz doświadczeń pomiędzy klubami i trenerami
- Integracja tancerzy i trenerów w duchu fair play
- Upowszechnienie aktywności fizycznej w rodzinie oraz w różnych grupach społecznych i środowiskowych
- Promowanie prozdrowotnych, wychowawczych i edukacyjnych wartości aktywności fizycznej sprzyjających przeciwdziałaniu nadwadze i otyłości

Zawody są otwarte i przeznaczone dla wszystkich tancerzy, klubów niezależnie od przynależności do jakiejkolwiek organizacji tanecznej lub jej braku

KATEGORIE WIEKOWE, TANECZNE, SPOSOBY ICH ROZGRYWANIA

IMPROVISATION

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka organizatora)	grupa wiekowa
PA Impro Solo **Ligi PFT**	E, D, C, B, A, S	E, D max 10*-35-35 sek. C, B max 10*-45-45 sek. A max 10*-50-50 sek. S max 30*-55-55 sek.	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior 1** → 13-14 lat **Junior 2** → 15-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
PA Impro Solo	Intermediate Advance	max 10*-45-45 sek. max 30*-55-55 sek.	
IMPROVISATION Solo **Jazz**	Beginner Intermediate Advance	max 10*-35-35 sek. max 10*-45-45 sek. max 10*-50-50 sek.	
IMPROVISATION Solo **Modern**			

W kategoriach Performing Art Improvisation, Improvisation Jazz oraz Improvisation Modern
kostium tylko koloru czarnego, bez ozdób typu cekiny, kamienie, frędzle itp.
*pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego
** poziom Intermediate może zostać połączony z Open/Advance

JAZZ DANCE

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa
Grupy (3-7 osób)	Beginner Intermediate Advance	max. 3 min.	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (min. 8 osób)		max. 3 min (mini kids, children) max. 4 min (junior, adults)	

MODERN & CONTEMPORARY

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa
Grupy (3-7 osób)	Beginner Intermediate Advance	max. 3 min.	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (min. 8 osób)		max. 3 min (mini kids, children) max. 4 min (junior, adults)	

ACROBATIC DANCE

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa
Grupy (3-7 osób)	Beginner Intermediate Advance	max. 3 min.	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (min. 8 osób)		max. 3 min (mini kids, children) max. 4 min (junior, adults)	

SHOW DANCE

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa
Grupy (3-7 osób)	Beginner Intermediate Advance	max. 3 min.	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (min. 8 osób)		max. 3 min (mini kids, children) max. 4 min (junior, adults)	

SHOWCASE – PERFORMING

prezentacje w stylach: Jazz, Modern, Show Dance, Ballet itd. *(dawniej INNE FORMY ART.)*

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa***
Grupy (3 – 7 osób)	Beginner Intermediate Open	max. 3 min	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (8 i więcej osób)	Beginner Intermediate Open	max. 3 min → mini kids, children max. 4 min → junior, adults	

***Dopuszcza się **maksymalnie 20% starszych tancerzy** (np. w 20 osobowej formacji, 4 osoby mogą być starsze)

UWAGA → W Showcase organizator dopuszcza rozegranie tylko jednej, finałowej rundy niezależnie od ilości grup/formacji

DISCO DANCE

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji	grupa wiekowa
Solo **Ligi PFT**	E, D, C, B, A, S	E, D → max 10*-35-35 sek. C, B → max 10*-45-45 sek. A → max 10*-50-50 sek. S → max 30*-55-55 sek. *(muzyka organizatora)*	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior 1** → 13-14 lat **Junior 2** → 15-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Solo	Intermediate Advance	max 10*-45-45 sek. max 10*-50-50 sek. *(muzyka organizatora)*	
Duety	Intermediate Advance	max 10*-45-45 sek. max 10*-50-50 sek. *(muzyka organizatora)*	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children** → 9-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Grupy (3-7 osób)	Beginner Intermediate Advance	1 min. 30 sek. *(muzyka organizatora)*	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (min. 8 osób)		max. 3 min. *(muzyka własna)*	

DISCO SLOW

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka organizatora)	grupa wiekowa
Solo	Beginner Intermediate Advance	max. 10*-35-30 sek. max. 10*-45-30 sek. max. 10*-50-30 sek.	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior 1** → 13-14 lat **Junior 2** → 15-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej

HIP HOP

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji	grupa wiekowa
Solo	Beginner Intermediate Advance	max 10*-35-35 sek. max 10*-45-45 sek. max 10*-50-50 sek. *(muzyka organizatora)*	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior 1** → 13-14 lat **Junior 2** → 15-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Duety	Intermediate Advance	max 10*-45-45 sek. max 10*-50-50 sek. *(muzyka organizatora)*	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children** → 9-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Grupy (3-7 osób)	Beginner Intermediate Advance	1 min. 30 sek. *(muzyka organizatora)*	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (min. 8 osób)		max. 3 min. *(muzyka własna)*	

*pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego

** poziom Intermediate może zostać połączony z Open/Advance

SHOWCASE – STREET

Disco Dance, Hip-Hop, Locking, Popping, Breaking, Disco Show, Street Dance Show itd.

kategoria	poziom zaawansowania**	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa***
Grupy (3 – 7 osób)	Beginner Intermediate Open	max. 3 min	**Mini Kids** → 8 lat i mniej **Children 1** → 9-10 lat **Children 2** → 11-12 lat **Junior** → 13-16 lat **Adults** → 17 lat i więcej
Formacje (8 i więcej osób)	Beginner Intermediate Open	max. 3 min → mini kids, children max. 4 min → junior, adults	

***Dopuszcza się **maksymalnie 20% starszych tancerzy** (np. w 20 osobowej formacji, 4 osoby mogą być starsze, pozostałe muszą spełniać kryterium grupy wiekowej)

** poziom Intermediate może zostać połączony z Open/Advance

UWAGA → W Showcase organizator dopuszcza rozegranie tylko jednej, finałowej rundy niezależnie od ilości grup/formacji

OPEN 31+

prezentacje w dowolnym stylu tanecznym

kategoria	poziom zaawansowania	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa
Grupy + Formacje (min. 3 osoby)	Open	max. 4 min.	**Dorośli** → 31 lat i więcej

CHEERLEADING POM DANCE

Konkurencja Cheerleadingu dla zespołów Pom Dance tańczących z pomponami

UWAGA! Kategoria ta nie obejmuje konkurencji rozgrywanych na matach, tj.: Cheer i Group Stunt

kategoria	poziom zaawansowania (nie obowiązują ograniczenia w doborze strojów i makijażu)	czas prezentacji (muzyka własna)	grupa wiekowa* (dopuszcza się udział 30% tancerzy nie spełniających kryteriów wiekowych)
Zespoły (3 i więcej osób)	Beginner Intermediate Advanced	max. 2 min	**Dzieci** → 9 lat i mniej (2017 i młodsi) **Młodzik** → 8-14 lat (2012 – 2018) **Junior** → 12-19 lat (2007 – 2014)

***Dopuszcza się udział 30% tancerzy nie spełniających kryteriów wiekowych** (np. w 20-osobowyn zespole 6 osób może nie spełniać kryterium danej grupy wiekowej). **UWAGA** → najstarszy zawodnik w kategorii dzieci może mieć maksymalnie 12 lat, młodzików → 17 lat, juniorów → 22 lata (decyduje rok urodzenia zawodnika)

TAP DANCE, TAŃCE PAR, LATINO…

W przypadku zainteresowania kategorią, której nie ma w regulaminie prosimy o kontakt → Michał Gawron, 604 640 305, m.gawron@pft.org.pl

Określenie poziomów zaawansowania:

- **Beginner** → tancerze początkujący (**Liga E, D**), **obowiązują stroje treningowe (nie dotyczy grup i formacji)** bez jakichkolwiek ozdób typu kamienie, cekiny itp.
- **Intermediate** → tancerze średniozaawansowani, którzy już rywalizowali w zawodach (**Liga C, B**)
- **Advance** → doświadczeni i zaawansowani tancerze (**Liga A, S**)
- **Open** → bez określenia poziomu zaawansowania

Pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego

WARUNKI UCZESTNICTWA

W terminie do dnia 18.11.2026 r. (środa), do godz. 23.59 należy:

1 → dokonać zgłoszenia zawodników w formie elektronicznej poprzez stronę → danceit.pl

UWAGA!!! BRAMKI ZGŁOSZENIOWE SĄ JUŻ OTWARTE !!!

UWAGA! W przypadku liczby zgłoszeń przekraczającej możliwości czasowe organizacji zawodów Organizator zastrzega sobie prawo do zamknięcia list startowych w dowolnym momencie**

Organizator poinformuje o tym fakcie za pomocą mediów społecznościowych

****przy wcześniejszym zamknięciu bramek wpłaty startowego należy dokonać do 5 dni po ich zamknięciu

W kategoriach rozgrywanych do muzyki własnej, utwory muszą być wysłane wraz ze zgłoszeniem poprzez system danceit.pl. Utwory muzyczne można podmieniać **do dnia 25.11.2026 r.** mimo zamknięcia zgłoszeń

Po zamknięciu bramek **zmiany** w zgłoszeniu będą przyjmowane w miarę możliwości i po dokonaniu opłaty manipulacyjnej w wysokości **+ 50 zł. za osobę/kategorię**. **Zgłoszenia po terminie = podwójna opłata startowa** (opłata nie pojawi się w danceit.pl, należy ją doliczyć do kwoty w danceit)

Wykreślenia nie zwalniają z obowiązku dokonania opłaty startowej!!!
Po opublikowaniu list startowych nie ma możliwości dokonywania zmian, możliwe są jedynie wykreślenia.

2 → dokonać opłaty startowej w wysokości:

	DLA TANCERZY BEZ LICENCJI PFT	DLA TANCERZY POSIADAJĄCYCH LICENCJĘ PFT 2026*****
SOLO *(MUZYKA ORGANIZATORA)*	110 zł	90 zł
DUET *(MUZYKA ORGANIZATORA)*	220 zł	180 zł
ZESPOŁY *(MUZYKA WŁASNA)*	85 zł / od osoby	85 zł / od osoby
GRUPY *(MUZYKA WŁASNA)*	85 zł / od osoby	85 zł / od osoby
FORMACJE *(MUZYKA WŁASNA)*	85 zł / od osoby	85 zł / od osoby

*****Obliczanie prawidłowej opłaty startowej dla licencjonowanych zawodników PFT. Aby funkcja działała prawidłowo należy wykupić licencje w BAZIE PFT minimum 3 dni przed dokonaniem zgłoszenia.**

na rachunek bankowy:
Klub Sportowy HAND to HAND 1
83 1500 1865 1218 6011 0141 0000
z opisem (nazwa zawodów, nazwa klubu, telefon, mail)

Brak wpłaty jest jednoznaczny z nieprzyjęciem zgłoszenia w terminie i koniecznością wpłaty podwójnej opłaty startowej za każdą kategorię.

Faktury/rachunki za udział w zawodach będą wystawiane do 7 dni po zakończeniu zawodów na dane podane w systemie danceit.pl

3 → odebrać numerki startowe w dniu zawodów w godzinach pracy biura organizacyjnego, najpóźniej 1 godzinę przed planowaną godziną startu podaną w systemie danceit.pl

NAGRODY

- dyplomy dla wszystkich tancerzy
- medale za miejsca 1-3 dla kat. solo i duety (liga E, D, Beginner)
- statuetki/puchary za miejsca 1-3 dla kat. solo i duety (liga C, B, Intermediate)
- puchary za miejsca 1-3 dla kat. solo i duety (liga A, S, Open, Advance)
- puchar + medale (medale dla wszystkich tancerzy) za miejsca 1-3 dla grup i formacji
- statuetki lub medale dla pozostałych finałowych grup i formacji

KOMISJA SĘDZIOWSKA

Turniej oceniać będzie Komisja Sędziowska powołana przez Organizatora i zatwierdzona przez PFT

WEJŚCIÓWKI

Wejściówki dla publiczności

- 60 zł. wejściówka na jeden dzień dla jednej osoby
- 100 zł. wejściówka na 2 dni dla jednej osoby
- wstęp bezpłatny dla dzieci i młodzieży do 6 roku życia (po okazaniu dokumentu tożsamości ze zdjęciem)

NALICZANIE PUNKTÓW LIGOWYCH PFT

Za każdy start w turnieju zawodnik otrzymuje 5 punktów. Miejsca na podium punktowane są następująco:
15 punktów za 1 miejsce, 10 punktów za 2 miejsce, 5 punktów za 3 miejsce.
Zawodnik otrzymuje również punkty za każdego pokonanego startującego, przykład:
Jeśli w turnieju w danej kategorii wzięło udział 40 uczestników to wygrywający otrzymuje / otrzymują:
- 5 punktów za start (a)
- 15 punktów za 1 miejsce (b)
- 40 uczestników minus 1 miejsce równa się 39 punktów (c)

Czyli razem otrzymuje: 5 + 15 + 39 = 59 punktów.

Zawodnik zachowuje punkty zmieniając kategorię wiekową. Zmieniając klasę taneczna punkty są zerowane
i zbierane od początku.

UWAGA! W solo w lidze E można wystąpić TYLKO raz. Po pierwszym starcie awansuje się do ligi D.

WYCIĄG Z PRZEPISÓW PFT/IDO

- o przynależności do kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia tancerza (solo); rok urodzenia najstarszego z tancerzy (duety, grupy, formacje). W **SHOWCASE** może być **maksymalnie 20% starszych tancerzy** (np. w 20 osobowej formacji, 4 osoby mogą być starsze, pozostałe muszą spełniać kryterium grupy wiekowej, np. w kategorii 13-16 lat → 16 osób jest w wieku 13-16 lat i maksymalnie kolejne 4 osoby mogą być starsze)
- w kategorii wiekowej 8- i 12- zabronione są (wyjątkiem jest kat. SHOWCASE):
    - podnoszenia
    - elementy akrobatyczne z fazą lotu oraz wykonywane z fizycznym wsparciem innego tancerza
    - elementy wykonywane na głowie
    - skoki z rekwizytów o wysokości większej niż 1 metr
    - mroczne motywy, kostiumy, muzyka
    - makijaż (oprócz makijażu scenicznego w kategorii SHOW DANCE)
    - kostium musi zasłaniać miejsca intymne (nie może to być materiał koloru cielistego lub siatka)
- czas zejścia/wejścia wniesienia/zniesienia rekwizytów* **dotyczy również SHOWCASE**
    - solo, duety → 15 sekund
    - grupy → 25 sekund
    - formacje → 45 sekund

* rekwizyty mogą wnieść/znieść wyłącznie tancerze biorący udział w danej prezentacji
- w przypadku małej liczby zgłoszeń w grupach i formacjach organizator ma prawo połączyć poziomy Intermediate i Open

UWAGI KOŃCOWE

- Wymiary parkietu: dla solo, duetów i grup → min. 8m x 8m, formacje → min. 12m x 14m
- Dzieci zgłaszane do udziału w turnieju nie mogą mieć przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportu powszechnego
- **Tancerze muszą być gotowi 60 minut przed planowanym startem podanym w danceit.pl.** W przypadku startu w kategorii rozpoczynającej zawody, tancerze muszą być gotowi 40 minut przed planowanym startem podanym w danceit.pl
- Organizator nie sprawuje opieki nad uczestnikami i ich nie ubezpiecza. Obowiązek opieki i ubezpieczenia spoczywa
na instytucjach delegujących
- Wstęp na salę sportową jedynie w obuwiu sportowym lub bez obuwia
- Podczas Turnieju uczestnicy zobowiązani są do bezwzględnego przestrzegania przepisów bhp i ppoż. obowiązujących
w obiekcie rozgrywania zawodów
- **Przebieralnie są ogólnodostępne, nie są zamykane ani dozorowane**, organizator ostrzega o ryzyku pozostawiania w nich rzeczy. Wartościowe przedmioty można zdeponować u organizatora
- Uczestnicy i/lub ich opiekunowie prawni zobowiązani są zapoznać się z warunkami przechowywania i przetwarzania danych osobowych tzw. RODO. Klauzula informacyjna stanowi załącznik do regulaminu.
- **Przedstawiciel/trener danego klubu ma prawo wycofać Klub lub zawodnika z udziału w zawodach na każdym etapie. Opłata startowa nie podlega zwrotowi**
- Dane podane w zgłoszeniu (np. rok urodzenia, numer licencji, poziom zaawansowania) mogą być weryfikowane. Podanie złych danych może skutkować dyskwalifikacją całego klubu z udziału w danym turnieju
- W sprawach nie ujętych w regulaminie ma zastosowanie zdrowy rozsądek
- Sprawy sporne rozstrzyga Sędzia Główny w porozumieniu z organizatorem, protesty wyłącznie w formie pisemnej będą przyjmowane do 30 minut po zakończeniu danej konkurencji
- Tancerze z poszczególnych roczników i poziomów zaawansowania muszą odebrać numer startowy od przedstawicieli nie później niż 60 minut przed godzinami rozpoczęcia kategorii podanymi w programie
- Udział w turnieju oraz akceptacja zapisów regulaminu turnieju jest jednocześnie z wyrażeniem zgody na fotografowanie, filmowanie bądź inną rejestrację przebiegu turnieju oraz ewentualną późniejszą eksploatację zarejestrowanego materiału (tv, prasa, internet itp.). Tancerze i twórcy układów choreograficznych wyrażają zgodę na wykorzystanie zarejestrowanego materiału na różnych polach eksploatacji. Eksploatacja taka nie wymaga odrębnej zgody czy umów z tancerzami i twórcami układów choreograficznych
- W przypadku większej liczby osób występujących niż jest zgłoszone (dotyczy grup i formacji) przedstawiciel klubu musi natychmiast wpłacić gotówką podwójną opłatę startową za niezgłoszone osoby.
- **Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania kategorii, w których zgłoszony jest 1 podmiot.**

www.pft.org.pl

Zapraszamy do odwiedzenia Raszyna i udziału
*w **MISTRZOSTWACH w TAŃCU SPORTOWYM 2026***

POLSKA FEDERACJA TAŃCA

POLSKI ZWIĄZEK SPORTOWY CHEERLEADINGU

CSR CENTRUM SPORTU RASZYN