DIVISIONES PERFORMANCE CHEER ALL-STARS, UNIVERSITARIO Y COLEGIAL 2021

DIVISIONES PERFORMANCE CHEER ALL-STARS, UNIVERSITARIO Y COLEGIAL 2021

ESTRUCTURA DE LA COMPETENCIA

1. DIVISIONES EN COMPETENCIA

1.1. ***POM*****:** Incorpora el uso apropiado de los movimientos técnicos de pom que son muy fuertes, limpios, precisos y definidos. Se permite usar los conceptos de jazz, hip hop, y high kick para enriquecer la coreografía. Su énfasis está en la ejecución de grupo que incluye sincronización, uniformidad y un excelente uso del espacio. Una coreografía efectiva y dinámica debe enfocarse en la interpretación musical, los efectos visuales, la fluidez, las transiciones novedosas, los niveles, grupos, la complejidad y creatividad de los movimientos y de las habilidades incluidas. Los poms deben ser usados mínimo en el 80% de toda la rutina. El vestuario debe ser acorde con la disciplina.

1.2. ***HIP HOP*****:** La coreografía Incorpora un auténtico estilo callejero ejecutado con Groove y estilo. Su énfasis está en la ejecución de grupo que incluye sincronización, uniformidad y un gran uso del espacio. Para una dinámica y efectiva rutina se debe utilizar la música, una novedosa puesta en escena, la complejidad del movimiento, habilidades e inclusión de diferentes estilos de danza urbana. Así mismo el vestuario debe reflejar el estilo de la categoría.

1.3. ***JAZZ DANCE*****:** Una rutina de jazz incorpora combinaciones estilizadas de danza, cambios de formaciones, trabajo de grupo, extensiones y giros entre otras habilidades. Se debe hacer énfasis en la técnica propia de la disciplina con una ejecución impecable. Así mismo debe darse una importancia mayor a la interpretación y proyección de la puesta coreográfica.

2. CATEGORIAS

Los equipos y agrupaciones se clasificarán en la categoría de acuerdo con las edades de los participantes como se muestra en las siguientes versiones. **Los eventos avalados y federados se reservan el derecho de ofrecer todas o algunas de las categorías de esta tabla.**

DIVISION Y CATEGORIAS DANCE - GENERAL				
DIVISION	**CATEGORIA**	**EDAD**	**RAMA**	**INTEGRANTES**
POM JAZZ HIP HOP	TINY	6 años y menores	Única	5 en adelante
	MINI	9 años y menores	Femenino/Mixto	5 en adelante
	YOUTH	12 años y menores	Femenino/Mixto	5 en adelante
	JUNIOR	15 años y menores	Femenino/Mixto	5 en adelante
	SENIOR	13 a 18 años	Femenino/Mixto	5 en adelante
	OPEN	14 años en adelante	Femenino/Mixto	5 en adelante

FEDECOLCHEER
Federación Colombiana de Porrismo
Personería Jurídica, Resolución 000149 del 07 - 02 - 2017

2.1. NÚMERO DE PARTICIPANTES

De acuerdo con el número de participantes, **los eventos avalados y Federados** podrán ofrecer las siguientes clasificaciones de número de participantes por equipo:

CARATCTERÍSTICA DE LA DIVISIÓN	NÚMERO DE PARTICIPANTES
Solos	Un solo Bailarín
Doble	Dos bailarines
Equipo	De cinco bailarines en adelante

Para los equipos con más de 5 bailarines, se tendrá la opción de clasificarlos de la siguiente manera:

CLASIFICACIÓN	CANTIDAD DE PARTICIPANTES
Grupo pequeño:	5 a 10 integrantes
Grupo Mediano:	11 a 20 integrantes
Grupo Grande:	21 a 35 integrantes

2.2 TIEMPO DE COMPETENCIA

Las coreografías y puestas en escena tendrán la siguiente duración:

CARACTERÍSTICA DE LA DIVISIÓN	TIEMPO DE COMPETENCIA
Solo:	45 segundos a 1:00 minuto.
Doble:	Un minuto (1:00) a Un minuto y treinta segundos (1:30)
Grupo:	Un minuto y cuarenta y cinco segundos (1:45 seg) a Dos minutos quince segundos (2:15).

CONDICIONES:

- Si un equipo excede el tiempo límite tendrá una PENALIDAD DE TRES (3) PUNTOS por excederse de 3 – 5 segundos, una PENALIDAD DE CINCO (5) PUNTOS por excederse de 6 - 10 segundos, y una PENALIDAD DE SIETE (7) PUNTOS por excederse 11 o más segundos.
- Teniendo en cuenta los posibles cambios en velocidad que pueden generar los equipos y dispositivos de sonido, no se generará una deducción hasta que el cronómetro haya superado los 3 segundos

FEDECOLCHEER
Federación Colombiana de Porrismo
NIT. 901.037.369-6
Personería Jurídica, Resolución 000149 del 07 - 02 - 2017

2.3 ELEMENTOS DE APOYO.

2.3.1 Los elementos de apoyo no están permitidos, definiendo "elemento de apoyo" como cualquier elemento que no esté sujeto al vestuario; prendas del vestuario se pueden quitar, pero no se puede bailar con ellas. Se permitirá el uso de pompones en la división.

2.3.2 No se permiten escenografías o apoyos visuales como videos o presentaciones.

REGLAS ESPECIFICAS

HIP HOP, POM & JAZZ
JUNIOR, SENIOR Y DIVISIONES OPEN

* Indica una restricción adicional o regla especifica para la categoría de Pom

EJECUCIÓN POR ATLETA **Gimnasia y habilidades aéreas de estilo urbano son permitidas, pero no son requeridas en todas las divisiones dadas las siguientes limitaciones:**	
1*	Habilidades invertidas: a. Habilidades no aéreas (que no involucren fase de vuelo) están permitidas (Ejemplo: parada de cabeza) b. Habilidades aéreas con soporte de manos que aterrizan en una inversión perpendicular o inversión de hombro están permitidos. c. Habilidades invertidas: Habilidades invertidas con fase de vuelo (aéreas) con soporte de manos no están permitidas mientras se están sosteniendo poms.
2	Habilidades que involucran rotación de la cadera sobre la cabeza: a. Habilidad con apoyos de manos deben tener las manos libres (Excepción: Rollos hacia delante, hacia atrás con poms están permitidos y además el uso apropiado del poms con manos libres) b. Se permiten habilidades no aéreas con poyo de manos. • Habilidades aéreas con soporte manual son permitidas siempre y cuando este limitados a dos habilidades consecutivas que tengan rotación de cadera sobre cabeza. ○ No pueden tener pompones u otros elementos de vestuario en la(s) mano(s) de apoyo c. Habilidades aéreas sin soporte manual son permitidas dadas las siguientes condiciones: • No implique más de una transición de giro. (twisting) • No esté conectada con otra habilidad que esté en el aire con rotación de la cadera sobre la cabeza sin apoyo de las manos.

	• Se limiten a dos habilidades consecutivas de rotación de cadera sobre la cabeza.
3	La **gimnasia simultanea por encima o debajo de otro bailarín** que incluya rotación de cadera sobre cabeza de AMBOS bailarines no está permitida
4	Únicamente las caídas sobre los hombros, la espalda o a una posición sentada son permitidas siempre y cuando la altura del bailarín durante la fase de vuelo no supere el nivel de la cadera. (Aclaración: No se permiten caídas directamente a las rodillas, muslos, frente o cabeza)
5*	a. Caer en una posición de push up (flexión de pecho) puede implicar cualquier salto. a. Caer en una posición de *push-up* en la superficie de competencia desde un salto en el cual las piernas estén frente al cuerpo y se abren hacia atrás para caer en la posición, no esta permitida con poms en las manos.

EJECUCIÓN POR GRUPOS O DUETOS **Alzadas o elevaciones de pareja se permiten, pero no se requiere en todas las divisiones dadas las siguientes limitaciones:**	
1	Un bailarín de apoyo no tiene que mantener el contacto con la superficie de presentación siempre y cuando la altura de la habilidad no exceda el nivel de los hombros.
2*	al menos un bailarín de Apoyo no tiene que mantener contacto con el bailarín Ejecutor por encima del nivel de la cabeza siempre que: a. Solo hay un bailarín Ejecutor y un bailarín de Apoyo involucrados en la habilidad antes del movimiento suelto.. b. El bailarín Ejecutor no puede invertirse una vez pierde el contacto y no hay rotación de cadera por encima de la cabeza después de perder el contacto. c. El bailarín Ejecutor debe ser atrapado o ayudado a la superficie de presentación por uno o más bailarínes de Apoyo y no puede ser y no puede ser recepcionado en una posición prona. d. Los bailarines de Apoyo no pueden sostener pompones / elementos de vestuario en las manos durante ninguna parte de la habilidad.
3	Se permite la rotación de la cadera sobre la cabeza del bailarín ejecutor siempre y cuando haya contacto entre el bailarín ejecutor y al menos un bailarín de apoyo hasta que el bailarín ejecutor regrese a la superficie del escenario o regrese a la posición vertical (de pie).
4	Inversiones verticales están permitidas siempre y cuando: **a.** El bailarín de apoyo mantenga el contacto con el bailarín ejecutor hasta que este último regrese a la superficie de competencia o a una posición vertical (de pie). **b.** La altura de los hombros del bailarín ejecutor excedan el nivel de hombros del bailarín de apoyo debe haber al menos un bailarín adicional “cuidando” sin recibir peso directo del bailarín ejecutor. (cuando haya 3 bailarines de apoyo, no se requiere la persona adicional (spotter)).

Federación Colombiana de Porrismo
Nit. 901.057.369-6
Personería Jurídica, Resolución 000149 del 07 - 02 - 2017

DESMONTES EJECUTADOS POR AGRUPACIONES O DUETOS **Desmontes a la superficie de presentación. (Aclaración: los movimientos sueltos pueden ser asistidos, pero no son obligatorios).**	
1*	Un bailarín ejecutante puede saltar, pasar o ser impulsado por un bailarín de apoyo siempre y cuando: a. Al menos una parte del cuerpo del bailarín ejecutor este al nivel de la cabeza o por debajo en ella en el punto más alto del movimiento suelto. a. El punto más alto del movimiento suelto no eleva las caderas del bailarín ejecutor por encima del nivel de la cabeza. b. El bailarín ejecutor no podrá pasar boca abajo o en posición invertida después del lanzamiento.
2*	Un bailarín de apoyo puede lanzar a un bailarín ejecutor siempre y cuando: a. Al menos una parte del cuerpo del bailarín ejecutor este el nivel de la cabeza o por debajo de ella en el punto más alto del movimiento suelto. a. El punto más alto de la habilidad no eleve las caderas del bailarín ejecutor por encima del nivel de la cabeza. b. El bailarín ejecutor puede estar en posición invertida o boca arriba cuando se le suelta pero debe aterrizar sobre sus pies. b. El bailarín ejecutor no puede estar en posición invertida cuando se le suelta c. El bailarín ejecutor no puede pasar por una posición invertida después de ser liberado. c. El bailarín ejecutor no puede pasar por una posición boca abajo o invertida después del movimiento suelto..

HIP HOP, POM & JAZZ
TINY, MINI Y YOUTH

* Indica una restricción adicional o regla específica para la categoría de Pom

EJECUCIÓN POR ATLETA **Gimnasia y habilidades aéreas de estilo urbano son permitidas, pero no son obligatorias en todas las divisiones dadas las siguientes limitaciones:**	
1*	Habilidades invertidas: Habilidades Invertidas no aéreas están permitidas (Ejemplo: parada de cabeza) a. NO se permiten las habilidades aéreas con apoyo manual (Excepción: Kip up que se origina desde la superficie de presentación y las manos están libres de poms o elementos de vestuario en la(s) mano(s) de apoyo). b. Habilidades aéreas sin apoyo de manos no son permitidas.
2	Habilidades con rotación de la cadera sobre la cabeza: a. No se permiten con apoyo si hay poms/elementos de vestuario. Con el apoyo de las manos se debe usar la(s) mano(s) libre(s) para el apoyo (Excepción: Rollos hacia adelante y hacia atrás. Se permiten los pom libres) b. Se permiten habilidades no aéreas. c. Habilidades aéreas con soporte manual son permitidas siempre y cuando: • Estén limitados a dos habilidades consecutivas y rotación de cadera sobre cabeza. • No es aéreo en la aproximación (iniciación de la habilidad), pero puede ser aéreo en el descenso. (Aclaración: En el descenso las manos deben tocar el suelo antes de que los pies salgan del suelo) d. Las habilidades aéreas SIN apoyo de manos no están permitidas (Excepción: Rueda libre que no esté conectada con otra habilidad con la cadera sobre la cabeza)

3	La gimnasia simultanea por encima o debajo de otro bailarín que incluya la rotación de cadera sobre cabeza de ambos bailarines no está permitida.
4	Caer directamente sobre la rodilla, muslo, espalda, la frente, la cabeza, el hombro o sentados en el suelo de presentación no está permitido a menos que el bailarín descargue el peso primero sobre las (s) mano (s) o pie(s).
5*	a. Caer en una posición de push-up en el suelo de competencia desde un salto no esta permitido mientras se sostienen Poms/props.

FEDECOLCHEER
Federación Colombiana de Porrismo
Nit. 901.057.369-6
Personería Jurídica, Resolución 000149 del 07 - 02 - 2017

EJECUCIÓN POR GRUPOS O DUETOS **Alzadas o elevaciones de parejas se permiten, pero no se requiere en todas las divisiones con las siguientes limitaciones:**	
1	El bailarín ejecutor debe mantener contacto con un bailarín de apoyo que esté en contacto directo con la superficie del escenario. (excepción, leaps y saltos del bailarín ejecutor)
2	Al menos un bailarín de apoyo debe mantener el contacto con el (los) bailarín (es) ejecutor (es) durante toda la habilidad por encima del nivel del hombro.
3	Se permite la rotación de la cadera sobre la cabeza del bailarín ejecutor siempre y cuando: a. El contacto entre el bailarín ejecutor y al menos uno de los bailarines de apoyo se mantenga hasta que el ejecutor regrese a la superficie del escenario o esté volviendo a la posición vertical. b. El bailarín ejecutor está limitado a una rotación de cadera sobre cabeza CONTINUA.
4	Inversión vertical está permitida siempre y cuando: a. El contacto entre el bailarín ejecutor y al menos uno de los bailarines de apoyo se mantenga hasta que el bailarín ejecutor regrese a la superficie del escenario o esté volviendo a la posición vertical. b. uando la altura de los hombros del bailarín ejecutor exceda el nivel de los hombros, debe haber al menos un bailarín adicional para asistir, este no puede soportar el peso directamente del bailarín ejecutor (Aclaración: cuando hay 3 bailarines de apoyo no se requiere un lugar adicional)
DESMONTES EJECUTADOS POR AGRUPACIONES O DUETOS **Desmontes a la superficie de presentación Los movimientos sueltos pueden ser asistidas pero no obligatorios dadas las siguientes limitaciones.**	
1	Un bailarín ejecutor puede saltar, pasar o ser impulsado por otro bailarín de apoyo siempre y cuando: a. En el punto más alto del movimiento suelto no eleva la cadera del bailarin ejecutante por encima del nivel de cabeza. b. El bailarín ejecutor no podrá pasar en posición invertida o boca abajo después del lanzamiento.
2	Un bailarín de apoyo puede lanzar a un bailarín ejecutor siempre y cuando: a. El punto más alto del lanzamiento no eleve las caderas del bailarín ejecutor por encima del nivel de la cabeza. b. El bailarín ejecutor no esté en posición invertida o boca arriba cuando se le suelta c. El bailarín ejecutor no puede pasar por una posición boca abajo o invertida después del lanzamiento