

## IASF Dance Rules 2020 – 2023

GENERELLE REGELN	
<b>1</b>	Alle Teams müssen durch eine/n qualifizierte/n Trainer/in oder Offizielle/n während der Meisterschaft beaufsichtigt werden.
<b>2</b>	Trainer/innen sollten sichergehen, dass Elemente von ihrem Team beherrscht werden, bevor schwierigere Elemente trainiert werden.
<b>3</b>	Alle Teammanager/innen, Trainer/innen und Offizielle/n müssen einen Notfallplan haben, falls eine Verletzung auftreten sollte.
<b>4</b>	Jede Team-Performance muss einen Mindestdauer von 1 Minute 45 Sekunden (1:45) bis zu einer Maximaldauer von 2 Minuten 15 Sekunden (2:15) haben. Die Zeitnahme beginnt mit der ersten choreografierten Bewegung oder dem ersten Ton der Musik. Die Zeitnahme endet mit der letzten choreografierten Bewegung oder dem letzten Ton der Musik. Zeitüberschreitungen werden mit Punktabzügen bestraft.
<b>5</b>	Teams dürfen die Wettkampffläche nicht verschmutzen oder beschädigen (z.B. Rückstände von Sprays, Pulvern, Ölen etc.). Verstöße werden durch Abzüge bestraft.
<b>6</b>	Das Benutzen von Feuer, Gasen, lebenden Tieren oder potentiell gefährlichen Elementen ist verboten. Verstöße werden durch Abzüge bestraft.
<b>7</b>	Teams dürfen vorher gemeldete Ersatzpersonen einsetzen, falls z.B. Verletzungen eintreten. Voraussetzung ist hier, dass die Ersatzperson die Altersrichtlinien der Kategorie erfüllt.
<b>8</b>	Alle Teilnehmer/innen verpflichten sich, den Richtlinien für sportliches Verhalten zu folgen und während des gesamten Events eine positive Repräsentation zu gewährleisten. Die Trainer/innen und Vereinsverantwortlichen sind dafür verantwortlich, dass sich alle Mitglieder, Trainer/innen, Sportler/innen, Eltern und andere mit dem Verein verbundene Personen entsprechend verhalten. In extremen Fällen unsportlichen Verhaltens kann dies zur Disqualifikation und zum Ausschluss vom Wettkampf führen.
<b>9</b>	Ein/e Teilnehmer/in, welche eine harte Schiene (Plastik o.ä) oder eine Orthese trägt, darf nicht in Choreografie-Elemente eingebunden werden, die andere verletzen könnten.
CHOREOGRAPHIE, MUSIK, und KOSTÜME	
<b>1</b>	Zweideutige, beleidigende oder vulgäre Kostüme, Make-Up, Choreografie und/oder Musik sind für ein Familien-Publikum ungeeignet und sorgen daher nicht für ein ansprechendes Gesamtbild. Dies wird die Juroren in ihrer Bewertung negativ beeinflussen. Als vulgär oder anstößig wird jegliche Art von Choreografie definiert, die beleidigend oder sexuell erscheint und/oder unzüchtige oder profane Bewegungen oder Schlussfolgerungen vermittelt.
<b>2</b>	Alle Bestandteile der Choreografie müssen altersgerecht sein.
<b>3</b>	Die Musik und Texte müssen für ein Familien-Publikum geeignet sein.
<b>4</b>	Den Auftritt barfuß, in Socken und/oder Fuß-Strümpfen, High Heels, Rollschuhen oder Inline-Skates oder irgendeiner anderen Art von unangebrachtem Schuhwerk für diesen Sport zu absolvieren ist verboten. Bei Fragen zum Schuhwerk wird eine Freigabe durch das IASF Rules Komitee empfohlen.
<b>5</b>	Schmuck ist als Bestandteil des Kostüms/ der Uniform erlaubt.
<b>6</b>	Alle Kostüme müssen sicher befestigt sein und alle wichtigen Körperteile bedecken. Sollte ein Kostüm kaputt gehen und der/die jeweilige Teilnehmer/in auf Grund dessen unbedeckt werden, kann dies zu einer Disqualifikation führen.

## IASF Dance Rules 2020 – 2023

7	Das Aufführen von Cheers oder Chants ist nicht erlaubt.
<b>PROPS/REQUISITEN</b>	
1	Freistehende Hilfsmittel und Requisiten sind nicht erlaubt. Die Nutzung von Teilen der Kostüme (Ketten, Jacken, Hüte, Poms etc.) sind erlaubt und dürfen während der Routine abgelegt werden, dürfen aber nicht benutzt werden, um Athlet/innen von der Wettkampffläche zu heben.

**IASF Dance Rules 2021 - 2023**  
**Hip Hop, High Kick, Pom, Jazz & Contemporary/Lyrical**  
**Junior, Senior and Open Divisions**

<b>Von Einzelsportler/innen ausgeführt</b>	
<i>Tumbling und Aerial Street Style Skills sind erlaubt, aber nicht zwangsläufig gefordert in allen Kategorien, müssen aber den folgenden Regeln folgen:</i>	
<b>1*</b>	<p><b><u>Invertierte Skills:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Airborne invertierte Skills mit Handunterstützung sind nicht erlaubt, während Poms / Kostümelemente in der Hand gehalten werden.</li> <li>b. Airborne invertierte Skills ohne Handunterstützung sind nicht erlaubt.</li> </ul>
<b>2</b>	<p><b><u>Skills mit Hip Over Head Rotation:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Non airborne Skills sind erlaubt, solange der/die Athlet:in keine Poms oder Kostümelemente in der unterstützenden Hand hält. (Ausnahme: Vorwärtsrollen, Rückwärtsrollen und korrekt verwendete Hands-Free Poms sind erlaubt.)</li> <li>b. Airborne Skills mit Hand-Support sind in folgenden Fällen erlaubt: <ul style="list-style-type: none"> <li>i. Beinhaltet maximal zwei aufeinanderfolgende Hip-Over-Head Rotationen.</li> <li>ii. Dürfen keine Poms und/oder Kostümelemente in der unterstützenden Hand halten.</li> </ul> </li> <li>c. Airborne Skills ohne Hand-Support sind in folgenden Fällen erlaubt: <ul style="list-style-type: none"> <li>i. Beinhaltet maximal eine Twisting Rotation.</li> <li>ii. Dürfen mit keinem anderen Skill verbunden sein, der ebenfalls Airborne mit einer Hip over Head Rotation ohne Hand-Support ist.</li> <li>iii. Sind limitiert auf zwei aufeinanderfolgende Hip over Head Rotation Skills.</li> </ul> </li> </ul>
<b>3</b>	Gleichzeitiges Tumbling über oder unter eine/n andere/n Teilnehmer/in mit einer Hip over Head Rotation beider Teilnehmer/innen ist nicht erlaubt.
<b>4</b>	Es sind nur <u>Drops</u> auf Schulter, Rücken oder Gesäß erlaubt sofern diese nicht aus einer Höhe über Hüftlevel erfolgen. ( <i>Erklärung: <u>Drops</u> direkt auf Knie, Oberschenkel, Oberkörper oder Kopf sind nicht erlaubt</i> ).
<b>5</b>	Landungen in einer Push Up Position auf der Wettkampffläche aus einer airborne Position während Poms und/oder Kostümelemente in der unterstützenden Hand gehalten werden sind nicht erlaubt.
<b>Von Gruppen oder Paaren ausgeführt- Lifts und Partnering sind erlaubt, aber nicht zwangsläufig gefordert in allen Kategorien, müssen aber den folgenden Regeln folgen:</b>	
<b>1</b>	Der/die <u>unterstützende Teilnehmer/in</u> muss nicht in ständigem <u>Kontakt</u> mit der Wettkampffläche stehen, sofern der Skill Schulterhöhe nicht überschreitet.

2	<p>Mindestens ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in muss während des Skills <b>keinen</b> ständigen Kontakt mit dem/der ausführenden Teilnehmer/in halten, während diese/r über Kopf-Level ist, wenn:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Nur ein/e Teilnehmer/in und ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in vor dem Loslassen im Skill involviert ist</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in, während er/sie losgelassen wird, keine invertierte Position durchläuft und die Hüfte nach dem Loslassen nicht über Kopfhöhe steigt.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in wird von einem/einer oder mehreren weiteren Teilnehmer/innen entweder gefangen oder unterstützt, bis er/sie wieder auf der Wettkampffläche ist und nicht in einer Prone Position gefangen wird.</li> <li>Unterstützende Athlet/innen dürfen keine Poms/Kostümelemente in der Hand halten während des gesamten Skills.</li> </ol>
3	<p><u>Hip Over Head Rotation</u> der ausführenden Teilnehmer/innen ist erlaubt, sofern mindestens ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in für die Dauer des gesamten Skills bis zur Rückkehr auf die Wettkampffläche oder dem Erreichen einer aufrechten Position Kontakt hält.</p>
4	<p><u>Vertikale Inversionen</u> sind erlaubt wenn:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in für die Dauer des gesamten Skills bis zur Rückkehr auf die Wettkampffläche oder dem Erreichen einer aufrechten Position Kontakt mit dem/der ausführenden Teilnehmer/in hält</li> <li>der/die ausführende Teilnehmer/in bei Überschreiten des Schulterhöhe durch mindestens eine/n weitere/n unterstützende/n Teilnehmer/in gespottet wird, der/die nicht das Gewicht des/der ausführenden Teilnehmer/in trägt.</li> </ol> <p><i>(Erklärung: bei 3 unterstützenden Teilnehmer/innen wird kein weiterer Spot benötigt).</i></p>
<p><b>DISMOUNTS-AUSGEFÜHRT VON GRUPPEN ODER PAAREN-</b> Dismounts auf die Wettkampffläche (Erklärung: Released Skills dürfen unterstützt werden, nicht notwendig):</p>	
1*	<p>Ein/e ausführende/r Teilnehmer/in darf von einem/einer unterstützenden Teilnehmer/in springen oder sich von dieser/diesem abdrücken wenn:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>sich mindestens ein Körperteil des/der ausführenden Teilnehmer/in beim höchsten Punkt des Release Skills auf Kopfhöhe oder darunter befindet.</li> <li>Der höchste Punkt des Released Skills hebt die Hüfte des/der ausführenden Teilnehmer/in nicht über Kopfhöhe.</li> <li>der/die ausführende Teilnehmer/in darf nach dem Release Skill keine Prone oder invertierte Position durchlaufen.</li> </ol>
2*	<p>Unterstützende Teilnehmer/innen dürfen eine/n ausführende/n Teilnehmer/in werfen, wenn:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Mindestens ein Körperteil des/der ausführenden Athlet/in während des höchsten Punkts des Release Skills auf Kopfhöhe oder darunter bleibt.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in darf während des Release Skills invertiert sein, muss aber auf den Füßen/einem Fuß landen.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in darf im Moment des Release Skills nicht invertiert sein.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in darf nach dem Release Skill keine invertierte Position durchlaufen.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in darf keine Prone oder invertierte Position nach dem Release Skill durchlaufen.</li> </ol>

\*Blau bedeutet zusätzliche Einschränkungen oder spezifische Regeln für die Pom Kategorien

**IASF Dance Rules 2021 - 2023**  
**Hip Hop, High Kick, Pom, Jazz & Contemporary/Lyrical**  
**Tiny, Mini und Youth Divisions**

**Von Einzelsportler/innen ausgeführt:**

*Tumbling und Aerial Street Style Skills sind erlaubt, aber nicht zwangsläufig gefordert in allen Kategorien, müssen aber den folgenden Regeln folgen:*

1*	<p><b><u>Invertierte Skills:</u></b></p> <p>a. Airborne invertierte Skills mit Handunterstützung sind nicht erlaubt. (Ausnahme: Kip Up mit Hand-Unterstützung welcher auf der Wettkampffläche startet, darf jedoch keine Poms und/oder Kostümelemente in der unterstützenden Hand halten.)</p> <p>b. Airborne invertierte Skills ohne Handunterstützung sind nicht erlaubt.</p>
2.	<p><b><u>Skills mit Hip-over-Head Rotation:</u></b></p> <p>a. Mit Hand-Support sind nicht erlaubt wenn Poms/Kostümelemente in der stützenden Hand gehalten werden (<i>Ausnahme: <u>Vorwärtsrollen</u> und <u>Rückwärtsrollen</u> sind erlaubt</i>)</p> <p>b. Non-<u>airborne</u> Skills sind erlaubt.</p> <p>c. <u>Airborne</u> Skills mit Hand-Support sind erlaubt, wenn:</p> <p style="margin-left: 20px;">i. Sind limitiert auf zwei <u>aufeinander folgende Hip-over-Head Rotation</u> Skills.</p> <p style="margin-left: 20px;">ii. Ist zu Beginn nicht <u>airborne</u> wird im Verlauf jedoch <u>airborne</u>. (<i>Erklärung: Beim Einleiten des Skills müssen die Hände die Wettkampffläche berühren, bevor die Füße diese verlassen.</i>)</p> <p>d. <u>Airborne</u> Skills ohne Hand-Support sind nicht erlaubt. (<i>Ausnahme: <u>aerial cartwheel</u>, das nicht <u>verbunden</u> ist mit einem anderen skill mit Hip over Head Rotation</i>)</p>
3.	<p>Gleichzeitiges <u>Tumbling</u> über oder unter eine/n andere/n Teilnehmer/in, das eine <u>Hip-over-Head Rotation</u> von beiden Teilnehmer/innen beinhaltet, ist nicht erlaubt.</p>
4.	<p><u>Drops</u> direkt auf die Knie, Oberschenkel, Rücken, Schulter, Gesäß, Oberkörper oder Kopf auf die Wettkampffläche sind nicht erlaubt, es sei denn, das Hauptgewicht des/der Teilnehmer/in wird von den Händen und/oder Füßen abgefangen.</p>
5.	<p>Landungen in einer Push Up Position auf der Wettkampffläche aus einem Airborne Skill während Poms und/oder Kostümelemente gehalten werden ist nicht erlaubt.</p>

**Von Gruppen oder Paaren ausgeführt-** Lifts und Partnering *sind erlaubt, aber nicht zwangsläufig gefordert in allen Kategorien, müssen aber den folgenden Regeln folgen:*

1.	Der/die <u>ausführende Teilnehmer/in</u> muss in ständigem <u>Kontakt</u> mit einer/einem <u>unterstützenden Teilnehmer/in</u> sein, der/die in direktem <u>Kontakt</u> mit der Wettkampffläche steht.
2.	Mindestens ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in muss während des Skills ständigen Kontakt mit dem/der ausführenden Teilnehmer/in halten, während diese/r sich über Schulter-Level befindet.
3.	<u>Hip Over Head Rotation</u> der ausführenden Teilnehmer/in ist erlaubt, wenn: <ol style="list-style-type: none"> <li>ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in für die Dauer des gesamten Skills bis zur Rückkehr auf die Wettkampffläche oder dem Erreichen einer aufrechten Position Kontakt mit dem/der ausführenden Teilnehmer/in hält</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in ist limitiert auf eine <u>durchgehende</u> Hip-over-Head Rotation.</li> </ol>
4.	<u>Vertikale Inversionen</u> sind erlaubt wenn: <ol style="list-style-type: none"> <li>ein/e unterstützende/r Teilnehmer/in für die Dauer des gesamten Skills bis zur Rückkehr auf die Wettkampffläche oder dem Erreichen einer aufrechten Position Kontakt mit dem/der ausführenden Teilnehmer/in hält</li> <li>der/die ausführende Teilnehmer/in bei Überschreiten des Schulterhöhe durch mindestens eine/n weitere/n unterstützende/n Teilnehmer/in gespottet wird, der/die nicht das Gewicht des/der ausführenden Teilnehmer/in trägt.</li> </ol> <p><i>(Erklärung: bei 3 unterstützenden Teilnehmer/innen wird kein weiterer Spot benötigt).</i></p>

**DISMOUNTS-AUSGEFÜHRT VON GRUPPEN ODER PAAREN-** Dismounts auf die Wettkampffläche (Erklärung: Released Skills dürfen unterstützt werden, müssen aber nicht unbedingt unetrstützt werden):

1.	Ein/ ausführende/r Teilnehmer/in darf von einem/einer unterstützenden Teilnehmer/in springen oder sich von diesem/dieser abdrücken wenn: <ol style="list-style-type: none"> <li>Der höchste Punkt des Released Skill hebt die Hüfte des/der ausführenden Teilnehmer/in nicht über Kopfhöhe.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in darf nach dem Release Skill keine Prone oder invertierte Position durchlaufen.</li> </ol>
2.	Unterstützende Teilnehmer/innen dürfen eine/n ausführende/n Teilnehmer/in werfen, wenn: <ol style="list-style-type: none"> <li>Mindestens ein Körperteil des/der ausführenden Sportler/in während des höchsten Punkts des Release Skills auf Kopfhöhe oder darunter bleibt.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in nicht <u>invertiert</u> oder <u>in Rückenlage</u> ist im Moment des Release Skills.</li> <li>Der/die ausführende Teilnehmer/in darf keine Prone oder invertierte Position durchlaufen nach dem Release Skill.</li> </ol>