# Regelwerk

# German ALL LEVEL Championship 2018

**UPDATE 14.09.2018**

## 1 Allgemeine Regeln

Die nachfolgenden Regeln und Bestimmungen gelten für alle Ausgaben der German All Level Championship Serie 2018. Veranstalter dieser Meisterschaft ist Varsity Europe. (booking.varsity-europe.org)

### 1.1 Anmeldung

Die Anmeldung zur Meisterschaft erfolgt schriftlich durch Zusendung der gesamten Anmeldeunterlagen zur Varsity Europe Sports Support gGmbH. Die Anmeldung ist abgeschlossen durch den Eingang der gesamten Anmeldegebühren auf dem auf der Rechnung vermerkten Konto. Die Anmeldung zur Meisterschaft ist verbindlich.

**Anmeldefrist für die Meisterschaften 2018**
German All Level Championship Süd-Ost – 21.10.2018
German All Level Championship West – 04.11.2018
German All Level Championship North – 02.12.2018

Nachmeldungen einzelner Personen zu bereits angemeldeten Teams sind eine Woche vor Beginn der Meisterschaft möglich. Einzelne Personen können bis zur finalen Anmeldedeadline der Meisterschaft von der Teilnahme zur Meisterschaft zurücktreten. In diesem Fall werden 80% der Startgebühren als Bearbeitungsgebühren einbehalten. Eine Absage der Teilnahme nach diesem Termin ist nicht möglich und der Teilnehmer hat in diesem Fall keinen Anspruch auf eine Rückerstattung von Startgebühren. Für alle Änderungen die nach der Anmeldefrist vorgenommen werden, fällt eine Bearbeitungsgebühr von 30 EUR pro Änderung an! Änderungen der Kategorie führen zu 50 EUR Bearbeitungsgebühr! Da die Anzahl der teilnehmenden Teams in den verschiedenen Kategorien und Standorten limitiert ist, erfolgt nach Eingang der Anmeldung eine Bestätigung der Teilnahme durch die Varsity Europe Sports Support gGmbH, wenn eine Teilnahme möglich ist. Jeder Teilnehmer muss im Besitz eines gültigen Lichtbildausweises (Personalausweis, Reisepass, Kinderausweis oder entsprechend) sein. Dieser Pass muss gegebenenfalls vorgelegt werden. Kopien sind auch akzeptiert. Jeder Teilnehmer muss das Regelwerk und die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der German All Level Championship 2018 anerkennen (durch Anmeldung durch den Coach). Ansonsten kann diese Person nicht an der Meisterschaft teilnehmen.

### 1.2 Qualifikationsprozess zu anderen Meisterschaften - UPDATE

Erstmalig in 2018 habt ihr die Chance bei jeder All Level Championship Bids für The SUMMIT 2019 zu gewinnen! Diese renommierte All Star Meisterschaft für Level 1-4 findet nur einige Tage nach der „Worlds-Week“ statt und zieht tausende von Cheerleadern aus aller Welt an.
**Die folgende Bid Übersicht gilt jeweils für jede German All Level Championship 2018!**

**PAID BIDs**
1 x Das Team mit der höchsten Punktzahl in allen Junior & Senior Level 1-4 Kategorien gewinnt das PAID Bid.

Das PAID Bid beinhaltet Übernachtung und Teilnahme für bis zu 28 Sportler und Coaches für 4 Nächte im Disney All Star Resort.

**AT LARGE BIDs**
1 x Das Team mit der höchsten Punktzahl in Junior & Senior Level 1 Kategorien erhält ein AT LARGE Bid.
1 x Das Team mit der höchsten Punktzahl in Junior & Senior Level 2 Kategorien erhält ein AT LARGE Bid.
1 x Das Team mit der höchsten Punktzahl in Junior & Senior Level 3 Kategorien erhält ein AT LARGE Bid.
1 x Das Team mit der höchsten Punktzahl in Junior & Senior Level 4 Kategorien erhält ein AT LARGE Bid.

In dem Level in dem der Gewinner des PAID Bids die höchste Punktzahl hat, erhält der zweitplatzierte das AT LARGE Bid.

- Die ausgegebenen Bids sind ausschließlich für The SUMMIT 2019 gültig

- Alle Bid Gewinner erhalten weitere Informationen zur Meisterschaft bis 7 Tage nach dem Event
- Bids werden ausschließlich an europäische Teams vergeben
- Sollte ein Bid Gewinner schon im Vorfeld bei einem anderen Event ein gleichrangiges Bid erhalten haben, wird dieses an den zweiten Punktbesten vergeben
- Alle Bid Gewinner müssen bei den SUMMITs in den International Divisions antreten
- Alle weitere Informationen zu the SUMMIT 2019 findet ihr hier: www.varsity.com/all-star/competitions/end-of-season-events/the-summit/

Die German All Level Championships 2018 ist eine Möglichkeit für deutsche und europäische Teams um weiterführend an der International UCA All Star Championship, im Walt Disney World,in Orlando, Florida teilzunehmen. Nach dem die Ergebnisse der jeweiligen Ausgabe der GALC feststehen, werden alle Teams nach europäischen Ländern gruppiert. Das Team mit der höchsten Punktzahl in seinem Land in der jeweiligen Kategorie hat dann die Möglichkeit an der IASC in Orlando teilzunehmen. Dieser Prozess ist ausschließlich für alle europäischen Länder möglich.

Dies betrifft die folgenden Kategorien:

* Peewee Cheer Level 2
* Junior Allgirl Cheer Level 4 & 5
* Junior Coed Cheer Level 4 & 5
* Senior Allgirl Cheer Level 5 & 6
* Senior Coed Cheer Level 5 & 6
* Senior Limited Cheer Level 5 & 6
* Senior Allgirl Groupstunt 5 & 6
* Senior Coed Groupstunt 5 & 6
* Senior Coed Partnerstunt 6

Bei der Süd-Ost Auflage der German All Level Championship 2018 in Hof werden außerdem erstmalig Dance Kategorien angeboten. Diese besten Teams eines jeweiligen europäischen Landes qualifiziert sich hier für die National Dance Team Championship (NDTC), in Orlando Florida. Nach dem die Ergebnisse der jeweiligen Ausgabe der GALC feststehen, werden alle Teams nach europäischen Ländern gruppiert. Das Team mit der höchsten Punktzahl in seinem Land in der jeweiligen Kategorie hat dann die Möglichkeit an der NDTC in Orlando teilzunehmen. Dieser Prozess ist ausschließlich für alle europäischen Länder möglich.

Dies betrifft die folgenden Kategorien:

* Peewee Freestyle Pom / Jazz / Hip Hop
* Junior Freestyle Pom / Jazz / Hip Hop
* Senior Freestyle Pom / Jazz / Hip Hop

### 1.3 Kategorien und Altersklassen

Die folgenden Altersgruppen werden bei der Meisterschaft angeboten. Alle Kategorien sind offen für alle Vereins- oder All Star Teams.

| Altersklasse | Geburtsjahr |
|---|---|
| **Peewee**<br>(Cheer Level 1 – 2, Dance – alle Kategorien, Groupstunt) | 2007 und jünger |
| **Junior**<br>(Cheer Level 1-3, Dance – alle Kategorien, Stunt Kategorien) | 2011 – 2001 |
| **Junior**<br>(Cheer Level 4) | 2009 – 2001 |
| **Junior**<br>(Cheer Level 5) | 2007 – 2003 |
| **Senior**<br>(Cheer Level 1 – 4, Dance – alle Kategorien, Stunt Kategorien) | 2006 und älter |
| **Senior**<br>(Cheer Level 5) | 2005 und älter |
| **Senior**<br>(Cheer Level 6) | 2004 und älter |

Alle Ausnahmen bezüglich der Altersregelungen müssen schriftlich eingereicht werden und auch schriftlich (per Email) bestätigt werden. Die Anzahl der Ausnahmen ist abhängig von der zu startenden Kategorie und der Anzahl der Teilnehmer in einem Team.

**Ersatzpersonen**
Team Kategorien: max. 5 Personen pro Team
Groupstunts Kategorien: max. 2 Person
Partnerstunt Kategorien: max. 2 Person (wenn 2 Ersatzpersonen gemeldet sind, muss eine Person weiblich und eine männlich sein).

Die verschiedenen Kategorien müssen den oben abgebildeten Leveln folgen. Die verschiedenen Cheer Levels sind in den Cheer Level Rules definiert. ( www.varsity-europe.org)

Die folgenden Teilnehmerzahlen sind für die Cheer Kategorien einzuhalten:

| Kategorie | Teilnehmerzahl |
|---|---|
| Team Cheer Allgirl | 5 – 30 Personen |
| Team Cheer Coed | 5 – 30 Personen |
| Groupstunt Allgirl | 4 – 5 Personen |
| Groupstunt Coed | 4 – 5 Personen |
| Partnerstunt Coed | 2 Personen |

Die folgenden Teilnehmerzahlen sind für die Dance Kategorien einzuhalten:

| Kategorie | Teilnehmerzahl |
|---|---|
| Freestyle Pom | 5 – 30 Personen |
| Jazz | 5 – 30 Personen |
| Hip Hop | 5 – 30 Personen |

Die folgenden Kategorien werden angeboten:

| Level 1 | |
|---|---|
| PW1 | Peewee Cheer |
| JA1 | Junior Allgirl Cheer* |
| JC1 | Junior Coed Cheer* |
| SA1 | Senior Allgirl Cheer* |
| SC1 | Senior Coed Cheer* |

| Level 2 | |
|---|---|
| PW2 | Peewee Cheer |
| PGR2 | Peewee Groupstunt |
| JA2 | Junior Allgirl Cheer* |
| JC2 | Junior Coed Cheer* |
| SA2 | Senior Allgirl Cheer* |
| SC2 | Senior Coed Cheer* |

| Level 3 | |
|---|---|
| JA3 | Junior Allgirl Cheer* |
| JC3 | Junior Coed Cheer* |
| SA3 | Senior Allgirl Cheer* |
| SC3 | Senior Coed Cheer* |

| Level 4 | |
|---|---|
| JA4 | Junior Allgirl Cheer |
| JC4 | Junior Coed Cheer |
| JGR4 | Junior Allgirl Groupstunt |
| JCG4 | Junior Coed Groupstunt |
| SA4 | Senior Allgirl Cheer |
| SC4 | Senior Coed Cheer |

| Level 5 | |
|---|---|
| JA5 | Junior Allgirl Cheer |
| JC5 | Junior Coed Cheer |
| JGR5 | Junior Allgirl Groupstunt |
| JCG5 | Junior Coed Groupstunt |
| JPA5 | Junior Coed Partnerstunt |
| LSC5 | Limited Senior Coed Cheer |
| SA5 | Senior Allgirl Cheer |
| SC5 | Senior Coed Cheer |
| SGR5 | Senior Allgirl Groupstunt |
| CGR5 | Senior Coed Groupstunt |

| Level 6 | |
|---|---|
| LSC6 | Limited Senior Coed Cheer |
| SA6 | Senior Allgirl Cheer |
| SC6 | Senior Coed Cheer |
| SGR6 | Senior Allgirl Groupstunt |
| CGR6 | Senior Coed Groupstunt |
| SPA6 | Senior Coed Partnerstunt |

**Ausschließlich bei der German All Level Championship Süd-Ost in Hof am 16.12.2018:**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| PF | Peewee Freestyle Pom | JF | Junior Freestyle Pom | SF | Senior Freestyle Pom |
| PJ | Peewee Jazz | JJ | Junior Jazz | SJ | Senior Jazz |
| PHH | Peewee Hip Hop | JHH | Junior Hip Hop | SHH | Senior Hip Hop |

In der Coed Kategorie muss mindestens eine männliche Person im Team antreten.
Es sind keine männlichen Personen in der AllGirl Kategorie erlaubt. In den Limited Coed Kategorien können maximal 4 männliche Personen antreten.

In den Dance Kategorien können jeweils männliche und weibliche Personen starten.

* **Zusammenfassung der Kategorien Level 1 – 3**

Allgirl und Coed Kategorien in denen weniger als drei Starter gemeldet sind werden innerhalb des Levels zusammen gefasst und gleich gewertet.
Beispiel:
Junior Allgirl Level 2 – 1 startendes Team
Junior Coed Level 2 – 1 startendes Team

= Starten zusammen im Junior Cheer Level 2

### 1.4 Kategorien-Wechsel

Jeder Teilnehmer sollte nur in einer Kategorie antreten. Das mehrmalige Antreten in weiteren Kategorien obliegt der Entscheidung des Coaches da Zeitplanprobleme entstehen können. Auf Doppelstarts kann bei der Erstellung des Zeitplans leider keine Rücksicht genommen werden.

Jeder Teilnehmer kann nur in einer Altersklasse antreten. Das Übertreten in eine zweite Alterklasse ist in den Teamkategorien nicht erlaubt. In allen Stuntkategorien müssen die Alterseinteilungen eingehalten werden.

### 1.5 Zeitlimit der verschiedenen Kategorien

**A. Team Cheerleading:** maximal zwei Minuten und dreißig Sekunden (2:30)
**B. Group Stunt / Partner Stunt:** maximal eine Minute (1:00)
**C. Cheer Dance Team:** maximal zwei Minuten und dreißig Sekunden (2:30)

### 1.6 Music / Entrances

1. Die Musik soll dem Alter und einem Familienpublikum entsprechen.

2. Die Zeitnahme beginnt entweder mit dem ersten choreographischen Element oder mit dem ersten Ton der Musik und endet mit dem letzten choreographischen Element oder mit dem letzten Ton der Musik.

3. Falls ein Team die maximale Dauer der Routine überschreitet wird pro Verstoß ein Abzug erfolgen. Ein (1) Punkt Abzug für 5-10 Sekunden und drei (3) Punkte Abzug für 11 und mehr Sekunden pro Judge.

4. Da die Abzüge hoch sind, wird allen Teams empfohlen, ihre Musik einige Zeit vor dem Wettkampftag zu schneiden und einen Puffer von einigen Sekunden einzuplanen, um Unterschiede der Musikanlagen zu kompensieren.

5. Jedes Team muss einen Trainer oder Vertreter für das Abspielen seiner Musik haben. Diese Person ist dafür verantwortlich, am Musiktisch die Musik für das Team zu starten und zu stoppen („play“ und „stop“ zu drücken) bzw. das Zeichen hierfür zu geben.

6. Die Musik für die Routine eines Teams bzw. Die Walk On oder Walk Off Musik muss spätestens 14 Tage ins booking Portal geladen werden.

Musik Dateien müssel folgendermaßen betitelt werden:

Walk On Musik: A / Routine Musik: B / Walk Off Musik: C

AllLevelAusgabe_Startnummer(Wennvorhanden)_ArtDerMusik_Teamname_Club_Kategorienkürzel

Bsp:

GALCSO_009_A_VARSITYAllstars_VARSITYEUROPE_SC6
GALCSO_009_B_VARSITYAllstars_VARSITYEUROPE_SC6
GALCSO_009_C_VARSITYAllstars_VARSITYEUROPE_SC6

Die Musik muss in den Online Account auf Booking.varsity-europe.org als MP3 hochgeladen werden.

Geht wie folgt vor:
1. Logged euch in euren Account auf booking.varsity-europe.org
2. Klickt auf "ANMELDUNG" oben rechts
3. Klickt auf "ANMELDEN" im Menü links
4. Geht in die Meisterschaft für die ihr die Music hochladen wollt. ( Ihr müsst für diese schon angemeldet sein)
-> Unter „Meine Team Anmeldungen“ findet ihr die Spalte „ DATEIEN“

→ Wählt „Musik“
5. Klickt auf "Datei hinzufügen" und wählt die Datei von eurer Festplatte.
6. Klickt auf "Speichern" – Ihr könnt die Musik bis kurz vor dem Event erneuern.

Für Notfälle empfiehlt es sich die Musik außerdem auf CD, USB Stick und ggf. Smartphone zur Meisterschaft zu bringen.

7. Jedes Team muss die Wettkampffläche zügig betreten und verlassen, damit der Meisterschaftszeitplan eingehalten werden kann. Die Teams haben nur eine begrenzte Zeit, um die Fläche zu betreten und mit der Routine zu beginnen. Einstudierte choreographische Einläufe sind nicht erlaubt.

8. Das Betreten und Verlassen der Matte kann mit der eingesendeten Walk On / Walk Off Musik unterstrichen werden. Varsity Europe behält sich vor diese aus Zeitgründen nicht einzuspielen. Die Walk On / Walk Off Musik sollte jeweils maximal 20 Sekunden andauern. Das Einsenden von ganzen Liedern mit der Information ab welcher Sekunde gespielt werden soll ist nicht möglich.

### 1.7 Auftrittsfläche

**1. Cheer Dance:** Marley Dance Floor auf einem Spring Floor. Größe: mind. 12 m x 12 m.

**2. Cheerleading:** Standard Tumble Matten auf einem Spring Floor. Größe: mind. 12 m x 12 m.

**3. Stunts:** Standard Tumble Matten auf einem Spring Floor. Größe: mind. 12 m x 12 m.

* Teams können die Mattenfläche von allen zugänglichen Punkten betreten.

* Keine Strafpunkte für das Hinaustreten aus der Mattenfläche.

### 1.8 Anfragen betreffend der Meisterschaft oder des Verlaufes

**A – Regeln und Abläufe:** Alle Anfragen bezüglich Regeln oder des Ablaufs der Meisterschaft werden durch genau eine offizielle Person des Teams (z.B. Trainer, Captain, ...) ausschliesslich nur an einen Offiziellen der Meisterschaft gestellt. Anfragen sollten im Vorfeld des Auftritts des Teams gestellt werden.

**B – Auftritt:** Alle Fragen bezüglich des Auftritts des Teams sollten direkt nach dem Auftritt oder nach Bekanntgabe der Ergebnisse an den Offiziellen der Meisterschaft gerichtet werden.

### 1.9 Sportliches Verhalten und Disqualifikationen

Alle Teilnehmer sind verpflichtet, sich nach allen Regeln des sportlichen Verhaltens vor und nach der Meisterschaft zu verhalten. Der Trainer sowie Vereinsoffizielle sind verantwortlich, dass sich Teilnehmer, Trainer, Eltern sowie mit dem Team in Verbindung stehende Personen nach sportlichen Maßstäben verhalten und den Sport positiv repräsentieren. Grobes unsportliches Verhalten kann zur Disqualifikation führen. Weitere folgende Taten führen zur Disqualifikation:

- Tätlichkeiten oder Beleidigungen der Jury, Offiziellen, Teilnehmer oder Zuschauern
- Einsatz eines nicht angemeldeten Cheerleaders
- Verstoß gegen die Anti-Doping-Verordnung
- Verstoß gegen Altersbestimmungen
- Grob unsportliches Verhalten

### 1.10 Unterbrechung der Routine

**A - Ungeahnte Vorkommnisse**
1. Falls nach Meinung der Turnierleitung der Grund für die Unterbrechung der Routine eines Teams bei dem Equipment der Meisterschaft, der Veranstaltungshalle oder bei einer anderen Quelle liegt, die nicht dem Team zuzuordnen ist, sollte das Team die Routine vollständig abbrechen.
2. Das Team darf das Programm noch einmal im Ganzen zeigen. Die weitere Bewertung erfolgt dann ab dem Zeitpunkt der Unterbrechung.
3. Sollte ein Team die Routine nicht in ihrer Ganzheit wiederholen können, werden die Punkte auf Grundlage der niedrigeren Darbietung gegeben.

**B - Eigenes Verschulden**

**1 .** Wenn die Routine durch die Schuld des eigenen Equipments unterbrochen wird, muss das Team die Routine beenden oder von der Meisterschaft zurücktreten.
2. Wenn die Routine durch die Schuld des eigenen Equipments unterbrochen wird, muss das Team die Routine beenden oder von der Meisterschaft zurücktreten.
Die Turnierleitung kann bestimmen, ob das Team die Routine zu einem späteren Zeitpunkt wiederholen darf. Wenn das Team die ganze Routine noch einmal zeigen darf, dann wird diese nur ab dem Zeitpunkt der Unterbrechung weiterbewertet.
4. Sollte ein Team die Routine nicht in ihrer Ganzheit wiederholen können, werden die Punkte auf Grundlage der bisherigen Darbietung gegeben.

**C – Verletzungen**
**1.** Die einzigen Personen, die eine Routine bei Verletzungen unterbrechen dürfen sind:
a) die Turnierleitung,
b) der Trainer/Betreuer oder
c) die verletzte Person.
2. Die Offiziellen der Meisterschaft bzw. die Juroren bestimmen, ob das Team zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal auftreten darf. Wenn ein erneuter Start zu einem späteren Zeitpunkt erlaubt wird, bestimmt der Verantwortliche der Meisterschaft bzw. die Juroren, den möglichen Zeitpunkt im Zeitablauf.
Das Team muss die gesamte Routine wiederholen, wird aber nur ab dem Zeitpunt des Abbruchs weiterbewertet.
3. Sollte ein Team die Routine nicht in ihrer Ganzheit wiederholen können, werden die Punkte auf Grundlage der bisherigen Darbietung gegeben.
4. Ein verletzte Person, welche weiterhin teilnehmen möchte, darf nicht auf die Wettkampfläche zurückkehren, es sei denn

a. Die offizielle Wettkampfleitung erhält die Erlaubnis zur Rückkehr von (1) dem Medical Staff, (2) eines Elternteils (falls anwesend) und NUR DANN (3) des Coaches/Betreuer des Teams
b. Wenn der Medical Staff den Teilnehmer nicht freigibt kann dieser nur auf die Wettkampffläche zurückkehren, wenn ein anwesendes Elternteil oder gesetzlicher Vertreter (Erziehungsberechtigter) eine Teilnahmeerlaubnis unterzeichnet.
c. Bei einer vermuteten Kopfverletzung (z.B. Gehirnerschütterung) darf der Teilnehmer ausschließlich wieder an der Meisterschaft teilnehmen wenn ein Medical Staff die Erlaubnis erteilt. In diesem Fall hat die Teilnahmeerlaubnis des Erziehungsberechtigten keine Wirkung.

**1.11 Endgültigkeit von Entscheidungen**

Teilnehmer der Meisterschaft willigen ein, dass jegliche Entscheidungen der Jury und der Offiziellen der Meisterschaft endgültig sind und nicht im Nachhinein angefochten werden. Alle Teilnehmer bestätigen, dass die Jury eine faire direkte Entscheidung trifft und dass alle Teams und Teilnehmer auf eine rechtliche Anfechtung dieser Entscheidungen in jeglichen Formen verzichten.

**1.12 Veröffentlichungen, Werbung und PR**

Alle Teams die einen Titel oder eine Trophäe bzw. Preis bei dieser Meisterschaft gewinnen, erklären sich bereit alle Veröffentlichungen, Werbungen oder PR Maßnahmen diesbezüglich vorher mit Varsity Europe abzustimmen.

**1.13 Generelle Sicherheitsrichtlinien**

**1.** Alle Teams müssen durch einen qualifizierten Trainer oder Offiziellen während der Meisterschaft beaufsichtigt werden.

**2.** Trainer sollen sichergehen, dass Elemente von ihrem Team beherrscht werden, bevor schwierigere Elemente trainiert werden (Perfection before Progression). Trainer sollen die Fähigkeiten von individuellen Personen, von einzelnen Gruppen sowie des gesamten Teams in die Wahl der Elemente für ihre Routine einfließen lassen
**3.** Alle Teams, Trainer und Offizielle sollen einen Notfallplan haben, falls eine Verletzung auftreten sollte.
**4.** Teilnehmer und Trainer dürfen während des Auftritts oder der Proben nicht unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen, illegalen Substanzen oder Medikamenten stehen, welche die Fähigkeit, eine Routine sicher durchzuführen oder zu beaufsichtigen, beeinträchtigen würden.
**5.** Teilnehmer müssen immer auf einem angemessenen Boden üben oder performen. Technische Elemente (Stunts, Pyrmamiden, Tosses oder Tumbling) dürfen nicht auf Beton, Asphalt, nassem oder unebenen

Boden oder auf einem Boden mit Hindernissen gezeigt werden.
**6.** Es müssen Schuhe mit weicher Sohle während der Routine getragen werden. Es sind keine Tanzschuhe oder Gymnastikschuhe erlaubt, die man aufrollen kann.
**7.** Jeglicher Schmuck, unter anderem Ohr-, Nasen-, Zungen-, Bauchnabel- oder Gesichtsringe sowie Armreife und Ketten und Anstecker an Uniformen sind verboten. Jeglicher Schmuck muss entfernt und darf nicht abgetaped werden. Ausnahme ist Strass auf Uniformen. Strass darf nicht auf die Haut aufgebracht werden. Personen mit „Dermal anchors" (implantierte Piercings) dürfen nur nach Meldung bei der Jury und entsprechender ärztlicher „Versorgung" (sicher abtapen) durch den Medical Staff antreten.
**8.** Choreographien, Uniformen, Make-up und Musik sollen dem Alter angemessen sein und einem Familienpublikum entsprechend gewählt werden. Zweideutige, anstößige oder vulgäre Choreographien, Uniformen, Make-up und Musik sind unangemessen für Familien im Zuschauerbereich und finden daher keinen Anklang bei den Zuschauern. Als vulgäre oder zweideutige Elemente gelten Bewegungen oder Choreographien, die etwas Unangebrachtes oder Unanständiges implizieren, die offensiv oder sexuell erscheinen und/oder unzüchtige oder profane Bewegungen oder Schlussfolgerungen vermitteln. Unangebrachte Choreographie, Uniformen, Make-up oder Musik können den Gesamteindruck und die Bewertung der Juroren von der Routine negativ beeinflussen.
**9.** Jegliche Hilfsmittel, mit denen eine Person an Höhe gewinnen könnte, sind verboten. (Ausnahme: Spring Floor/Sprungboden)
**10.** Flaggen, Banner, Schilder, Poms, Stofftücher und Megaphone sind die einzigen Hilfsmittel, die erlaubt sind. Hilfsmittel, die Stangen oder ähnliche Vorrichtungen enthalten, dürfen nicht in Verbindung mit Stunts oder Tumbling-Elementen verwendet werden. Alle Hilfsmittel müssen auf sicherem Wege abgelegt werden. Jegliche Teile der Uniform, die absichtlich abgenommen werden, um einen visuellen Effekt zu erzielen, werden als Hilfsmittel angesehen, sobald es vom Körper abgenommen wurde.
**11.** Medizinische Schienen, die hart oder unbiegsam sind oder harte Ecken haben, müssen mit weichem Material abgedeckt werden.
**12.** In Bezug auf die Cheer-Level-Richtlinien beinhalten die Elemente, die in einem bestimmten Level erlaubt sind alle Elemente der niedrigeren Level.
**13.** Alle Positionen für benötigte Spotter müssen durch aktive Teammitglieder ausgefüllt werden.
**14.** Direkte Drops (Fall) auf die Knie, in den Sitz, vorwärts und rückwärts, sowie Drops in den Spagat aus einem Sprung, Stunt oder einer Inversion (Füße oberhalb der Hüfte) sind verboten, wenn die Hauptlast nicht durch mindestens einen Fuß oder eine Hand abgefangen wird. Shushunovas sind erlaubt.

**15.** Alle Cheerleader müssen mindestens einen Fuß, eine Hand oder ein anderes Körperteil (keine Haare) auf der Auftrittsfläche haben, wenn die Routine beginnt. Ausnahme: Cheerleader dürfen ihre Füße in den Händen der Bases haben, wenn sich die Hände der Bases auf der Wettkampffläche befinden.
**16.** Die Teilnehmer, welche eine Routine beginnen, müssen dieselben während der gesamten Dauer der Routine bleiben. Es ist nicht erlaubt, einen Teilnehmer durch einen anderen während der Routine zu „ersetzen".
**17.** Kein Teilnehmer sollte Kaugummi, Bonbons, Hustenbonbons oder andere essbare oder nicht essbare Gegenstände, welche Ersticken verursachen können, während des Trainings oder des Auftritts im Mund haben.

## 2. Team Cheer Kategorien

Alle Teams müssen die generellen Cheer Sicherheitsrichtlinien und die Cheer Level Richtlinien für ihre Kategorie beachten. Diese Cheer Level Richtlinien sind in einem gesonderten Dokument auf der Varsity Europe Homepage zu finden(www.varsity-europe.org). Der Bewertungsablauf, die Bewertunkskriterien und die Verteilung der maximal erreichbaren Punktzahlen für die verschiedenen Kriterien der verschiedenen Juroren sowie mögliche Punktabzüge werden in diesem Kapitel beschrieben.

### 2.1 Bewertungsprozess und Abzüge

Die Elemente werden von Judges bewertet, die zu einem Judges Panel zusammengefasst werden. Die Wertungen der verschiedenen Judges werden addiert und mit Hilfe eines Normalisierungsfaktors wird ein Wert zwischen 0.0 und 10.0 Punkten berechnet. Im Falle von Regelverstößen werden die folgenden Punktabzüge von der Gesamtsumme abgezogen, nachdem der Normalisierungsfaktor angewandt wird:

- Im Falle von illegalen Elementen (Stunts, Tumbling Elementen, Toss, Pyramiden, Hilfsmittel, ...) ist ein Abzug von 0.5 Punkten pro Element anzuwenden. Das gezeigte illegale Element

fliesst nicht in die Bewertung ein.

- Im Falle eines fehlenden Spotters ist ein Abzug von 0.5 Punkten pro Vorfall anzuwenden.
- Im Falle einer Zeitüberschreitung ist ein Abzug von 1.0 Punkten anzuwenden.
- Im Falle von sonstigen Verstößen gegen die generellen Cheerrichtlinien ist ein Abzug von 0.5 Punkten anzuwenden.

Die folgenden Punkte können von den Judges vergeben werden:

Verteilung der Punkte in Team Cheer Kategorien:

| Judging Criteria | Beschreibung | Punkte |
|---|---|---|
| **Partner Stunts** | Ausführung der Elemente, Schwierigkeit (Level der Skills, Anzahl der Bases, Anzahl der Stuntgruppen ), Synchronität, Vielfalt | 25 |
| **Pyramids** | Schwierigkeit, Transitions in oder Abgänge aus einem Element , Ausführung, Timing, Kreativität, | 25 |
| **Basket Tosses** | Ausführung der Elemente, Höhe, Synchronität (falls zutreffend), Schwierigkeit, Vielfalt | 15 |
| **Tumbling** | Gruppen-Tumbling, Ausführung der Elemente (enthält Sprünge falls zutreffend*), Schwierigkeit, richtige Technik, Synchronität | 10 |
| **Flow of the Routine / Transitions** | Ausführung der Routine Teile: Fluss,Tempo, Timíng der Elemente, Transitions | 5 |
| **Overall Presentation, Crowd Appeal, Dance*** | Allgemeiner Eindruck, Showmanship, Dance*, Publikumswirksamkeit | 10 |
| **TOTAL** | | **90** |

- - Sprünge und Dance sind nur in der AllGirl Kategorie erforderlich

### 3. Spezial Kategorien

### 3.1 Partnerstunt und Groupstunt

Die folgenden Regelungen gelten für die Kategorie Partnerstunt und Groupstunt:

- Die Gesamtzeit der Routine darf 1 Minute nicht überschreiten und muss mit Musik unterlegt sein.
- Es sind keine Stunts erlaubt, bei denen ein Middlelayer zum Einsatzt kommt. Alle Tops müssen von Bases gehalten werden, die den Boden berühren.
- Jegliche Hilfsmittel sind verboten.

Die Elemente werden von Judges bewertet, die zu einem Judges Panel zusammengefasst werden. Die Wertungen der verschiedenen Judges werden addiert und mit Hilfe eines Normalisierungsfaktors wird ein Wert zwischen 0.0 und 10.0 Punkten berechnet. Im Falle von Regelverstößen werden die folgenden Punktabzüge von der Gesamtsumme abgezogen, nachdem der Normalisierungsfaktor angewandt wird:

- Im Falle von illegalen Elementen ist ein Abzug von 0.5 Punkten pro Element anzuwenden. Das gezeigte illegale Element fliesst nicht in die Bewertung ein.
- Im Falle einer Zeitüberschreitung ist ein Abzug von 1.0 Punkten anzuwenden.

Verteilung der Punkte für Partnerstunt und Groupstunt:

| Judging Criteria | | Beschreibung | Punkte |
|---|---|---|---|
| STUNTS AND TOSSES | Execution of Technique | Technisch saubere Ausführung der Stunts, um sie möglichst leicht wirken zu lassen. | 30 |
| | Difficulty | Schwierigkeit und die Fähigkeit die Stunts in der Routine zu zeigen. Dies beinhaltet außerdem, dass nicht absetzen der Stunts, durchgängige Transitions, One Arm Stunts, Toss Stunts etc. (Schwierigkeit gemessen an der Entwicklung ) | 25 |
| | Form and Appearance of Stunts | Das beinhaltet kein Laufen der Stunts, durchgestreckte Arme, gute Flexibilität der Stunts in den Bodypositions, Flyer stehen in einer geraden Linie über den Bases , passender Gesichtsausdruck, etc. | 20 |
| OVERALL PERFORMANCE | Transitions | Geschwindigkeit der Transitions, visuelle Effekte und Kreativität der Transitions, Treffen der Musikeffekte, Schwierigkeit und Technik während der Tranisition. Es sollten so wenig 'Pausen' wie möglich in der Routine sein. | 15 |
| | Showmanship | Ansprechendes Level der Routine, Routine ist auf die Musik choreographiert, und die Stunts werden passend zum Takt der Musik aufgebaut, kreative und/oder optisch ansprechende Stunts, schnelles Tempo, passende Mimik und Energie. | 10 |
| TOTAL | | | 100 |

## 4. Dance Kategorien – Ausschließlich für All Level Süd-Ost

### 4.1 Definition der Kategorien

**Freestyle** - Poms müssen während der kompletten Routine benutzt und sollten kreativ und originell eingesetzt werden. Die Betonung liegt auf typischen Cheersprüngen (wie z.B. ToeTouch, Pike ...) Drehungen, Kicks, tänzerischen Elementen und Motions, die auch Anleihen aus den beiden anderen Dance-Kategorien Jazz und Hip Hop nehmen können, wobei eine Ausgewogenheit aller Elementgruppen zu beachten ist. Die Charakteristik des Freestyle beinhaltet Synchronität, starke Pomtechnik, präzise und sauber ausgeführte Motions, technische Elemente und Stile, sowie visuelle Effekte. Diese bestehen aus Level Changes (Wechsel von Schwierigkeiten), Boden- und Gruppenarbeit, Formationswechsel, Ripples (Wellenabfolgen), sowie Pomtricks.

**HIP HOP** - Eine Abwechslung von Funk-, Hiphop-, Streetdance- und Breakdance-Elementen mit Tempovariationen. Dabei sollte die Verwendung der unterschiedlichen Hiphop-Stile wie Afro Hiphop, Booty Shaking, Popping/Locking, Breakdance etc. berücksichtigt werden, ist jedoch keine Pflicht. Die Betonung liegt sowohl auf der Ausführung von Körperisolationen, Rhythmus und Synchronität, als auch auf Kreativität und Musik-Interpretationen. Zusätzlicher Fokus wird auf Tricks, Sprünge, Bodenparts, Partnerarbeit und Akrobatik gelegt.

**JAZZ** - Diese Kategorie ist gekennzeichnet durch eine Mischung verschiedener Tanztraditionen, wie Ballett, Folklore, Klassik, Modern Dance u.ä. Wesentliche Elemente sind rhythmische Komplexität, Spontaneität und Individualität, sowie Bewegungsmuster, die auf afrikanische, europäische und asiatische Ursprünge zurückgehen. Die Betonung liegt auf Körperhaltung, Körperkontrolle, Dehnbarkeit, Fluss, Kontinuität und großer Körperarbeit (maximale Bewegungsamplitude). Typische Bewegungsformen wie z.B. Contraction, Release und Opposition sollten genauso Bestandteil der Choreographie sein wie technische Elemente, also Drehungen, Sprünge, Developés, Kicks usw.

### 4.2 Choreografie und Kostümierung

1. Choreographien, Uniformen, Make-up und Musik sollen dem Alter angemessen sein und einem Familienpublikum entsprechend gewählt werden. Zweideutige, anstößige oder vulgäre Choreographien, Uniformen, Make-up und Musik sind unangemessen für Familien im Zuschauerbereich und finden daher keinen Anklang bei den Zuschauern.

2. Als vulgäre oder zweideutige Elemente gelten Bewegungen oder Choreographien, die etwas Unangebrachtes oder Unanständiges implizieren, die offensiv oder sexuell erscheinen und/oder unzüchtige oder profane Bewegungen oder Schlussfolgerungen vermitteln.
3. Unangebrachte Choreographie, Uniformen, Make-up oder Musik können den Gesamteindruck und die Bewertung der Juroren von der Routine negativ beeinflussen.

4. Alle Kostüme müssen sicher befestigt sein und alle wichtigen Körperteile bedecken. Sollte ein Kostüm kaputt gehen und der jeweilige Teilnehmer auf Grund dessen unbedeckt werden, kann dies zu Disqualifikationen führen.

5. Strumpfhosen sollten unter Briefs, Hot Pants oder anderen sehr kurzen Hosen getragen werden.

6. Schuhe müssen während der gesamten Routine getragen werden. Dance Schlappen sind erlaubt. Den Auftritt barfuß, in Socken und / oder Fuß-Strümpfen, High Heels, Rollschuhen, Inline Skates oder irgendeiner anderen Art von unangebrachtem Schuhwerk für diesen Sport, zu absolvieren ist verboten.

7. Schmuck als Teil der Kostümierung ist erlaubt.

8. Kostümierung für die männlichen Teilnehmer muss ein einliegendes Shirt beinhalten. Dies kann jedoch ärmellos sein.

9. In den Dance Kategorien sind keine Cheers und Chants erlaubt.

**4.3 Requisiten**

1. Als Requisiten sind alle Gegenstände definiert die als Teil der Choreografie anzusehen sind, aber nicht am Kostüm befestigt sind.

2. Tragbare und in der Hand gehaltene Gegenstände die Teil der Choreografie sind, sind in der Jazz und Hip Hop Kategorie erlaubt. Sie können vom Körper entfernt und weggeworfen werden.

3. In der Freestyle Kategorie sind keine Requisiten erlaubt da das Nutzen vom Poms während der gesamten Routine vorgegeben ist. Männliche Teilnehmer müssen keine Poms nutzen.

4. In keiner Dance Kategorie sind große freistehende Requisiten erlaubt. Dies beinhaltet zum Beispiel Stühle, Barhocker, Bänke, Kisten. Treppen, Stufen, Leitern etc. Alle Gegenstände die das Gewicht eines Teilnehmers halten ist als freistehende Requisite anzusehen.

**4.4 Tumbling**

Tumbling sind akrobatische oder gymnastische Elemente, welche von einer Person mit oder ohne Kontakt auf der Auftrittsfläche beginnen und enden müssen.
Aerial street skills sind Hip Hop Elemente welche eine Hip over Head Rotation beinhalten dürfen.

1. Tumbling ist wie folgt erlaubt:

**1.1 Freestyle & JAZZ**

- Tumbling Elemente mit Hip over Head Rotation sind nicht erlaubt —> Ausnahmen: z.B. Räder, Rollen, Radwenden, freie Räder, Bogengang

**1.2 HIP HOP**

Airbown Skills mit Hip over Head Rotation sind unter folgenden Bedingungen erlaubt:

- Skills ohne Handunterstützung dürfen nur eine Rotation betragen ( freieRäder, etc.)

- Skills mit Handunterstützung sind limitiert auf 2 verbundene Tumbling Skills (Bspl: 2 Flick Flacks, Radwende- Flick Flack)

2. Skills über oder unter einer Person, wobei beide Cheerlader eine Hip over Head Rotation durchführen sind nicht gestattet

3. Drops (z.B. aus Sprüngen oder anderen Elementen ohne Bodenkontakt) auf Knie, Oberschenkel, Rücken, in den Sitz, auf die Vorderseite, in den Jazz split (hurdler-Position)oder ins Spagat sind verboten, sofern nicht zuerst auf Händen und Füßen gelandet und somit die Aufprallwucht verringert wird.

**3.1 nur HIP HOP:**

- Drops auf die Schulter oder in die Sitzposition sind erlaubt, sofern die Höhe des "Flugelements" nicht die Hüfthöhe überschreitet (z.B. Kip ups sind erlaubt).

- Drops in den Liegestütz aus einer Vorwärtsbewegung wie z.B. Flying Squirrel oder einem Star Jump oder Spread Eagle, sind erlaubt.

**3.2 FREESTYLE & JAZZ:**

- Alle Shushunova-Sprungvarianten (z.B. Toe Touch in den Liegestütz), sind nicht erlaubt

4. Tumbling mit Poms oder Props ist nicht erlaubt (Ausnahme: Vorwärts- und Rückwärtsrollen).

**4.5 Lifts & Partnering**

Lift – eine Bewegung, in der ein Dancer durch einen anderen oder mehrere Dancer, die auf der Fläche stehen bleiben, von der Auftrittsfläche emporgehoben wird.

Partnering – ein Element, in dem sich zwei oder mehr Dancer gegenseitig unterstützen („supporten"). Partnering kann sowohl Supporting- (z.B. gehaltener Salto) als auch Executing Skills (z.B. Hebung) beinhalten.

**FREESTYLE & JAZZ:**
- Das hebende Teammitglied muss die gesamte Zeit Kontakt zum Boden haben.

**HIP HOP:**
1. Ein Dancer, der einen ausführenden Dancer unterstützt und dessen Hauptgewicht trägt, muss nicht die gesamte Zeit Verbindung mit der Bodenfläche haben, vorausgesetzt die Höhe des Elementes übersteigt nicht das Schulterlevel.
2. Bei allen Elementen über Schulter-Level muss mindestens ein unterstützender Dancer die gesamte Zeit Hand/Arm/Körper-Kontakt mit dem ausführenden Dancer haben.

3. Hip over Head Rotation sind erlaubt wenn:

- Ein unterstützender Dancer die gesamte Zeit über Hand-/Arm/Körperkontakt zu dem ausführenden Dancer hat, bis dieser wieder in aufrechter Position auf der Bodenfläche steht

- Das Elementar eine „hip over head"- Rotation beträgt- also 1x 360°

4. Eine vertikale Invertierung in welcher das ausführende Dancer Gewicht auf den/dem unterstützenden Dancer verlagert/abstützt, durch z.B. eine Halteposition oder einen „stall" ( freeze) oder durch eine Änderung der Bewegungsrichtung, ist erlaubt wenn:

- Der/die unterstützende/n Dancer Hand-Arm-/Körperkontakt über die gesamte Dauer des Elementes halten, bis der ausführende Dancer in aufrechter Position wieder auf der Fläche steht

- Wenn die Höhe des ausführenden Dancers die Schulterhöhe überschreitet und mindestens ein weiterer (zusätzlicher) Dancer sichert (spottet) und/oder unterstützt (supported).

**4.6 Release Moves**

Release Moves – ist ein Element, in dem der Kontakt zwischen ausführendem Dancer und unterstützendem Dancer gelöst wird und keine Verbindung zur Bodenfläche besteht.

**FREESTYLE & JAZZ:**
Ein ausführender Dancer kann von einem unterstützenden Dancer springen, oder sich abdrücken, wenn:

- Die Hüfte des emporgehobenen Dancers im höchsten Punkt der Flugphase nicht höher ist als Schulter- Level.
- Die Höhe des Elementes Hüfthöhe oder höher ist und der ausführende Dancer hierbei nicht in eine vornübergeneigte oder invertierte Position gerät.
- Toe Pitches ist nicht erlaubt.

**HIP HOP:**
Ein ausführender Dancer darf von einem unterstützenden Dancer springen, leapen, sich abdrücken oder geworfen werden, wenn:

- Die Füße des ausführenden Dancers im höchsten Punkt des Elementes die Schulterhöhe (des stehenden Dancers) nicht überschreiten.
- Der ausführende Dancer bis zur Landung auf der Bodenfläche unterstützt wird oder auf mindestens einem Bein landet.
- Toe Pitches sind nicht erlaubt.

### 4.7 Tosses

**FREESTYLE & JAZZ:**
Unterstützende Dancer können einen ausführenden Dancer werfen, solange wie:

- Der ausführende Dancer im höchsten Punkt des Wurfes mit seiner Hüfte nicht das Schulter-Level (des stehenden Dancers) überschreitet.
- Der ausführende Dancer nach der Lösung vom unterstützenden Dancer keine vornübergeneigte oder invertierte Position ausübt.

**HIP HOP:**
Ein ausführender Dancer darf von einem unterstützenden Dancer springen, leapen, runtersteigen, sich abdrücken oder geworfen werden, wenn:

- Die Füße des ausführenden Dancers im höchsten Punkt des Elementes die Schulterhöhe (des stehenden Dancers) nicht überschreiten.
- Der ausführende Dancer bis zur Landung auf der Bodenfläche unterstützt wird oder auf mindestens einem Bein landet.

Punkteverteilung für Freestyle Kategorien:

| Wertungskriterien | | Erläuterung | Punkte |
|---|---|---|---|
| **TECHNIK** | Ausführung der Motions/Pomtechnik | Präzision der Motions/ saubere Armlinien/ Levels/ genaue Platzierung | 10 |
| | Allgemeine Dancetechnik | Korrekte Platzierung und Levels Arme/ Oberkörper/ Hüften/ Beine/ Hände/ Füße. Körperhaltung/ Spannung | 10 |
| | Ausführung der technischen Elemente | Ausführung aller technischen Elemente wie Cheerleadersprünge/ Leaps/ Turns/ Partnerwork | 10 |
| **GRUPPEN UMSETZUNG** | Synchronität | Taktgefühl/ Rhythmus. Kommunikation und Koordination innerhalb der Gruppe | 10 |
| | Uniformität | Exakte, gleichmäßige Ausführung aller Bewegungen und Elemente innerhalb der Gruppe | 10 |
| | Spacing/Formation | Präzision bei Formationen/ Formationswechsel. Korrekte Abstände zueinander | 10 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **CHOREOGRAPHIE** | Kreativität/ musikalische Umsetzung | Korrelation zwischen Tanzstil und Musik. Aus- & Umsetzung der Musik. Kreativität und Originalität | 10 |
| | Routine Staging / visuelle Effekte | Formationen und Formationswechsel. Auswirkung von Gruppenarbeit, Mischbildern, Level Changes, Pomtricks | 10 |
| | Schwierigkeitsgrad | Schwierigkeitsgrad der Elemente sowie Schritte und Motions. Gewichtsverlagerung/ Tempo etc. | 10 |
| **OVERALL EFFECT** | Show/ Ausstrahlung/ Allg. Eindruck | Ausgewogenheit der Show. Ausstrahlung & Projektion Enthusiasmus. Emotionalität & Charisma. Selbstbewusstsein | 10 |
| **TOTAL** | | | **100** |

Punkteverteilung für Hip Hop Kategorien:

| **Wertungskriterien** | | **Erläuterung** | **Punkte** |
|---|---|---|---|
| **TECHNIK** | Stärke der Bewegung | Bewegungsdynamik/ Impuls. Kraft/ Stärke/ Bewegungsamplitude | 10 |
| | Ausführung der Hip Hop Styles/ Platzierung/ Kontrolle | Ausführung des Hip Hop-Styles/ Placement/ Kontrolle: korrekte Platzierung und Levels Arme/ Oberkörper/ Hüften/ Beine/ Hände/ Hände/ Füße. Körperkontrolle bei der Ausführung der HH-Styles Tutting, Popping, Locking, Waving, Lyrical etc. | 10 |
| | Ausführung aller technischen Elemente | Ausführung aller technischen Elemente (Tricks, Akro etc.) | 10 |
| **GRUPPEN UMSETZUNG** | Synchronität | Taktgefühl/ Rhythmus. Kommunikation und Koordination innerhalb der Gruppe | 10 |
| | Uniformität | Exakte, gleichmäßige Ausführung aller Bewegungen und Elemente innerhalb der Gruppe | 10 |
| | Spacing/ Formation | Präzision bei Formationen/ Formationswechsel. Korrekte Abstände zueinander | 10 |
| **CHOREOGRAPHIE** | Kreativität/ musikalische Umsetzung | Korrelation zwischen Tanzstil und Musik. Aus- & Umsetzung der Musik. Kreativität und Originalität | 10 |
| | Routine Staging / Visuelle Effekte | Formationen und Formationswechsel. Auswirkung von Gruppenarbeit, Mischbildern, Levels | 10 |
| | Schwierigkeitsgrad | Schwierigkeitsgrad der Elemente sowie Schritte/ Bewegungen. Gewichtsverlagerung/ Tempo etc. | 10 |
| **OVERALL EFFECT** | Show/ Ausstrahlung/ Allg. Eindruck | Ausgewogenheit der Show. Ausstrahlung & Projektion Enthusiasmus. Emotionalität & Charisma/ Selbstbewusstsein | 10 |
| **TOTAL** | | | **100** |

Punkteverteilung für die Jazz Kategorien:

| **Wertungskriterien** | | **Erläuterung** | **Punkte** |
|---|---|---|---|
| **TECHNIK** | Ausführung der technischen Elemente | Ausführung aller technischen Elemente (Leaps, Turns, Kicks, Lifts etc.) | 10 |
| | Platzierung/ Kontrolle | Korrekte Platzierung und Levels Arme/ Oberkörper/ Hüften/ Beine/ Hände/ Füße. Balance | 10 |
| | Stärke der Bewegung | Ausführung des Jazz. Bewegungsimpuls, Dynamik | 10 |
| **GRUPPEN UMSETZUNG** | Synchronität | Taktgefühl/ Rhythmus. Kommunikation und Koordination innerhalb der Gruppe | 10 |
| | Uniformität | Exakte, gleichmäßige Ausführung aller Bewegungen und Elemente innerhalb der Gruppe | 10 |
| | Spacing/ Formation | Präzision bei Formationen/ Formationswechsel. Korrekte Abstände zueinander | 10 |
| **CHOREOGRAPHIE** | Kreativität/ musikalische Umsetzung | Korrelation zwischen Tanzstil und Musik. Aus- & Umsetzung der Musik. Kreativität und Originalität | 10 |
| | Routine Staging / Visuelle Effekte | Formationen und Formationswechsel. Auswirkung von Gruppenarbeit, Mischbildern, Levels | 10 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Schwierigkeitsgrad | Schwierigkeitsgrad der Elemente sowie Schritte/ Bewegungen. Gewichtsverlagerung/ Tempo etc. | 10 |
| **OVERALL EFFECT** | Show/ Ausstrahlung/ Allg. Eindruck | Ausgewogenheit der Show. Ausstrahlung & Projektion Enthusiasmus. Emotionalität & Charisma/ Selbstbewusstsein | 10 |
| **TOTAL** | | | **100** |

## 5. Glossar

### 5.1 Cheerleading

**Airborne/Aerial:** Keinen Kontakt mit einer anderen Person oder dem Boden haben.

**Airborne Tumbling Skill:** Ein Tumbling-Element, bei dem sich die Person aus eigener Kraft vom Boden löst (aerial) und welches eine invertierte Position enthält.

**Assisted-Flipping Mount:** Ein Aufgang in einen Stunt, bei dem die Top eine invertierte Position durchläuft und die Top während dieser Rotation direkten Kontakt zu einer oder mehreren Bases hat. (Siehe auch „Suspended Flip“, „Braced Flip“)

**Assisted Tumbling/ Tumbling mit Hilfestellung**
Ein Tumbling-Element, bei der physische Hilfestellung durch eine andere Person gegeben wird. Dies umfasst keine Tumbling-orientierten Stunts, die in den verschiedenen Levels erlaubt sind.

**Awesome:** Ein Extended Stunt, bei dem die Top ihre Bein geschlossen hält und diese in den Händen der Bases sind. Auch genannt: „Cupie”

**Back Spot:** Die Person, die an der hinteren Position im Stunt steht und hauptsächlich für den Schutz des Kopf-/ Schulterbereiches der Top verantwortlich ist.

**Back Walkover/Bogengang rückwärts:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person rückwärts in eine überstreckte Position geht und hierbei mit den Händen in Kontakt mit dem Boden tritt. Danach wird die Rotation weitergeführt und nach einer Überkopfbewegung landet die Person wieder auf den Füßen. Zu jeder Zeit hat die Person Kontakt zum Boden (kein aerial Element).

**Backward Roll/Rückwärtsrolle:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person auf dem Boden eine Rückwärtsrotation mit der Hüfte über den Kopf macht und hierbei in einer zusammengerollten Position über den Boden rollt, bis sie wieder auf den Füßen landet. Zu jeder Zeit hat die Person Kontakt zum Boden (kein aerial Element).

**Barrel Roll -->** siehe „ Log Roll”.

**Base:** Eine Person, die in direktem Kontakt mit dem Boden steht und die das Hauptgewicht einer anderen Person trägt. Auch eine Person, die eine Top hält, trägt, wirft oder in einen Stunt hilft. „New Base“ ist eine Person, die vor einem Übergang eines Stunts noch nicht in Kontakt zu einer Top ist und den Kontakt erst nach dem Übergang erlangt.

**Basket Toss:** Ein Toss, bei dem nicht mehr als vier Bases beteiligt sein dürfen und zwei Bases die Hände miteinander verschränken.

**Block:** Ein Tumbling-Begriff, der den Vorgang beschreibt, bei dem sich eine Person mit den Händen vom Boden abdrückt und ihren Oberkörper sowie Beine benutzt, um an Höhe zu gewinnen. Die Person löst sich hierbei kurzzeitig vom Boden. Die momentane vom Boden losgelöste Position (momentary airborne position), die durch einen Block herbeigeführt wird, ist in allen Levels erlaubt.

**Block Cartwheel:** Ein Radschlag, bei dem die Person durch Hilfe eines Blocks momentan vom Boden losgelöst ist.

**Brace:** Eine physische Verbindung von Personen, die eine Top unterstützt und stabilisiert.

**Braced Flip:** Ein Stunt, bei dem die Top eine invertierte Position durchläuft, während sie die ganze Zeit von einer oder mehreren Personen berührt und unterstützt wird.

**Cartwheel/Radschlag:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person seitwärts in aufrechter Position rotiert und sich dabei über die Hände und Arme abstützt und mit einem Fuß nach dem anderen landet. Sie durchläuft dabei eine invertierte Position und ist niemals ohne Kontakt zum Boden (kein aerial Element).

**Catcher/Fänger:** Eine der Personen, die während eines Stunts dafür verantwortlich ist, dass die Top sicher nach dem Stunt landet.

**Chorus Line Flips.** Ein Tumbling-Element, bei dem eine Person eingehängt zwischen zwei anderen Personen einen Back Flip durchführt.

**Connected Tumbling:** Tumbling-Elemente, bei denen Kontakt zwischen mehreren Personen besteht.

**Cradle:** Ein Abgang, bei dem die Fänger die Top mit den Handflächen nach oben sowohl am Rücken als auch an der Hüfte fangen. Die Top nimmt eine gebückte Position (Pike) ein und landet mit dem Gesicht nach oben.

**Cupie:** Siehe „Awesome".

**Dirty Bird (D-Bird):** Ein Toss, bei dem die Top ausgestreckt in einer X-Position auf dem Rücken einer Base landet und von hier typischerweise durch die Beine weiter in einen Scooper geht.

**Dismount/Abgang:** Die Bewegung einer Top aus einem Stunt oder einer Pyramide in einen Cradle oder direkt auf den Boden. Die Bewegung von einem Cradle auf den Boden wird nicht als Dismount/ Abgang angesehen.

**Dive Roll/Flugrolle:** Ein Tumbling-Element, das einer Vorwärtsrolle ähnelt, bei dem die Person allerdings vor der Rolle vom Boden abspringt (aerial) und in die Rolle übergeht.
**Double-Leg Stunt**
Siehe „Stunt".

**Downward Inversion:** Ein Stunt oder eine Pyramide, bei der eine Person eine invertierte Position durchläuft und sich der Schwerpunkt der Person nach unten bewegt.

**Downward Motion:** Die Bewegung des Schwerpunkts einer Person nach unten.

**Drop:** Ein direkter Fall auf die Knie, in den Sitz, vorwärts und rückwärts oder in den Spagat aus einer vom Boden losgelösten Position (airborne), ohne zunächst die Hauptlast durch die Füße oder Hände abzufangen.

**Entrance Skill:** Der Anfang einer Reihe von Tumbling- oder Stunt-Elementen.

**Extended Arm Level:** Der Abstand zwischen dem Boden und dem höchsten Punkt einer Base, wenn diese aufrecht mit den Armen nach oben vollständig ausgestreckt steht. „Extended Arms" deuten nicht gleichzeitig auch auf einen „Extended Stunt" hin. Siehe auch „Extended Stunt".

**Extended Position:** Eine Top, die von Bases gehalten wird, welche ihre Arme vollständig ausgestreckt haben. „Extended Arms" deuten nicht gleichzeitig auch auf einen „Extended Stunt" hin. Siehe auch „Extended Stunt".

**Extended Single-Leg Stunt/Einbeiniger Extended Stunt:** Ein Extended Stunt, bei der die Top ihr Hauptgewicht auf einem Bein hat.

**Extended Stunt:** Wenn der gesamte Körper der Top aufrecht über den Bases ist und diese ihre Arme über den Kopf ausgestreckt haben (Beispiele für Stunts, die nicht als Extended gelten würden: Chair, Flatback, Straddle Lift. Bei diesen Stunts haben die Bases zwar die Arme nach oben gestreckt, aber sie gelten nicht als Extended Stunts, da die Höhe der Top ähnlich eines Stunts auf Prep-Level ist).

**Extension Prep oder Prep (oder Half):** Wenn die Top auf Schulterhöhe der Bases gehalten wird.

**Flat Back:** Ein Stunt, bei dem die Top flach horizontal von den Bases gehalten wird.

**Flip:** Ein aerial Element, welches eine Überkopfbewegung enthält und die Person keinen Kontakt zum Boden hat, während sie in der invertierten Position ist.

**Flipping Toss:** Ein Toss, bei dem die Top eine invertierte Position durchläuft.

**Flyer:** Siehe „Top".

**Forward Roll/Vorwärtsrolle:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person auf dem Boden eine Vorwärtsrotation mit der Hüfte über den Kopf macht und hierbei in einer zusammengerollten Position über den Boden rollt, bis sie wieder auf den Füßen landet. Zu jeder Zeit hat die Person Kontakt zum Boden (kein aerial Element).

**Free-Flipping Mount:** Ein Aufgang in einen Stunt, bei dem die Top eine invertierte Position durchläuft und dabei keinen Kontakt zum Boden oder zu einer anderen Person hat.

**Front Limber:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person vorwärts eine invertierte Position durchläuft und wieder auf beiden Beinen gleichzeitig landet, indem der Rücken überstreckt wird (kein aerial Element).

**Front Spot:** Eine Person, die vor einem Stunt positioniert ist, um diesen zu unterstützen, auch bekannt als „Fourth Base".

**Front Tuck/Vorwärtssalto:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person eine vorwärts invertierte Position durchläuft und wieder auf den Beinen landet, auch bekannt als „Punch Front".

**Front Walkover/Bogengang vorwärts:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person vorwärts in eine überstreckte Position geht und hierbei mit den Händen in Kontakt mit dem Boden tritt. Danach wird die Rotation weitergeführt, nach einer invertierten Position landet die Person wieder auf den Füßen. Zu jeder Zeit hat die Person Kontakt zum Boden (kein aerial Element).

**Full:** Eine 360° Rotation um die vertikale Körperachse einer Person.

**Full-Up Toe Touch:** Ein Element ohne invertierte Position, bei der die Top eine 360° Rotation um die vertikale Körperachse macht und danach direkt einen Toe Touch durchführt. Typischerweise wird dieses Element in einem Toss ausgeführt.

**Ground Level:** Auf der Höhe des Bodens sein.

**Half:** Siehe „Extension Prep".

**Hand/Arm Connection:** Der physische Kontakt zwischen mehreren Personen, bei denen die Hände und Arme benutzt werden.

**Handspring/Handstandüberschlag:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person in eine Handstandposition übergeht und sich mit den Händen vom Boden abdrückt, um wieder auf den Füßen zu landen. Dieses Element ist sowohl vorwärts als auch rückwärts üblich.

**Handstand:** Ein Tumbling-Element, bei dem eine Person auf den Händen in einer vollständig ausgestreckten Position steht.

**Hanging Pyramid:** Eine Pyramide, bei der eine oder mehrere Personen an anderen Personen hängen und keinen direkten Kontakt zum Boden haben.

**Helicopter :** Ein Stunt , bei dem die Top in einer horizontalen Position geworfen wird und sich um die vertikale Achse (wie ein Helikopter) dreht, bevor sie wieder gefangen wird.

**Inversion / invertierte Position:** Siehe „Inverted".

**Inverted:** Wenn die Schultern einer Top unterhalb ihrer Hüfte sind und sich mindestens ein Fuß oberhalb der Hüfte befindet, spricht man von einer invertierten Position. (Bsp: Salto-Elemente zählen als invertierte Position)

**Jump/Sprung:** Ein Element, bei dem sich eine Person vom Boden löst, aber keine invertierte Position durchläuft.

**Kick Arch:** Ein Element (Trick), bei dem die Top typischerweise bei einem Toss mit einem Bein einen Kick ausführt und dann den Rücken überstreckt und in einem Cradle landet.

**Kick Double Full:** Ein Element (Trick), bei dem die Top typischerweise während eines Tosses mit einem Bein einen Kick ausführt und dann eine 720° Rotation um die vertikale Körperachse durchführt, bevor sie gefangen wird. Eine anfängliche 1/4 Drehung der Top ist üblich, um die Rotation einzuleiten.

**Kick Full:** Ein Element (Trick), bei dem die Top typischerweise während eines Tosses mit einem Bein einen Kick ausführt und dann eine 360° Rotation um die vertikale Körperachse durchführt, bevor sie gefangen wird. Eine anfängliche 1/4 Drehung der Top ist üblich, um die Rotation einzuleiten.

**Knee (Body) Drop:** Siehe „ Drop”.

**Layout:** Eine Position oder Element, bei welcher der gesamte Körper gestreckt oder leicht überstreckt ist.

**Layout Step Out:** Ein Element ähnlich einem Layout, bei dem die Person eine Scherenbewegung mit den Beinen durchführt und z. B. im Tumbling mit einem Bein nach dem anderen landet.

**Leap Frog:** Ein gestützter Übergang, bei dem eine Top von einer Gruppe von Bases zu einer anderen übergeht, indem sie zwischen den Armen der Person hindurchgeht, die sie stützt. Die Top ist jederzeit aufrecht und in direktem Kontakt zu der Person, die sie stützt.

**Log Roll:** Ein Release Move, bei dem eine Top mindestens 360° um ihre vertikale Körperachse rotiert, wobei sie mit ihrer vertikalen Körperachse parallel zum Boden bleibt. Auch bekannt als “Barrel Roll”.

**Middlelayer:** Eine Person, die eine weitere Top hält, welche keinen Kontakt zu Bases hat.

**Mount/Aufgang:** Siehe „Stunt”.

**Multi-Based Stunt:** Ein Stunt mit 2 oder mehr Bases, wenn man den Back Spot nicht mitzählt.

**New Base(s):** Bases, die vor einer Transition/ Übergang nicht in Kontakt mit der Top waren.

**Non-Inverted Position:** Eine Position, bei welcher der Körper der Top aufrecht ist, also die Schultern über der Hüfte sind.

**One half (1/2) Twist Toe Touch:** Ein Element ohne Über-Kopf Rotation, bei dem die Top eine 180° Rotation um die vertikale Körperachse und danach direkt einen Toe Touch durchführt. Typischerweise wird dieses Element in einem Toss ausgeführt.

**Onodi:** Ausgehend von einer Flickflack-Position macht der Tumbler, nachdem er abgesprungen ist, eine halbe Drehung um seine vertikale Körperachse und geht über die Hände in einen Handstandüberschlag Step Out über.

**Original Base(s):** Eine Base, die schon bei der Initiierung eines Stunts in Kontakt zur Top war.

**Paper Dolls:** Identische einbeinige Stunts, die sich gegenseitig stützen.

**Partner:** Siehe „Top”.

**Pike:** Position, bei der der Oberkörper nach vorne gebeugt ist und die Beine gerade bleiben.

**Prep:** Siehe „Extension Prep”.

**Prep-Level:** Die Hände der Bases und mindestens ein Fuß der Top befinden sich auf Schulterhöhe der Bases. Chairs, Torches, Flatbacks, Arm-n-arms und Straddle Lifts werden dem Prep-Level zugeordnet.

**Primary Support:** Den Großteil des Gewichtes einer Top halten.

**Prone Position:** Eine Position, bei der sich eine Person ausgestreckt horizontal zum Boden mit dem Gesicht nach unten befindet.

**Prop/Hilfsmittel:** Ein Objekt, welches benutzt werden kann.

**Punch --> s**iehe „Rebound”.

**Pyramid:** Eine Gruppierung von mehreren Stunts, die miteinander verbunden sein können und die einen visuellen Effekt erzielen. Personen, die am Boden stehen können Teil dieser Gruppierung sein.

**Rebound:** Ein Tumbling-Begriff, bei dem sich die Person vom Boden löst und die Beine benutzt, um vom Boden abzuspringen und an Höhe zu gewinnen. Auch bekannt als „Punch“. Es handelt sich nicht um eine invertierte Position.

**Release Move:** Wenn die Bases und die Top sich kurzzeitig voneinander lösen und die Top wieder zu den Bases zurückkehrt. Ein Single-Based Toss vom Boden z. B. in Hands ist kein Release Move, aber auch kein Toss im unten definierten Sinne. Release Moves beziehen sich nur auf Stunts und nicht auf Pyramiden.

**Reload:** Wenn die Top in die Ausgangsposition (Loading Position) mit beiden Füßen in den Händen der Bases zurückkehrt.

**Retake:** Wie ein Reload zu einem Stunt, wobei die Top allerdings mit einem Fuß den Boden berührt, bevor sie in die Reload Position geht.

**Rewind:** Ein Free Flipping Release Move als Aufgang in einen Stunt.

**Round Off/Radwende:** Ein Tumbling-Element, bei dem sich die Person mit einem Bein abdrückt und seitlich durch eine Radbewegung, die Beine zusammenschlagend die Beine nach unten peitscht und mit beiden Beinen zugleich wieder auf dem Boden landet.

**Running Tumbling:** Tumbling-Elemente, die mit einem Anlauf beginnen und z. B. ein Rad, eine Radwende, usw. enthalten, um Geschwindigkeit aufzunehmen, um danach weitere Tumbling-Elemente zu zeigen. Immer, wenn eine Vorwärtsbewegung einem Tumbling-Element voran geht, wird dieses als Running Tumbling definiert. Diese Definition fordert mehrere Elemente, die miteinander verbunden werden. Es müssen also mindestens zwei zusammenhängende Elemente gezeigt werden, wobei Sprünge nicht als Elemente gezählt werden.

**Scooper:** Übergang in einen Stunt, bei dem die Top typischerweise durch die Beine einer Base geführt wird.

**Scrunch Toss:** Siehe „ Sponge Toss”.

**Second Level:** Jegliche Personen, die keinen Kontakt zum Boden haben und von Bases gehalten werden.

**Series Front und/oder Back Handsprings.** Mehrere aufeinanderfolgende Überschläge, die direkt nacheinander ausgeführt werden.

**Show and Go:** Ein Übergang bei Stunts, bei dem ein Stunt ein Extended Level durchläuft und in einer Reload Position oder in einer anderen Position unter der Höhe Extended Arm Level endet.

**Shoulder Stand Level:** Höhe der Hüfte der Top während Shoulder Stands.

**Shushunova:** Ein Sprung (Toe Touch), wobei die Person in einer Liegestütz-Position landet.

**Single-Based Double Awesome/Cupie:** Ein Stunt, bei der eine Base zwei Tops hält, die ihre Füße geschlossen halten. Siehe auch Definition von „Awesome" und „Cupie".

**Single-Based Split Catch:** Ein Stunt, bei dem eine Person eine andere Person im Spagat mit ausgestreckten Armen über dem Kopf hält. Dieser Stunt ist verboten.

**Single-Based Stunt:** Ein Stunt, bei dem nur eine Base eine oder mehrere Tops hält.

**Single-Leg Stunt -->** Siehe „Stunt".

**Sponge Toss:** Ein Toss, bei dem die Bases die Füße der Top greifen, bevor diese getossed wird.

**Spotted Tumbling -->** Siehe „Assisted Tumbling".

**Squishy (Toss) -->** Siehe „Sponge Toss".

**Standing Tumbling:** Tumbling-Elemente, die ausgehend aus dem Stand begonnen werden, ohne zuvor eine Vorwärtsbewegung eingegangen zu sein. Werden Rückwärtsschritte vor einem Tumbling-Element ausgeführt, zählt dieses zum Standing Tumbling.

**Straight Cradle:** Ein Abgang, bei dem die Top in einer Cradle Position landet, ohne zuvor andere Skills (z. B. Twist, Kick, Toe Touch) ausgeführt zu haben.

**Spotter:** Eine Person, deren Hauptaufgabe es ist, eine andere Person während der Ausübung eines Skills zu schützen.

! Spotter müssen in direktem Kontakt mit dem Boden sein.
! Spotter müssen den Skill, den sie spotten, die ganze Zeit aufmerksam beobachten.
! Spotter müssen in der richtigen Position sein, um Verletzungen vorzubeugen. Sie müssen allerdings nicht in direktem Kontakt mit einem Stunt sein.
! Spotter dürfen nicht so stehen, dass ihr Oberkörper unter einem Stunt ist.
! Spotter dürfen einen Stunt nicht mit beiden Händen unter der Sohle der Top unterstützen. Ein Spotter darf die Handgelenke der Bases, die Fußgelenke oder andere Teile der Top berühren, aber braucht nicht zwingend direkten Kontakt mit dem Stunt haben.
! Alle Spotter müssen aktive Teammitglieder sein und müssen in richtiger Spotting Technik ausgebildet sein.
! Spotter werden manchmal auch als Bases gezählt (z. B. bei Transitional Stunts).

**Straight Ride:** Die Position des Körpers der Top, wenn sie einen Toss ausführt, ohne weitere Skills (Tricks) durchzuführen. Die ausgestreckte Haltung der Top trägt dazu bei, die maximale Höhe zu erreichen.

**Stunt:** Ein Element, bei dem eine Top von einer oder mehreren Personen gehalten wird und sich nicht auf dem Boden befindet. Auch genannt „Mount". Ein Stunt kann ein- oder beidbeinig sein, je nachdem, auf wie viele Beine die Hauptlast der Top verteilt ist.

**Suspended Flip/Roll:** Ein Stunt, bei dem die Top eine invertierte Position durchläuft und die Top während dieser Rotation direkten Kontakt zu einer oder mehreren Bases hat.

**Tension Roll/Drop:** Eine Pyramide oder Stunt, bei denen sich die Bases und die Tops in Formation nach vorne lehnen, bis die Top von den Bases fällt. Diese Art von Stunts / Abgängen sind verboten.

**Three Quarter (3/4) Front Flip:** Eine invertierte Vorwärtsrotation von einer aufrechten Position in eine Cradle Position.

**Tic-Toc:** Ein Stunt bzw. Übergang, bei dem die Top in einer statischen Position auf einem Bein gehalten wird. Die Bases machen einen Dip und werfen die Top nach oben, wobei die Top das Gewicht auf das andere Bein verlagert und wieder in einer statischen Position auf den Bases landet.

**Toe/Leg Pitch:** Ein Toss mit einer oder mehreren Bases, wobei die Top an einem Bein unterstützt wird, um

Höhe zu gewinnen.

**Toss:** Ein Stunt, bei dem die Top von Hüfthöhe der Bases nach oben geworfen wird. Die Top hat dann keinen Kontakt zu den Bases und die Top hat keinen Kontakt zum Boden, wenn der Toss initiiert wird (Beispiel: Basket Toss oder Sponge Toss). Ein Toss vom Boden zu Hands oder z. B. einem Extended Stunt wird nicht als Toss angesehen.

**Top:** Die Person auf einem Stunt oder in einem Toss. Auch genannt „Flyer" oder „Partner".

**Transitional Stunt:** Ein Stunt, bei dem die Top von einem Stunt in einen anderen Stunt übergeht, so dass die Konfiguration des Stunts geändert wird.

**Traveling Toss:** Ein Toss, bei dem so getossed wird, dass die Bases sich absichtlich bewegen müssen, um die Top zu fangen.

**Tuck Arch:** Ähnlich einem Kick Arch. Allerdings handelt es sich hier um eine überstreckte Position (Arch) aus einer Tuck Position und nicht aus einem Kick.

**Tuck Position/Angehockte Position:** Eine Position, bei der die Knie und die Hüfte gebeugt sind und die Knie zur Brust gezogen sind.

**Tumbling:** Jegliche turnerischen Elemente, die auf dem Boden ausgeübt werden.

**Twist:** Rotation um die vertikale Körperachse, während die Person keinen Kontakt zum Boden hat (airborne).

**Twisting Mount:** Ein Aufgang, bei dem sich die Top um die vertikale Körperachse dreht.

**Twisting Toss:** Jegliche Art von Tosses, bei denen die Top mindestens eine 1/4 Drehung um die vertikale Körperachse ausführt.

**Two - High Pyramid:** Alle Tops müssen direkten Kontakt zu Bases haben, die wiederum direkten Kontakt zum Boden haben müssen.

**Two & One Half (2-1/2) High Pyramid:** Die Höhe von Pyramiden wird wie folgt definiert:
- Chairs, Thigh Stands und Shoulder Straddles sind 1-1/2 Körperlängen.
- Shoulder Stands sind 2 Körperlängen.
- Extended Stunts (z. B. Extension, Liberty, usw.) sind 2-1/2 Körperlängen.
- Die folgenden Punkte müssen für eine "2-1/2 high" Pyramide erfüllt sein:
  - Ein Middlelayer darf sich maximal auf einem Stunt auf Prep-Level befinden.
  - Eine Top darf aufrecht maximal auf dem Unterarm eines Middlelayers stehen, wenn dieser auf Shoulder Stand Level ist (Beispiel: High Elevator ist nicht erlaubt).
  - Hält ein Middlelayer auf Shoulder Stand Level eine Top mit Extended Arms, darf die Top nur in einer Flatback Position sein (Beispiele: High Straddle- und High Star-Pyramiden, wo die Middlelayer die Top mit Extended Arms halten, sind verboten; High Chair, wo ein Middlelayer auf Shoulder Stand Level einen Chair hält, ist verboten).

**Two-Leg Extended Stunt:** Extended Stunts, bei denen das Gewicht der Top auf beide Beine verteilt ist.

**Walkover/Bogengang:** Ein Tumbling-Element, bei dem die Person rückwärts oder vorwärts in eine überstreckte Position geht und hierbei mit den Händen in Kontakt mit dem Boden tritt. Danach wird die Rotation weitergeführt und nach einer Überkopfbewegung landet die Person wieder auf den Füßen. Zu jeder Zeit hat die Person Kontakt zum Boden (kein aerial Element).

**Whip/Temposalto:** Ein leicht überstreckter Salto, der aussieht wie ein Flickflack, bei dem keine Hände aufgesetzt werden.

**Wolf Wall Transition:** Ein Übergang, bei dem die Top über das Bein einer sie unterstützenden Person, die sich auf Prep-Level befindet, steigt oder geworfen wird. Das Bein der unterstützenden Person ist dabei vom

Körper weg gestreckt und mit einer dritten Person auf Prep-Level verbunden (Fuß-/ Hüftkontakt).

**X-Out:** Eine invertierte Position, bei der die Arme und Beine während der Rotation in einem X auseinander gestreckt sind.

### 5.2 Cheer Dance

**Airborne Hip Over Head Rotation:** Eine Hüftrotation über den Kopf in einem Tumbling Skill ohne Kontakt mit der Mattenfläche (Bsp.: Radwende oder Flick Flack).

**Airborne Skill (executed by individual):** Skill bei dem der Dancer frei von der Mattenfläche ist (Bsp.: T o u r Jetté oder Butterfly).

**Aerial Cartwheel:** Freies Rad

**Back Walkover:** Brücke rückwärts (=non-airborne Turn-Tumbling-Skill)

**Cartwheel:** Rad (=non-airborne Turn-Tumbling-Skill)

**Kategorie:** Style des Tanzes. (Example: Jazz, Freestyle or Hip Hop).

**Dive Roll:** Flug – oder Sprungrolle (=illegal!)

**Elevated:** Einen Dancer zu einer höheren Position bewegen.

**Elevated Individual:** Die Person, die für einen Lift gehoben wird.

**Executing Individual:** Die Person, die einen Trick ausführt und dafür Unterstützung einer weiteren Person benötigt/erhält.

**Front Walkover:** Brücke vorwärts

**Handstand**

**Head Spin:** Eine Hip Hop-Technik, bei der der Dancer einen Spin auf dem Kopf vollzieht. Die Arme werden zum Schwung nehmen eingesetzt; die Beine können in verschiedene Positionen gehalten werden.

**Headstand:** Kopfstand

**Hip Over Head Rotation (executed by individuals)**: Eine Bewegung, bei der die Hüfte über den Kopf bewegt wird, wie z.B. In eine Brücke vorwärts/rückwärts oder einem ähnlichen Tumbling Skill.

**Hip Over Head Rotation (executed in groups or pairs)**: Eine Bewegung, bei der die Hüfte über den Kopf bewegt wird während eines Lifts oder Partnering Skill.

**Kip up:** Aus der Rückenlage in den Stand schnipsen: Dancer beugt die Knie in Richtung Bauch/Oberkörper und beschleunigt damit die Beine, die zurück auf den Boden geworfen werden; gleichzeitig schnipst der Oberkörper nach oben. Endposition ist die aufrechte Position.

**Lifts**: Eine Aktion, bei der ein Dancer auf ein anderes Höhenlevel gebracht und auch wieder abgesetzt wird.

**Lifting Individual:** Die Person, die die Elevated Individual während des Lifts hebt.

**Partnering:** Jede Form von Trick, die zwei Individuen impliziert, wobei einer vom jeweils anderen unterstützt wird.

**Prop:** Requisiten.

**Shoulder Roll:** Forwärts- oder Rückwärtsrolle, die über die Schulter geht, wobei der Kopf zur Seite geneigt ist, um Bodenkontakt zu vermeiden.

**Shushunova** [Shush-A-nova]: Sprungvariation (Toe Touch oder Pike), die im tiefen Liegestütz landet.

**Supporting Individual:** Die Person, die während eines Tricks oder Partner Skills den Executing Dancer hält oder wirft und/oder Kontakt zum ihm hält.

**Toss:** Ein Trick mit Flugphase, bei dem Supporting Individual(s) eine Wurfbewegung ausführen, um Höhe für das Executing Individual zu kreieren. Das Executing Individual hat keinen Bodenkontakt,

bleibt aber ständig in Hand-/Arm-/Körperkontakt zu mindestens einem Supporting Individual.

**Tumbling:** Akrobatik- oder Turn-Skills, ausgeführt von einem Dancer, ohne Kontakt, Assistenz oder Unterstützung durch einen anderen Dancer.

**Windmill:** Beginnt in der Rückenlage, der Dancer erzeugt einen Spin vom unteren Rücken zum Brustkorb, während die Beine in einer V-Position um den Körper wirbeln. Die Beinarbeit sorgt für den Spin und ermöglichen damit den Körper umzuspringen von der Rückenposition auf die Vorderseite des Körpers.

## 6. Kontakt

**Varsity Europe Sports Support gGmbH**

| | |
|---|---|
| Adresse: | Varsity Europe Sports Support gGmbH |
| | Kösliner Weg 19 |
| | D-22850 Norderstedt, Germany |
| Telefon: | +49 (0)40 60 59 093 50 |
| Telefax: | +49 (0)40 60 59 093 51 |
| E-Mail: | events@varsity-europe.org |
| Homepage: | www.varsity-europe.org |
| Geschäftsführung: | Diana Becker, Dr. Jan Becker |
| Register: | Amtsgericht Norderstedt |
| | HRB18434 KI |
| Bankverbindung : | |
| Bank Adresse: | Norderstedter Bank |
| | Ochsenzoller Strasse 80 - 82 |
| | 22848 Norderstedt, Germany |
| IBAN | DE97 2006 9111 0001 2628 58 |
| SWIFT / BIC Code | GENO DE F1 NDR |