

# REGLEMENT TECHNIQUE

CHALLENGES AMICAUX

ROCK ET DISCIPLINES ASSOCIEES

REGION ILE-DE-FRANCE

## Table des matières

1- GENERALITES .....	4
1.1- LES CATEGORIES .....	4
1.2- DEROULEMENT DU PARCOURS DE SELECTION .....	6
1.3- DEROULEMENT D'UN CHALLENGE .....	7
1.3.1- Organisation des tours qualificatifs .....	7
1.3.2- Musique .....	7
1.3.3- Pointage des danseurs .....	7
1.4- ACCESSION AUX DIFFERENTES CATEGORIES .....	8
2- LE GROUPE ROCK'N'ROLL .....	9
2.1 ROCK'N'ROLL MINIME .....	10
2.2 ROCK'N'ROLL JUNIOR DEBUTANT .....	10
2.3 ROCK'N'ROLL JUNIOR AVANCE .....	10
2.4 ROCK'N'ROLL ADULTE DEBUTANT .....	10
2.5 ROCK'N'ROLL ADULTE INTER .....	11
2.6 ROCK'N'ROLL ADULTE AVANCE .....	11
2.7 FORMATION ROCK'N'ROLL JUNIOR .....	11
2.8 FORMATION ROCK'N'ROLL ADULTE 1 .....	12
2.9 FORMATION ROCK'N'ROLL ADULTE 2 .....	12
3- LE GROUPE ROCK IMPROVISATION / BOOGIE .....	13
3.1- ROCK INTERPRETATION JUNIOR DEBUTANT .....	14
3.2- ROCK INTERPRETATION JUNIOR AVANCE .....	14
3.3- ROCK INTERPRETATION ADULTE DEBUTANT .....	14
3.4- ROCK INTERPRETATION ADULTE AVANCE .....	14
4- LE GROUPE ROCK SAUTE .....	15
4.1 ROCK SAUTE JUNIOR DEBUTANT .....	16
4.2 ROCK SAUTE JUNIOR AVANCE .....	16
4.3 ROCK SAUTE ADULTE DEBUTANT .....	16

4.4	ROCK SAUTE ADULTE AVANCE .....	16
4.5	FORMATION ROCK SAUTE JUNIOR .....	16
4.6	FORMATION SYNCHRO FILLES JUNIOR.....	17
4.7	FORMATION SYNCHRO FILLES ADULTES .....	17
5-	LE GROUPE ROCK ACROBATIQUE .....	18
5.1	ROCK ACROBATIQUE JUNIOR .....	18
5.2	ROCK AU SOL ACROBATIQUE ADULTE.....	18
5.3	ROCK ACROBATIQUE ADULTE DEBUTANT .....	18
5.4	ROCK ACROBATIQUE ADULTE FILLES-FILLES.....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
5.5	ROCK ACROBATIQUE DEBUTANT + (catégorie nationale = rock acro intermédiaire) .....	19
5.6	ROCK ACROBATIQUE AVANCE (catégorie nationale = B Class et plus).....	19
5.7	FORMATION ROCK ACROBATIQUE ADULTES .....	20
6-	DEFINITIONS .....	23
7-	ACROBATIES.....	25
8-	JUGEMENTS .....	26
4.1-	En rock'n'roll.....	26
4.2-	En rock interprétation .....	26
4.3-	En rock sauté .....	26
4.4-	En rock acro .....	26

## 1- GENERALITES

L'organisation de ces compétitions a pour but **sur la région Ile-de-France** :

- De mettre en place un parcours de challenges amicaux de niveau départemental et régional, afin de donner envie à certains couples de rentrer dans un processus de compétition,
- De participer au développement de la pratique du rock de loisir et de compétition,
- De rendre visible la danse rock sous toutes ses formes auprès d'un large public
- De permettre à des couples ne pouvant pas se rendre aux compétitions nationales de se présenter à une compétition,
- De permettre la rencontre des différents clubs et associations de rock de la région Ile de France,
- De découvrir de jeunes talents, afin de pouvoir les orienter vers les compétitions nationales.

Ce règlement a été réalisé **par un comité réunissant différents clubs de la région**. Ces derniers ont été conseillés par des intervenants du rock à l'échelle régionale et nationale.

Ce règlement s'inspire à la fois des règlements sportifs et techniques nationaux et des règlements antérieurs des compétitions amicales de Vincennes et Gentilly. Il propose un palier accessible vers les compétitions nationales.

TOUTE PERSONNE S'INSCRIVANT A LA COMPETITION S'ENGAGE A RESPECTER CE REGLEMENT.

TOUT CLUB QUI INSCRIT UN COUPLE S'ENGAGE A VERIFIER QUE LA PRESTATION PROPOSEE CORRESPOND AU NIVEAU DANS LEQUEL LE COUPLE EST ENGAGE. IL EST DE LA RESPONSABILITE DU CLUB DE NE PAS INSCRIRE DES COUPLES NE CORRESPONDANT PAS A LA CATEGORIE OU NE MAITRISANT PAS LEURS ENCHAINEMENTS, NOTAMMENT EN ROCK ACROBATIQUE.

### 1.1- LES CATEGORIES

28 catégories sont présentées lors de ces compétitions. Elles sont classées en quatre groupes :

\* le groupe rock'n'roll :

Catégorie	Tranche d'âge	Tempo (mesures/min)	Durée
Rock'n'roll minime	5-8 ans	32-36	1'
Rock'n'roll junior débutant	8-16 ans	38-40	1'
Rock'n'roll junior avancé	8-16 ans	46-48	1'
Rock'n'roll adulte débutant	15 ans et +	38-40	1'
Rock'n'roll adulte inter	15 ans et +	41-43	1'
Rock'n'roll adulte avancé	15 ans et +	46-48	1'
Formation rock'n'roll junior	8-16 ans	40-42	2'45 à 3'
Formation rock'n'roll adulte 1	15 ans et +	libre	2'45 à 3'
Formation rock'n'roll adulte 2	15 ans et +	libre	3' à 5'

\* le groupe rock'n'roll interprétation

Catégorie	Tranche d'âge	Tempo	Durée
Rock interprétation junior débutant	10-16 ans	40-42	1'30
Rock interprétation junior avancé	10-16 ans	44-46	1'30
Rock interprétation adulte débutant	15 ans et +	40-42	1'30
Rock interprétation adulte avancé	15 ans et +	28-30 et 46-48	1'30 / passage

\* le groupe rock sauté :

Catégorie	Tranche d'âge	Tempo	Durée
Rock sauté junior débutant	8-16 ans	43-45	1'
Rock sauté junior avancé	8-16 ans	47-49	1'
Rock sauté adulte débutant	15 ans et +	44-46	1'
Rock sauté adulte avancé	15 ans et +	48-50	1'
Formation rock sauté junior	8-16 ans	libre	2'45 à 3'
Formation synchro filles junior	8-16 ans	libre	2'45 à 3'
Formation synchro filles adultes	15 ans et +	libre	2'45 à 3'

\* le groupe rock acrobatique :

Catégorie	Tranche d'âge	Tempo	Durée
Rock acro junior	12-17 ans	46-48	1'30 à 1'45
Rock acro adulte au SOL	15 ans et +	libre	1'30 à 1'45
Rock acro adulte débutant	15 ans et +	45-47	1'30 à 1'45
Rock acro adulte novice	15 ans et +	46-48	1'30 à 1'45
Rock acro adulte intermédiaire	15 ans et +	47-49	1'30 à 1'45
Rock acro adulte avancé	15 ans et +	48-50	1'30 à 1'45
Rock acro adulte confirmé	15 ans et +	48-50	1'30 à 1'45
Formation rock acro adulte	15 ans et +	libre	2'45 à 3 minutes

\* le groupe West Coast Swing

Catégorie	Tranche d'âge	Tempo	Durée
West Coast Swing Débutant classic	15 ans et +	24-30	1'30
West coast swing Avancé classic	15 ans et +	libre	2' à 3'
West Coast swing Showcase	15 ans et +	libre	2' à 3'
West Coast Swing Jack'n'Jill Débutant	15 ans et +	18-24 25-28 29-34	1' par passage
West Coast Swing Jack'n'Jill Avancé	15 ans et +	18-24 25-28 29-34	1' par passage

## 1.2- DEROULEMENT DU PARCOURS DE SELECTION

Un parcours de challenges amicaux est organisé sur la région Ile-de-France : trois challenges seront sélectifs à une finale régionale, appelée Open régional.

A chaque challenge sélectif, les couples marquent des points en fonction de leur place, suivant le barème ci-dessous :

**IMPORTANT** : en plus de ces points, chaque couple gagne un point par couple battu.

Place	Points
1	70
2	60
3	50
4 à 6	45
7	40
8 à 12	30
13 à 15	20
16 à 24	10
25 à 39	5
40 à 79	2
80 et plus	1

Exemple : un couple terminant 8<sup>ème</sup> sur 15 couples, récoltera 30 points + 7 couples battus = 37 points

### QUALIFICATION POUR L'OPEN REGIONAL

Un couple est sélectionnable à cet open si et seulement si il a participé à l'un des challenges précédents, sauf dérogation de la part du comité d'organisation des challenges amicaux.

Après le dernier sélectif, les deux meilleurs résultats de chaque couple seront additionnés et ainsi un classement sera obtenu.

Dans les catégories avec un effectif de 1 à 9 couples, les 6 meilleurs couples seront sélectionnés pour l'open.

Dans les catégories avec un effectif de 10 couples et plus, les 2/3 des couples seront qualifiés pour l'open.

Les couples pourront suivre leur classement sur le site Internet : [www.challenges-rockswing-idf.fr](http://www.challenges-rockswing-idf.fr)

### 1.3- DEROULEMENT D'UN CHALLENGE

L'organisateur se réserve le droit de modifier le déroulement pour des raisons de durée, de sécurité ou autres.

#### 1.3.1- Organisation des tours qualificatifs

Si il y a 7 couples ou moins, il y aura une finale directe.

Entre 8 et 15 couples, il y aura un tour de qualification et la finale se fera à 6 couples. Dans la mesure du possible, 4 couples seront sélectionnés lors de ce tour de qualification et un repêchage où les juges sélectionneront 2 autres couples sera organisé.

Pour une catégorie avec plus de 16 couples, il y aura un tour de qualification, la demie finale se fera à 12 couples, et les 6 meilleurs seront pris pour la finale. Dans la mesure du possible, où 7 couples seront sélectionnés pour la demie finale, suivi si possible d'un repêchage où les juges sélectionneront 5 autres couples.

Si il n'est pas possible d'organiser un repêchages pour toutes les catégories, il sera important de valoriser les catégories débutants et novices puis intermédiaires et enfin avancé.

#### 1.3.2- Musique

Lors des tours de qualification et des demies finales, les couples danseront par 2 ou 3 sur des musiques imposées (tempo minimum de la catégorie). En repêchages, si cela est possible, les couples danseront seuls et sur leur musique personnelle. En finale, tous les couples, hormis ceux de la catégorie Rock'n'roll interprétation, seront autorisés à danser sur leur musique personnelle. Celle-ci devra parvenir à l'organisateur par téléchargement sur l'espace club du site de la compétition avant la date communiquée aux clubs. Sinon une musique choisie par l'organisateur sera mise pour le passage du couple.

Attention : si le tempo de la musique n'est pas respecté, un message vous sera envoyé pour vous avertir de cette non-conformité. Cependant, vous pouvez choisir de garder la musique avec le tempo initial mais des points de pénalité seront attribués. (-3 points par mesure en plus ou en moins)

#### 1.3.3- Pointage des danseurs

Les couples doivent OBLIGATOIREMENT se présenter avant la fin de leur horaire de pointage. Toute personne non présente à la clôture de son pointage pourra se voir refuser le droit de concourir.

Lors de l'inscription en ligne, un numéro de dossard est attribué automatiquement au couple. **Le danseur doit venir avec ce dossard imprimé ainsi que des épingles à nourrice.** Le danseur devra porter celui-ci à la jambe. Il pourra le déposer devant la piste de danse de manière visible par les juges, si et seulement s'il danse deux fois dans la catégorie. Concernant les formations, un dossard est remis et doit être déposé devant la piste de danse de manière visible par les juges.

#### 1.4- ACCESSION AUX DIFFERENTES CATEGORIES

Chaque catégorie est déterminée tout d'abord par une tranche d'âge. L'âge pris en compte est celui des danseurs au 1<sup>er</sup> septembre de l'année précédant la compétition (ce qui correspond environ au moment de l'inscription dans le club pour la saison en cours).

La tranche d'âge des 15-16 ans correspond à la fois à des catégories enfants et adultes. Un jeune de cet âge ne pourra pas s'inscrire en enfant ET en adulte dans un même groupe. Il devra OBLIGATOIREMENT choisir, en fonction de son partenaire ou de son envie. En revanche, son choix pourra être différent pour des catégories de groupe différent (ex. : inscription en adultes en groupe rock'n'roll et en enfant en groupe rock acrobatique).

En rock au sol, chaque danseur(se) des catégories « débutant » monte en inter. En rock acrobatique adulte débutant, tous les danseurs(ses) seront obligés de monter de niveau la saison suivante.

Pour les autres catégories, le comité se réunira en fin de saison afin de statuer, en fonction des résultats et du niveau, sur les couples devant monter de niveau la saison suivante.

Chaque concurrent peut avoir trois dossards maximum dans la compétition dont deux dossards maximum par groupe.



## 2- LE GROUPE ROCK'N'ROLL

Dans les catégories de ce groupe, le pas de base du rock'n'roll est obligatoire. Le rock'n'roll se danse sur une base de 6 temps. Le rythme triple est le rythme principal. Il est obligatoire dans toutes les catégories. Les rythmes simples et doubles sont autorisés dans les niveaux avancés.

Exemple sur une base 6 temps :

\* avec rythme triple

Pieds danseur	G	D	G	D	G	D	G	D
Pieds danseuse	D	G	D	G	D	G	D	G
Compte des temps	1	2	3	Et	4	5	Et	6
Compte des pas	1	2	3	4	5	6	7	8

\* avec rythme double

Pieds danseur	G	D	G	G	D	D
Pieds danseuse	D	G	D	D	G	G
Compte des temps	1	2	3	4	5	6
Compte des pas	1	2	3	4	5	6

\* avec rythme simple

Pieds danseur	G	D	G	D	G	D
Pieds danseuse	D	G	D	G	D	G
Compte des temps	1	2	3	4	5	6
Compte des pas	1	2	3	4	5	6

Dans ce groupe, un danseur peut s'inscrire avec deux danseuses dans la même catégorie. Les couples fille / fille sont autorisés. Une danseuse peut alors s'inscrire avec un danseur (en tant que danseuse) et une danseuse (en tant que danseur).

Un danseur ne peut s'inscrire dans deux niveaux différents, sauf dans le cas où une fille serait danseur dans un niveau et danseuse dans un niveau supérieur.

**Chorégraphie : dans les passages de rock au sol, la chorégraphie est autorisé afin de coller au mieux à la musique choisie par le couple. Cependant, la chorégraphie est limitée dans chaque catégorie. La chorégraphie sera décomptée à partir de plus de 2 temps. Si un couple fait un pas de base puis twist twist sur le 7-8, ceci ne sera pas décompté au niveau des temps de chorégraphie. De plus, sur leur musique personnelle, le couple peut bénéficier de 15 secondes de chorégraphie en intro.**

## 2.1 ROCK'N'ROLL MINIME

Age : de 5 à 10 ans

Musique : \* durée : 1 minute

\* tempo : 32-36 mesures par minute

Le pas de base doit obligatoirement être effectué en rythme triple. Aucune variante n'est autorisée.

Le passage de rock au sol sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

16 temps maximum de chorégraphie sont autorisés, répartis en deux passages maximum. Les danseurs doivent pouvoir se rattraper par la main à tout moment.

Les lifts, les jumps et les acrobaties sont interdits. Les lifts ne sont autorisés que pour les poses finales.

## 2.2 ROCK'N'ROLL JUNIOR DEBUTANT

Age : de 8-16 ans

Musique : \* durée : 1 minute

\* tempo : 38-40 mesures par minute

Le pas de base doit obligatoirement être effectué en rythme triple. Aucune variante n'est autorisée.

Le passage de rock au sol sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

Deux passages chorégraphiques de 16 temps maximum sont autorisés. Les danseurs doivent pouvoir se rattraper par la main à tout moment.

Les lifts et les acrobaties sont interdits. Les lifts ne sont autorisés que pour les poses finales.

Dans cette catégorie, les passes doivent rester simples : les rotations sont limitées au maximum à un tour, avec deux exceptions de passes avec un tour et demi. Toutes les passes doivent être réalisées en 6 temps, avec deux exceptions de passes en 10 temps dans le passage (ex. : bob, hésitation,...).

## 2.3 ROCK'N'ROLL JUNIOR AVANCE

Age : de 8-16 ans

Musique : \* durée : 1 minute

\* tempo : 46-48 mesures par minute

Un mélange des rythmes simples, doubles et triples sera valorisé et bonifié par les juges.

Le passage de rock au sol sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

Deux passages chorégraphiques de 16 temps maximum sont autorisés. Les danseurs doivent pouvoir se rattraper par la main à tout moment.

Les lifts sont autorisés. Les jumps et acrobaties sont interdits.

## 2.4 ROCK'N'ROLL ADULTE DEBUTANT

Age : A partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1 minute

\* tempo : 38-40 mesures par minute

Le pas de base doit obligatoirement être effectué en rythme triple. Aucune variante n'est autorisée.

16 temps maximum de chorégraphie sont autorisés, répartis en deux passages maximum. Les jumps et les acrobaties sont interdits. Les lifts ne sont autorisés que pour les poses finales.

Dans cette catégorie, les passes doivent rester simples : les rotations sont limitées au maximum à un tour, avec deux exceptions de passes avec un tour et demi maximum. Toutes les passes doivent être réalisées en 6 temps, avec deux exceptions de passes en 10 temps dans le passage (ex. : bob, hésitation,...).

## 2.5 ROCK'N'ROLL ADULTE INTER

Age : A partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1 minute

\* tempo : 41-43 mesures par minute

Le pas de base doit obligatoirement être effectué en rythme triple. Aucune variante n'est autorisée.

Le passage de rock au sol sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

32 temps maximum de chorégraphie sont autorisés, répartis en quatre passages maximum. Les danseurs doivent pouvoir se rattraper par la main à tout moment. Les rythmes simple et double peuvent être utilisés lors des jeux de jambes et des chorégraphies.

Les lifts sont autorisés. Les jumps et les acrobaties sont interdits.

Dans cette catégorie, les passes avec un tour et demi sont autorisées. Au maximum, deux **passes avec double tours sont autorisées.**

## 2.6 ROCK'N'ROLL ADULTE AVANCE

Age : A partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1 minute

\* tempo : 46-48 mesures par minute

Les rythmes simple, double et triple peuvent être utilisés. Cependant, le mélange des trois sera bonifié.

Le passage de rock au sol sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

32 temps maximum de chorégraphie sont autorisés, répartis en quatre passages maximum. Les danseurs doivent pouvoir se rattraper par la main à tout moment.

Les lifts et les jumps sont autorisés. Les acrobaties sont interdites.

## 2.7 FORMATION ROCK'N'ROLL JUNIOR

Age : de 8-16 ans

Musique : \* durée : 2 minutes 45 à 3 minutes

\* tempo : 40-42 mesures par minute (les variations sont autorisées)

Le nombre de couples doit être compris entre 4 minimum et 10 couples maximum.

Les rythmes simple et double peuvent être utilisés lors des jeux de jambes et des chorégraphies.

Le passage sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

Les lifts sont autorisés. Les acrobaties sont interdites.

Le passage peut comprendre une introduction et une sortie chorégraphique de moins de 30 secondes chacun.

## 2.8 FORMATION ROCK'N'ROLL ADULTE 1

Age : A partir de 15 ans  
Musique : \* durée : 2 minutes 45 à 3 minutes  
\* tempo : libre

Le nombre de couples doit être compris entre 4 minimum et 10 couples maximum.

Les rythmes simple et double peuvent être utilisés lors des jeux de jambes et des chorégraphies.

Le passage sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

Les lifts sont autorisés. Les acrobaties sont interdites.

Le passage peut comprendre une introduction et une sortie chorégraphique de moins de 30 secondes chacun.

## 2.9 FORMATION ROCK'N'ROLL ADULTE 2

Age : A partir de 15 ans  
Musique : \* durée : 2 minutes 45 et jusqu'à 7 minutes  
\* tempo : libre

Le nombre de couples doit être compris entre 4 minimum et 10 couples maximum.

Les rythmes simple et double peuvent être utilisés lors des jeux de jambes et des chorégraphies.

Le passage sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée.

Les lifts sont autorisés. Les acrobaties sont interdites.

Le passage peut comprendre une introduction et une sortie chorégraphique de moins de 30 secondes chacun.

### 3- LE GROUPE ROCK IMPROVISATION / BOOGIE

#### **Pas de base et jeux de jambes**

Le pas de base du rock'n'roll est obligatoire. Le rock'n'roll se danse sur une base de 6 temps. Le rythme triple est le rythme principal. Il est obligatoire. Les rythmes simples, doubles et autres variations sont autorisés dans les jeux de jambes et les chorégraphies.

Ce pas de base s'adaptera au style de la musique. Il pourra ainsi varier en amplitude, en rebond, en dynamisme.

Les mêmes jeux de jambes ne sont pas forcément simultanés entre danseur et danseuse, laissant place à l'improvisation et à l'inspiration de chacun des partenaires.

#### **Interprétation musicale**

On entend par interprétation musicale toute variation de danse en rapport avec la musique. Il peut s'agir de variations d'amplitude du pas de base, de jeux de jambes, de mouvements de corps ou de bras, de passes ou bien encore de jumps, lifts ou aerals.

Le couple doit danser durant toute la durée de la musique : des premières notes de l'introduction à l'arrêt de la musique.

Les différentes parties de la grille musicale (introduction, phrasés, breaks, bridges,...) peuvent être interprétées.

Les variations musicales, accentuations de certains instruments, paroles,... au sein des phrasés peuvent être interprétées.

Le couple devra respecter la construction de la musique. Ainsi, après l'introduction, un break, un bridge, un aeral ou un passage chorégraphique, il devra reprendre sur le 1 de la musique.

#### **Chorégraphie**

Les couples peuvent agrémenter leur passage d'éléments purement chorégraphiques (non guidés). Ces passages seront évalués comme des éléments de danse et d'interprétation musicale. Un passage chorégraphique ne correspond pas à la musique pour être pénalisé.

#### **Aerials**

Leur caractéristique est d'être un élément de danse. Ils seront jugés comme un élément de chorégraphie. Ils doivent être amenés de manière fluide dans la danse et ne pas marquer une rupture dans le passage. Ils doivent servir à interpréter la musique. En cas de danger ou de mauvaise réalisation, ils seront fortement pénalisés.

#### **Dispositions de danse**

Dans ce groupe, un danseur peut s'inscrire avec deux danseuses dans la même catégorie. Les couples fille / fille sont autorisés. Une danseuse peut alors s'inscrire avec un danseur (en tant que danseuse) et une danseuse (en tant que danseur).

#### **Musique**

Les couples danseront sur une musique tirée au sort parmi une sélection de musique. Cette sélection comprendra 20 titres pour les débutants, 40 titres pour les junior avancés et 50 titres rapides et 20 titres

lents pour les adultes avancés. Ces musiques seront disponibles pour les clubs avant le 1<sup>er</sup> octobre 2015 sur simple demande aux organisateurs.

#### 2.1- ROCK INTERPRETATION JUNIOR DEBUTANT

Age : De 12 à 16 ans

Musique : \* durée : 1 minute 30

\* tempo : 40-42 mesures par minute

Les danseurs de cette catégorie ne peuvent pas concourir en rock'n'roll junior débutant.

Les lifts et les jumps sont autorisés. Les aeriels sont interdits.

Cette catégorie est interdite à tout danseur ayant déjà dansé en rock interprétation junior avancé.

#### 2.2- ROCK INTERPRETATION JUNIOR AVANCE

Age : De 12 à 16 ans

Musique : \* durée : 1 minute 30

\* tempo : 44-46 mesures par minute

Les danseurs de cette catégorie ne peuvent pas concourir en rock'n'roll junior débutant.

Les lifts, les jumps et les aeriels sont autorisés.

#### 2.3- ROCK INTERPRETATION ADULTE DEBUTANT

Age : A partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1 minute 30

\* tempo : 40-42 mesures par minute

Les danseurs de cette catégorie ne peuvent pas concourir en rock'n'roll adulte débutant.

Cette catégorie est interdite à tout danseur ayant déjà dansé en rock interprétation junior avancé et rock interprétation adulte avancé.

#### 2.4- ROCK INTERPRETATION ADULTE AVANCE

Age : A partir de 15 ans

Musique : 2 passages sont à effectuer : un sur un tempo lent et l'autre sur un tempo rapide.

\* durée : 1 minute 30 / passage

\* tempo : 28-30 mesures par minute pour le lent et 46-48 pour le rapide

Les danseurs de cette catégorie ne peuvent pas concourir en rock'n'roll adulte débutant.

## 4- LE GROUPE ROCK SAUTE

Dans ce groupe, le pas de base sauté est obligatoire. Il se définit comme ci-dessous :

Les temps se comptent de la manière suivante « et 1 et 2 et 3 et 4 et 5 et 6 ».

Les jetés s'effectuent impérativement sur les temps impairs de la musique, la jambe est alors tendue. La pointe du pied est tendue dans l'alignement de la jambe. Les jetés sur les temps « 3 » et « 5 » doivent être à la même hauteur. Il est également apprécié par les juges que la hauteur soit similaire chez le danseur et la danseuse.

Sur les « et », la jambe est pliée et relevée, pointe de pieds vers le sol, telle une montée de genoux.

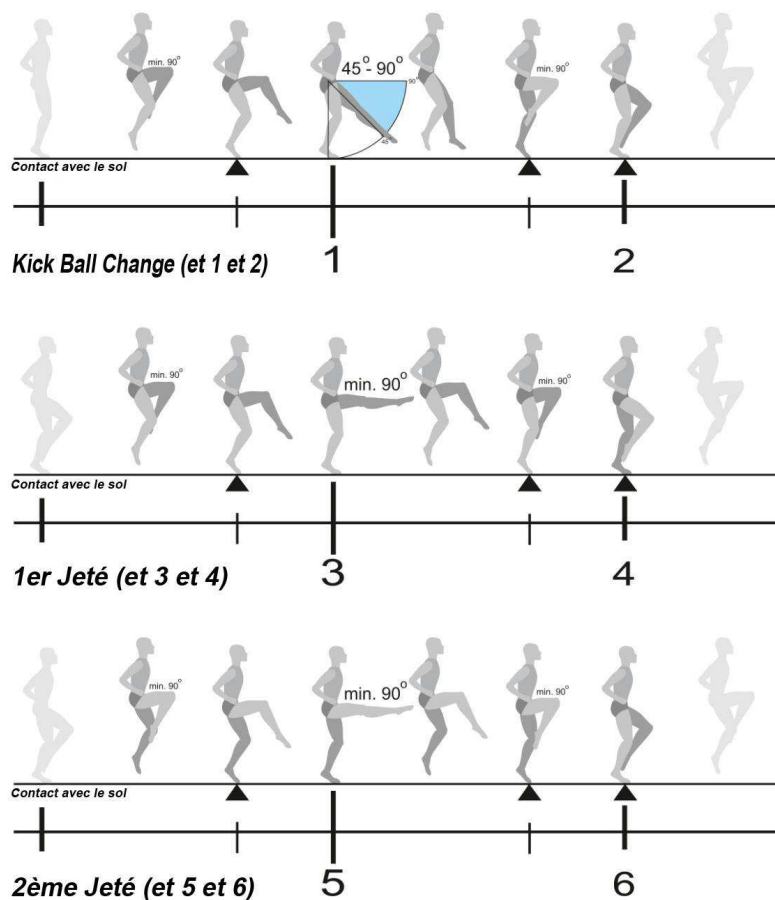
Après les jetés, le mouvement plié (le retour) doit être franc, volontaire et effectué de manière visible.

A chaque « et », la jambe sur laquelle repose le poids du corps doit quitter le sol de façon visible (rebonds, sursauts).

Sur le « 1 et 2 », les danseurs effectuent un kick ball change. La hauteur du kick et de la montée de genou doit être situé entre  $45^{\circ}$  et  $90^{\circ}$ . Lors des déplacements, les danseurs doivent avancer sur le « 1 et 2 ».

Les variations du pas de base (doubler les jetés, jeter de côté...) sont admises mais seulement de manière occasionnelle.

Un passage de rock sauté est un enchaînement de passes de rock avec des passages chorégraphiques. Tout l'espace peut être utilisé : côte à côte, devant derrière, en décalé...



Dans ce groupe, un danseur peut s'inscrire avec deux danseuses dans la même catégorie. Les couples fille / fille sont autorisés. Une danseuse peut alors s'inscrire avec un danseur (en tant que danseuse) et une danseuse (en tant que danseur).

#### 4.1 ROCK SAUTE JUNIOR DEBUTANT

Age : de 8 à 16 ans  
Musique : \* durée : 1 minute  
\* tempo : 43-45 mesures par minute

Dans cette catégorie, les lâchers sont interdits. Le couple doit toujours être en mesure de se tenir par la main.

#### 4.2 ROCK SAUTE JUNIOR AVANCE

Age : de 8 à 16 ans  
Musique : \* durée : 1 minute  
\* tempo : 47-49 mesures par minute

2 lâchers de 16 temps maximum sont autorisés.

#### 4.3 ROCK SAUTE ADULTE DEBUTANT

Age : à partir de 15 ans  
Musique : \* durée : 1 minute  
\* tempo : 44-46 mesures par minute

Dans cette catégorie, les lâchers sont interdits. Le couple doit toujours être en mesure de se tenir par la main.

#### 4.4 ROCK SAUTE ADULTE AVANCE

Age : à partir de 15 ans  
Musique : \* durée : 1 minute  
\* tempo : 48-50 mesures par minute

2 lâchers de 16 temps maximum sont autorisés.

#### 4.5 FORMATION ROCK SAUTE JUNIOR

Age : de 8 à 16 ans  
Musique : \* durée : 2'45 à 3'  
\* tempo : libre

Le groupe doit être composé de 4 à 6 couples.

Le passage devra comprendre au minimum 10 pas de base effectué en même temps par tous les membres du groupe.

Les acrobaties sont interdites.



#### 4.6 FORMATION SYNCHRO FILLES JUNIOR

Age : de 8 à 16 ans

Musique : \* durée : 2'45 à 3'

\* tempo : libre

Le groupe doit être composé uniquement de filles. Leur nombre devra être compris entre 6 et 12.

Le passage devra comprendre au minimum 10 pas de base effectué en même temps par tous les membres du groupe.

Les acrobaties sont interdites.

#### 4.7 FORMATION SYNCHRO FILLES ADULTES

Age : A partir de 15 ans

Musique : \* durée : 2'45 à 3'

\* tempo : libre

Le groupe doit être composé uniquement de filles. Leur nombre devra être compris entre 6 et 16.

Le passage devra comprendre au minimum 10 pas de base effectué en même temps.

Les acrobaties sont interdites.

## 5- LE GROUPE ROCK ACROBATIQUE

Dans ce groupe, le pas de base sauté comme défini pour le groupe rock sauté est obligatoire, sauf en catégorie rock au sol acrobatique adultes.

Chaque catégorie présente ses propres acrobaties et sa propre réglementation.

Dans ce groupe, les couples fille-fille sont interdits, sauf dans la catégorie prévue à cet effet.

### 5.1 ROCK ACROBATIQUE JUNIOR

Age : De 12 à 17 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : 46-48

Le couple présente un maximum de 4 figures acrobatiques dans son passage. Les acrobaties sont à choisir dans la liste des acros.

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 1 : 13 pts

Acrobatie niveau 2 : 17 pts

Acrobatie niveau 3 : 21 pts

Acrobatie niveau 4 : 25 pts

### 5.2 ROCK AU SOL ACROBATIQUE ADULTE

Age : à partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : **libre**

Le pas de base est celui du rock au sol et il doit obligatoirement être effectué en rythme triple. Aucune variante n'est autorisée. Le passage de rock au sol sera évalué sur les passes de rock mais également la chorégraphie proposée. Deux passages chorégraphiques de 16 temps maximum sont autorisés. Les danseurs doivent pouvoir se rattraper par la main à tout moment. Les rythmes simple et double peuvent être utilisés lors des jeux de jambes et des chorégraphies.

Les lifts sont autorisés.

Dans cette catégorie, les passes avec un tour et demi sont autorisées.

Acrobaties :

Le couple présente un maximum de 5 figures acrobatiques dans son passage.

Les acrobaties sont à choisir dans la liste ci-dessous :

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 1 : 08 pts

Acrobatie niveau 2 : 12 pts

Acrobatie niveau 3 : 16 Pts

Acrobatie niveau 4 : 20 pts

### 5.3 ROCK ACROBATIQUE ADULTE DEBUTANT

Age : à partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : 47-49

Acrobaties :

Le couple présente un maximum de 5 figures acrobatiques dans son passage.

Les acrobaties sont à choisir dans la liste adéquate.

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 1 : 08 pts

Acrobatie niveau 2 : 12 pts

Acrobatie niveau 3 : 16 pts

Acrobatie niveau 4 : 20 pts

#### 5.4 ROCK ACROBATIQUE ADULTE NOVICE

Age : à partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : 46-48

Acrobaties :

Le couple présente un maximum de 5 figures acrobatiques dans son passage.

Les acrobaties sont à choisir dans la liste ci-dessous :

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 3 : 08 pts

Acrobatie niveau 4 : 12 pts

Acrobatie niveau 5 : 16 pts

Acrobatie niveau 6 : 20 pts

#### 5.5 ROCK ACROBATIQUE ADULTE INTERMEDIAIRE

Age : à partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : 47-49

Acrobaties :

Le couple présente un maximum de 5 figures acrobatiques dans son passage. Tout lâcher volontaire ou involontaire au cours d'une rotation de la danseuse sera sanctionné de -10 points.

Les acrobaties sont à choisir dans la liste ci-dessous :

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 5 : 08 pts

Acrobatie niveau 6 : 12 pts

Acrobatie niveau 7 : 16 Pts

Acrobatie niveau 8 : 20 pts

#### 5.6 ROCK ACROBATIQUE ADULTE AVANCE

Age : à partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : 48-50

Acrobaties :

Le couple présente un maximum de 5 figures acrobatiques dans son passage.

Les acrobaties sont à choisir dans la liste ci-dessous :

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 7 : 08 pts

Acrobatie niveau 8 : 12 pts

Acrobatie niveau 9 : 16 Pts

Acrobatie niveau 10 : 20 pts

### 5.7 ROCK ACROBATIQUE ADULTE CONFIRME

Age : à partir de 15 ans

Musique : \* durée : 1'30 à 1'45

\* tempo : 48-50

Acrobaties :

Le couple présente un maximum de 5 figures acrobatiques dans son passage.

Les acrobaties sont à choisir dans la liste ci-dessous :

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 8 : 08 pts

Acrobatie niveau 9 : 12 pts

Acrobatie niveau 10 : 16 Pts

Acrobatie niveau 11 : 20 pts

### 5.8 FORMATION ROCK ACROBATIQUE ADULTES

Age : A partir de 15 ans

Musique : \* durée : 2'45 à 3'

\* tempo : libre

La formation sera composée de 4 à 6 couples.

Acrobaties :

Le groupe présente un maximum de 8 figures acrobatiques dans son passage.

Les acrobaties sont à choisir dans les listes pour le rock acro adulte inter ou avancé.

Les acrobaties ont comme valeurs : Acrobatie niveau 1 : 06 pts

Acrobatie niveau 2 : 09 pts

Acrobatie niveau 3 : 13 Pts

Acrobatie niveau 4 : 17 pts

## 6- LE GROUPE WEST COAST SWING

### 6.1- REGLES TECHNIQUES

☒ La ligne de danse Le West Coast Swing est une danse de couple effectuée en "ligne". La danseuse évolue sur la ligne de danse dans un rectangle ("SLOT") correspondant à la largeur des épaules. Le danseur est plus immobile mais évolue à l'intérieur et à l'extérieur du slot en fonction des figures. En règle générale le danseur libère le slot uniquement pour laisser passer la danseuse.

☒ Dans toutes les catégories il est obligatoire de démarrer la base du West Coast Swing sur les temps impairs de la musique.

☒ Sur le 6, le danseur et la danseuse doivent obligatoirement avoir le poids du corps en arrière. ☒ En adulte débutant la danseuse doit croiser devant au & du 3&4 pendant son déplacement. ☒ La base, la connexion, et l'interprétation sont des éléments caractéristiques du West Coast Swing et des Critères majeurs de notation.

Danseur LE 1 / 2 Le 1 pied Gauche arrière. Le 2 pied Droit arrière. LE 3 & 4 Est effectué en rythme triple. G / D / G Le "3 et " est effectué sur place. Le " 4" pied gauche avant LE 5 & 6 "ANCHOR STEP" Est effectué sur place en rythme triple. D / G / D

Danseuse LE 1 / 2 Le 1 pied Droit avant. Le 2 pied Gauche avant. LE 3 & 4 Est effectué en rythme triple. D / G / D. Le "3 et " est effectué sur place. Le " 4" pied droit arrière. LE 5 & 6 "ANCHOR STEP" Est effectué sur place en rythme triple. G / D / G.

### 6.2- CATEGORIES

\* Dans la catégorie Débutant Classic et Débutant Jack'n'Jill, Les lifts et les portés sont interdits. Obligation de 100% de swing. Le passage devra obligatoirement intégrer les cinq figures suivantes, qui devront être réalisées clairement dès le début du passage, dans leur forme basique (par de variation), dans l'ordre ou le désordre:

1. Sugar push
2. Whip
3. Tuck turn
4. Underarm turn
5. Left side pass

\* Dans la Catégorie West Coast Swing Classic : Sont autorisés uniquement les lifts dans un maximum de cinq mais non exigés. Obligation de 80 % de swing

\* Dans la catégorie West Coast Swing Showcase : Sont autorisés lifts et portés, obligation de 3 minimum. Obligation de 60% de swing

\* JACK and JILL West coast swing

Les compétitions officielles de Jack and Jill peuvent être organisées indépendamment des autres catégories.

A chaque tour de la compétition, un tirage au sort se fera préalablement par les scrutateurs de la compétition, sous le contrôle du président du jury, pour la formation des couples. Les couples peuvent danser sur 2 ou 3 musiques différentes lors du même tour : - Tempo lent : de 18 à 24 mesures/minute - Tempo médium : de 25 à 28 mesures/minute - Tempo rapide : de 29 à 34 mesures/minute Ils doivent pour chacune d'entre elles, changer de partenaire par tirage au sort, ce qui implique que le jugement sera effectué sur un danseur (leader) puis sur une danseuse (follower) et non sur le couple, sauf en final où le jugement se portera sur le couple.

Dans tous les tours de la compétition, les couples danseront sur des musiques aléatoires.

Les acrobaties et portés ne sont pas autorisés. Les slides et les sauts sont autorisés mais non obligatoire. Le costume de scène n'est pas obligatoire.

### 6.3 - DEFINITIONS

La définition du swing : Toutes les figures de bases propres au West Coast Swing et leurs variations font parties intégrante de la notion de swing.

Leader : C'est le danseur, "meneur". Follower : C'est la danseuse, "suiveuse".

## 7- DEFINITIONS

**Accessoire** : Est considéré comme accessoire tout objet ou vêtement pouvant se désolidariser du corps (La tenue elle-même si celle-ci tombe au sol). Ils sont interdits dans le groupe rock acrobatique. Ils sont tolérés dans les autres groupes.

**Acrobaties non codifiées** : ce sont des acrobaties ou enchainement d'acrobaties qui ne figurent dans aucune des listes. Chaque entraîneur peut demander l'introduction de celle-ci dans le code, en nous envoyant une vidéo. Nous lui donnerons ainsi une place dans ce règlement.

**Aerials** : ce sont des acrobaties réalisées en rock'n'roll, boogie, lindy-hop... Elles sont différentes des acrobaties du groupe rock acrobatique, par leur technique, leur réalisation et leur place dans la danse.

**Arrêt** : Il y a arrêt lorsque l'un des partenaires reste arrêté plus de trois temps, suite à une erreur de l'un ou de l'autre partenaire.

**Chute** : Une chute est une perte de contrôle du corps, avec contact avec le sol. Il y a chute, si la personne en perte d'équilibre ne peut reprendre instantanément le cours de la danse.

**Demi-arrêt** : Il y a ½ arrêt lorsque l'un des partenaires reste arrêté jusqu'à trois temps, suite à une erreur de l'un ou de l'autre partenaire.

**Demi-chute** : Une "demi-chute" est une perte de contrôle du corps, avec contact avec le sol. Il y a "demi-chute" si la personne en perte d'équilibre peut reprendre instantanément le cours de la danse.

**Demi-faute de tempo** : Il y a ½ faute de tempo lorsque l'un des partenaires reste jusqu'à trois temps hors tempo et revient immédiatement dans le tempo.

**Faute de tempo** : Il y a faute de tempo lorsque l'un des partenaires reste plus de trois temps hors tempo.

**Fautes de figure de rock** : En niveau débutant et intermédiaire, des points seront enlevés si les passes sont d'un niveau supérieur.

**Faute d'interprétation** :

- \* Ne redémarre pas sur le 1 de la musique après l'introduction, un break, un bridge, une chorégraphie, un aerial ou un élément de chorégraphie
- \* Ne danse pas durant toute la durée de la musique

**Fautes de ligne de danse** : non respect des lignes de danse.

**Gêne d'un autre couple** : La gêne physique d'un autre couple présent sur la piste, de manière franche et visible, volontairement ou involontairement est sanctionné comme grosse faute.

**Jump** : Il s'agit d'un saut effectué par l'un des partenaires, réalisé avec l'autre. Dans tous les cas, le jump doit être potentiellement réalisable seul, l'aide venant uniquement amplifier le mouvement. Le partenaire effectuant un tel saut restera toujours dans un axe vertical.

**Lâcher :** Est considéré comme "lâcher", toute variation dans laquelle, sans déplacement, le contact par les mains n'est plus possible. N'est donc pas considéré comme Lâcher, toute variation non tenue mais qui permet à tout moment, le contact par les mains.

**Lift :** Un lift est une figure, **au sol**, nécessitant l'aide permanente ou le soutien permanent de l'un des deux partenaires. Ces figures ne doivent en aucun cas ressembler, de près ou de loin à des figures acrobatiques, codifiées ou non.

### **Lignes de danse :**

#### **I. LIGNE DE DANSE PRINCIPALE :**

*A. C'est une ligne imaginaire parallèle à la largeur ou à la longueur de la piste de danse.*

*B. Chaque couple au moment du départ, définit sa propre ligne de danse (par rapport à la largeur ou la longueur), selon sa position de départ.*

*1. Démarrage en position fermée : La ligne de danse passe entre les deux partenaires*

*2. Démarrage en position ouverte : La ligne de danse passe par les deux partenaires*

#### **II. LIGNE DE DANSE SECONDAIRE :**

*C'est une ligne imaginaire perpendiculaire à la Ligne de Danse principale*

#### **III. CHANGEMENTS DE LIGNES DE DANSE**

*Dans la base sautée et piétinée, les changements de ligne de danse, de la ligne principale à la ligne secondaire (ou inversement), se font obligatoirement en passant par le « point central ». qui est le point où se coupent les lignes de danse principales et secondaires.*

Comptabilisé comme faute à chaque fois que cette règle n'est pas respectée.

**Refus d'acrobatie :** Est considéré comme refus, toute figure acrobatique ou lift dans lequel, le porteur, placé de façon évidente, ne peut effectuer la figure. Ceci étant provoqué par une hésitation, un retrait quelconque d'une partie quelconque du corps de la personne effectuant la figure ; ceci, aussi bien au départ que pendant l'exécution de la figure.



## 8- ACROBATIES

Les acrobaties sont les suivantes

Se référer au tableau fourni avec ce règlement.

La codification des acrobaties ayant été modifiée, nous sommes dans la construction de nouveaux dessins des acrobaties. Si vous avez une question pour une acrobatie, merci de nous contacter.

## 9- JUGEMENTS

Au niveau du jugement, le minimum de juges sera de 5 juges. Il y aura un juge de piste dans chaque catégorie. Celui-ci sanctionnera les fautes et les interdits recensés dans ce règlement.

Dans les catégories sans acro, les juges devront noter tous les critères de jugement ci-dessous.

Dans les catégories avec acro, deux à trois juges noteront les acrobaties, et les autres noteront les critères de danse.

### 9.1- En rock'n'roll

Pas de base (codification)	Difficulté de l'enchaînement	Guidage et réalisation	Attitude danseurs	Originalité enchaînement
/ 30	/ 20	/ 20	/ 15	/ 15

### 9.2- En rock interprétation

Pas de base (codification)	Figures de rock (codification)	Figures de rock (réalisation)	Interprétation musicale	Dynamisme/présence
/ 25	/ 10	/ 20	/ 30	/ 15

### 9.3- En rock sauté

Pas de base (codification)	Chorégraphie	Figures de rock	Dynamisme/présence
/ 30	/ 30	/ 20	/ 20

### 9.4- En rock acro

Pas de base	Chorégraphie	Figures de rock	Dynamisme/présence	Codification acro	Fautes acro
/ 30	/ 30	/ 20	/ 20	/100	Pts enlevés

	<b>PETITES FAUTES - 1 Pt</b>	<b>FAUTES MOYENNES - 3 Pts</b>	<b>GROSSES FAUTES - 5 Pts</b>
VITESSE	Petit manque de vitesse	Petit arrêt pendant l'acrobatie ou changement flagrant de rythme	Acrobatie exécutée visiblement en force ou au ralenti.
AMPLITUDE	Petit manque d'amplitude, les bras du danseur ne sont pas à leur maximum.	Manque d'amplitude nettement visible.	Le manque d'amplitude rend l'acrobatie dangereuse.
DESEQUILIBRE	Petit déséquilibre au début, pendant ou à la réception de l'acrobatie (danseur ou danseuse)	Déséquilibre important au début, pendant ou à la réception de l'acrobatie	Chute après la réception de l'acrobatie
TENUE DES BRAS ET DES JAMBES	<ul style="list-style-type: none"> <li>. Pour les portés : légère flexion des bras (danseuse)</li> <li>. Position groupé, carpé, tendu la danseuse se situe entre deux positions</li> <li>. Ecart de jambes pendant l'acrobatie (sauf cheval, enroulé, déroulé, portés finaux) (petit écart ou petite flexion des jambes sur une position « carpé ou tendu »)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pour les portés, flexion importante des bras (danseuse) inférieur ou égal à 45°</li> <li>Ecart des jambes important pendant l'acrobatie ou importante flexion des jambes sur une position « carpé ou tendu »</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ecart de jambes important associé à une flexion de jambes sur une position « carpé ou tendu »</li> <li>Tenue du corps complètement relâchée</li> </ul>