Regulamin
Zawodów Tanecznych
Polskiej Federacji Tańca

v.3/2026

OPRACOWANIE:
Michał GAWRON, Jacek SENNEWALD,
Zarząd Polskiej Federacji Tańca
Stan na: 27.07.2026 r.
(wszelkie prawa zastrzeżone)
Regulamin obowiązuje od 1.09.2026 r.

CEL

Głównym celem ligi PFT jest upowszechnienie tańca i rywalizacji tanecznej wśród dzieci i młodzieży poprzez organizowanie turniejów, w których jak największa ilość tancerzy może rywalizować na swoich poziomach zaawansowania i w swoich kategoriach wiekowych, zainteresowanie zawodami jak największej liczby tancerzy niezależnie od przynależności federacyjnej lub jej braku.

CHARAKTERYSTYKA

Na każdym z turniejów uczestnicy zdobywają miejsca, na podstawie których otrzymują punkty za dany turniej.

Uzyskanie odpowiedniej ilości punktów daje awans do kolejnej ligi (dotyczy Disco Dance, Hip Hop, PA Impro, Jazz Dance, Modern & Contemporary)

PODZIAŁ NA LIGI – POZIOMY ZAAWANSOWANIA

DISCO DANCE → Ligi PFT

W ligach PFT Disco Dance mogą brać udział tylko tancerze: posiadający obywatelstwo polskie lub kartę stałego pobytu (możliwość reprezentowania tylko Polski)

<table>
<tr><th>LIGA</th><th>OPIS</th><th>STRÓJ – info 1</th><th>STRÓJ – info 2</th><th>MAKIJAŻ</th><th>SPOSÓB ROZGRYWANIA</th><th>ILOŚĆ PKT
DAJĄCA AWANS
DO KOLEJNEJ LIGI</th><th>UWAGI</th></tr>
<tr><td>E</td><td>Debiut – poziom początkujący, pierwszy start na jakichkolwiek zawodach tanecznych</td><td rowspan="2">Strój dowolnego koloru bez żadnych ozdób, m.in. kamieni, frędzli, piór itp.

Zgodny z ograniczeniami zawartymi w przepisach IDO.</td><td rowspan="5">Strój powinien być dostosowany do wieku i ligi tancerza. Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte). Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym. W kategorii dzieci niewłaściwe są materiały typu skóra, skóropodobne, latex i stosowanie strojów typu bikini (zalecane kostiumy zabudowane). W stroju tancerza niedozwolone są stringi, majtki w kolorze cielistym.</td><td rowspan="2">Zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp.</td><td rowspan="2"><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 4 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>1 start w zawodach (debiut) - automatyczny awans do D</td><td rowspan="5">Jeśli w ligach E, D, C, B, A są 2, 3 lub 4 podmioty – rozgrywane są dwie prezentacje oceniane przez komisję sędziowską (główna i końcowa); jeżeli jest 1 podmiot – rozgrywana jest tylko runda główna

* pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego</td></tr>
<tr><td>D</td><td>Tancerze początkujący (zawodnicy biorący udział w zawodach tanecznych, ale niezakwalifikowani do wyższych lig)</td><td>100</td></tr>
<tr><td>C</td><td>Tancerze średniozaawansowani</td><td rowspan="3">Zgodny z przepisami IDO.</td><td rowspan="3">Makijaż musi być odpowiedni do wieku i płci tancerza.

Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12.

Zgodny z przepisami IDO.</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 3 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>200</td></tr>
<tr><td>B</td><td>Tancerze średniozaawansowani</td><td>200</td></tr>
<tr><td>A</td><td>Tancerze zaawansowani</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 2 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>200</td></tr>
<tr><td>S</td><td>Tancerze o najwyższym poziomie zaawansowania</td><td><u>Eliminacje do ¼ F włącznie:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Eliminacje ½ F:</u>
(do 3 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 1 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 30 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 55 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 55 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td></tr>
</table>

DISCO DANCE → *Beginner - Intermediate - Advance*

<table>
<tr><th>POZIOM</th><th>OPIS</th><th>STRÓJ – info 1</th><th>STRÓJ – info 2</th><th>MAKIJAŻ</th><th>SPOSÓB ROZGRYWANIA</th><th>ILOŚĆ PKT
DAJĄCA AWANS
DO KOLEJNEJ LIGI</th><th>UWAGI</th></tr>
<tr><td>Debiut</td><td>Debiut – poziom początkujący, pierwszy start na jakichkolwiek zawodach tanecznych</td><td rowspan="2">Strój dowolnego koloru bez żadnych ozdób, m.in. kamieni, frędzli, piór itp.
Zgodny z ograniczeniami zawartymi w przepisach IDO.</td><td rowspan="3">Strój powinien być dostosowany do wieku i ligi tancerza. Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte).
Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym.
W kategorii dzieci niewłaściwe są materiały typu skóra, skóropodobne, latex i stosowanie strojów typu bikini (zalecane kostiumy zabudowane).
W stroju tancerza niedozwolone są stringi, majtki w kolorze cielistym.</td><td rowspan="2">Zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp. Zalecana jest prosta fryzura.</td><td rowspan="2"><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 4 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td><td rowspan="4">Jeśli poziomach Beginner i Intermediate są 2, 3 lub 4 podmioty
– rozgrywane są dwie prezentacje oceniane przez komisję sędziowską (główna i końcowa);
jeżeli jest 1 podmiot
– rozgrywana jest tylko runda główna

* pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego</td></tr>
<tr><td>Beginner</td><td>Tancerze początkujący**

W tym poziomie <u>nie mogą</u> zgłosić się Tancerze biorący udział w MP/ ME / MŚ / PŚ / mistrzostwach krajowych jakiejkolwiek dyscypliny</td><td>---</td></tr>
<tr><td>Intermediate</td><td>Tancerze średniozaawansowani**

w tym poziomie <u>nie mogą</u> zgłosić się Tancerze biorący udział w MŚ / ME / PŚ oraz awansujący do ½ F lub F na krajowych mistrzostwach Disco Dance</td><td rowspan="2">Zgodny z przepisami IDO.</td><td rowspan="2">Makijaż musi być odpowiedni do wieku i płci tancerza.

Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12.

Zgodny z przepisami IDO.</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 3 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td></tr>
<tr><td>Advance</td><td>Tancerze zaawansowani**

np. Tancerze startujący w MŚ, ME, PŚ awansujących do ½ F lub F krajowych mistrzostw Disco Dance</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 2 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td></tr>
</table>

***** – jeżeli tancerz ma LIGĘ E lub D w DISCO DANCE -> może zgłosić się tylko do poziomu BEGINNER w DISCO DANCE lub wyższego lub OPEN w DISCO DANCE***
– jeżeli tancerz ma LIGĘ C lub B w DISCO DANCE -> może zgłosić się tylko do poziomu INTERMEDIATE w DISCO DANCE lub wyższego w DISCO DANCE lub OPEN w DISCO DANCE
– jeżeli tancerz ma LIGĘ A lub S w DISCO DANCE -> może zgłosić się tylko do poziomu ADVANCE w DISCO DANCE lub OPEN w DISCO DANCE

DISCO SLOW → Beginner - Intermediate - Advance

<table>
<tr><th>POZIOM</th><th>OPIS</th><th>STRÓJ – info 1</th><th>STRÓJ – info 2</th><th>MAKIJAŻ</th><th>SPOSÓB ROZGRYWANIA</th><th>ILOŚĆ PKT
DAJĄCA AWANS
DO KOLEJNEJ LIGI</th><th>UWAGI</th></tr>
<tr><td>Debiut</td><td>Debiut – poziom początkujący, pierwszy start na jakichkolwiek zawodach tanecznych</td><td rowspan="2">Strój dowolnego koloru bez żadnych ozdób, m.in. kamieni, frędzli, piór itp.
Zgodny z ograniczeniami zawartymi w przepisach IDO.</td><td rowspan="3">Strój powinien być dostosowany do wieku i ligi tancerza. Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte). Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym. W kategorii dzieci niewłaściwe są materiały typu skóra, skóropodobne, latex i stosowanie strojów typu bikini (zalecane kostiumy zabudowane). W stroju tancerza niedozwolone są stringi, majtki w kolorze cielistym.</td><td rowspan="2">Zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp. Zalecana jest prosta fryzura.</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 4 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) do 30 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td><td rowspan="4">Jeśli poziomach Beginner i Intermediate są 2, 3 lub 4 podmioty – rozgrywane są dwie prezentacje oceniane przez komisję sędziowską (główna i końcowa); jeżeli jest 1 podmiot – rozgrywana jest tylko runda główna

* pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego</td></tr>
<tr><td>Beginner</td><td>Tancerze początkujący**</td><td>---</td></tr>
<tr><td>Intermediate</td><td>Tancerze średniozaawansowani**</td><td rowspan="2">Zgodny z przepisami IDO.</td><td rowspan="2">Makijaż musi być odpowiedni do wieku i płci tancerza.

Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12.

Zgodny z przepisami IDO.</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 3 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) do 30 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td></tr>
<tr><td>Advance</td><td>Tancerze zaawansowani**</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 2 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) do 30 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td></tr>
</table>

***** – jeżeli tancerz ma LIGĘ E lub D w DISCO DANCE -> może zgłosić się tylko do poziomu BEGINNER w DISCO SLOW lub wyższego lub OPEN w DISCO SLOW***

– jeżeli tancerz ma LIGĘ C lub B w DISCO DANCE -> może zgłosić się tylko do poziomu INTERMEDIATE w DISCO SLOW lub wyższego w DISCO SLOW lub OPEN w DISCO SLOW

– jeżeli tancerz ma LIGĘ A lub S w DISCO DANCE -> może zgłosić się tylko do poziomu ADVANCE w DISCO SLOW lub OPEN w DISCO SLOW

*** **w przypadku tancerzy zagranicznych** – udział w MŚ i ME w 1/2 F i finale to kategoria ADVANCE, udział w 1/4 F, 1/8 F - to tancerz kategorii INTERMEDIATE*

PA IMPRO → Ligi PFT

W ligach PFT PA Impro mogą brać udział tylko tancerze: posiadający obywatelstwo polskie lub kartę stałego pobytu (możliwość reprezentowania tylko Polski)

<table>
<tr><th>LIGA</th><th>OPIS</th><th>STRÓJ</th><th>MAKIJAŻ</th><th>SPOSÓB ROZGRYWANIA</th><th>ILOŚĆ PKT
DAJĄCA AWANS
DO KOLEJNEJ LIGI</th><th>UWAGI</th></tr>
<tr><td>E</td><td>Debiut – poziom początkujący, pierwszy start na jakichkolwiek zawodach tanecznych</td><td rowspan="6">Strój przylegający koloru czarnego bez żadnych ozdób, m.in. kamieni, frędzli, piór itp.

Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte). Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym.

Zgodny z ograniczeniami zawartymi w przepisach IDO.

Numer startowy obowiązkowo przypięty z przodu na wysokości klatki piersiowej.</td><td rowspan="2">Zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp. Zalecana jest prosta fryzura.</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 4 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 35 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>1 start
w zawodach
(debiut)
- automatyczny
awans do D</td><td rowspan="6">Jeśli w ligach E, D, C, B, A są 2, 3 lub 4 podmioty – rozgrywane są dwie prezentacje oceniane przez komisję sędziowską (główna i końcowa); jeżeli jest 1 podmiot – rozgrywana jest tylko runda główna

* pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego</td></tr>
<tr><td>D</td><td>Tancerze początkujący
(zawodnicy biorący udział w zawodach tanecznych, ale niezakwalifikowani do wyższych lig)</td><td>100</td></tr>
<tr><td>C</td><td>Tancerze średniozaawansowani</td><td rowspan="4">Makijaż musi być odpowiedni do wieku i płci tancerza.

Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12.

Zgodny z przepisami IDO.</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 3 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 45 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>200</td></tr>
<tr><td>B</td><td>Tancerze średniozaawansowani</td><td>200</td></tr>
<tr><td>A</td><td>Tancerze zaawansowani</td><td><u>Eliminacje:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 2 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 10 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 50 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>200</td></tr>
<tr><td>S</td><td>Tancerze
o najwyższym poziomie zaawansowania</td><td><u>Eliminacje do ¼ F włącznie:</u>
(do 6 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Eliminacje ½ F:</u>
(do 3 podmiotów jednocześnie na parkiecie)
<u>Finał:</u>
(do 1 podmiotów jednocześnie na parkiecie)

pierwsza prezentacja ok. 30 sek.*
(nieoceniana przez komisję sędziowską)
druga prezentacja ok. 55 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)
trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 55 sek.
(oceniana przez komisję sędziowską)</td><td>---</td></tr>
</table>

PA IMPRO / IMPRO JAZZ / IMPRO MODERN → Beginner - Intermediate - Advance

POZIOM	OPIS	STRÓJ	MAKIJAŻ	SPOSÓB ROZGRYWANIA	ILOŚĆ PKT DAJĄCA AWANS DO KOLEJNEJ LIGI	UWAGI
Debiut	***Debiut*** *– poziom początkujący, pierwszy start na jakichkolwiek zawodach tanecznych*	*Strój przylegający koloru czarnego bez żadnych ozdób, m.in. kamieni, frędzli, piór itp.* *Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte). Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym.* *Zgodny z ograniczeniami zawartymi w przepisach IDO.* *Numer startowy obowiązkowo przypięty z przodu na torsie*	*Zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp. Zabrania się używania kostiumów i strojów z ozdobami, szytymi specjalnie do tańca, błyszczących materiałów oraz ozdób typu kamienie, cekiny, frędzle, pióra. Zalecana jest prosta fryzura.* *Makijaż musi być odpowiedni do wieku i płci tancerza.* *Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12.*	***Eliminacje:*** *(do **6** podmiotów jednocześnie na parkiecie)* ***Finał:*** *(do **4** podmiotów jednocześnie na parkiecie)* *pierwsza prezentacja ok. 10 sek.* (nieoceniana przez komisję sędziowską)* *druga prezentacja ok. 35 sek. (oceniana przez komisję sędziowską)* *trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 35 sek. (oceniana przez komisję sędziowską)*	---	*Jeśli poziomach Beginner i Intermediate są **2**, **3 lub 4** podmioty – rozgrywane są dwie prezentacje oceniane przez komisję sędziowską (główna i końcowa); jeżeli jest 1 podmiot – rozgrywana jest tylko runda główna* ** pierwsza prezentacja (nieoceniana przez komisję sędziowską) może zostać pominięta decyzją Sędziego Głównego*
Beginner	***Tancerze początkujący***** *W tym poziomie **nie mogą** zgłosić się Tancerze biorący udział w MP/ ME / MŚ / PŚ / mistrzostwach krajowych jakiejkolwiek dyscypliny*				---	
Intermediate	***Tancerze średniozaawansowani***** *w tym poziomie **nie mogą** zgłosić się Tancerze biorący udział w MŚ / ME / PŚ oraz awansujący do ½ F lub F krajowych mistrzostw PA Impro*			***Eliminacje:*** *(do **6** podmiotów jednocześnie na parkiecie)* ***Finał:*** *(do **3** podmiotów jednocześnie na parkiecie)* *pierwsza prezentacja ok. 10 sek.* (nieoceniana przez komisję sędziowską)* *druga prezentacja ok. 45 sek. (oceniana przez komisję sędziowską)* *trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 45 sek. (oceniana przez komisję sędziowską)*	---	
Advance	***Tancerze zaawansowani***** *np. Tancerze startujący w MŚ, ME, PŚ awansujących do ½ F lub F krajowych mistrzostw PA Impro*			***Eliminacje:*** *(do **6** podmiotów jednocześnie na parkiecie)* ***Finał:*** *(do **2** podmiotów jednocześnie na parkiecie)* *pierwsza prezentacja ok. 10 sek.* (nieoceniana przez komisję sędziowską)* *druga prezentacja ok. 50 sek. (oceniana przez komisję sędziowską)* *trzecia prezentacja (porównawcza) ok. 50 sek. (oceniana przez komisję sędziowską)*	---	

***** – jeżeli tancerz ma LIGĘ E lub D w PA IMPRO -> może zgłosić się tylko do poziomu BEGINNER w PA IMPRO lub wyższego lub OPEN w PA IMPRO***
– jeżeli tancerz ma LIGĘ C lub B w PA IMPRO -> może zgłosić się tylko do poziomu INTERMEDIATE w PA IMPRO lub wyższego w PA IMPRO lub OPEN w PA IMPRO
– jeżeli tancerz ma LIGĘ A lub S w PA IMPRO -> może zgłosić się tylko do poziomu ADVANCE w PA IMPRO lub OPEN w PA IMPRO

JAZZ DANCE / MODERN & CONTEMPORARY → Ligi PFT

W ligach PFT Jazz Dance / Modern & Contemporary startować mogą wszyscy zawodnicy.

<table>
<tr><th>LIGA</th><th>OPIS</th><th>STRÓJ – info 1</th><th>STRÓJ – info 2</th><th>MAKIJAŻ</th><th>SPOSÓB ROZGRYWANIA</th><th>ILOŚĆ PKT
DAJĄCA AWANS
DO KOLEJNEJ LIGI</th><th>UWAGI</th></tr>
<tr><td>E+D
Beginner</td><td>Tancerze
początkujący</td><td>Strój treningowy koloru czarnego. Zabrania się używania kostiumów i strojów z ozdobami, szytymi specjalnie do tańca, błyszczących materiałów oraz ozdób typu kamienie, cekiny, frędzle, pióra itp.</td><td rowspan="3">Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte).
Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym.</td><td rowspan="3">Makijaż dowolny, odpowiedni do wieku i płci tancerza.

Makijaż jest zabroniony w kategorii do lat 12.

Zgodny z przepisami IDO.</td><td rowspan="3">System 2 rund: eliminacje i finał

Sędzia Główny może zdecydować o rozegraniu zawodów jako 1 runda (FINAŁ) niezależnie od ilości podmiotów

<u>E+D BEGINNER / C+B INTERMEDIATE:</u>
Eliminacje - max. 1:00 min.
Finał – max 1:00 min.

<u>A+S ADVANCE:</u>
Eliminacje - max. 1:00 min.
Finał – max 1:00 min. lub max. 2:15 min.
(zgodnie z zapisami regulaminu danego turnieju)</td><td>100</td><td></td></tr>
<tr><td>C+B
Intermediate</td><td>Tancerze
średniozaawansowani

(25 miejsce i poniżej na MP IDO PFT lub innych mistrzostwach)</td><td rowspan="2">Zgodny z przepisami IDO.</td><td>200</td><td></td></tr>
<tr><td>A+S
Advance</td><td>Tancerze
zaawansowani

(24 miejsce i powyżej na MP IDO PFT lub innych mistrzostwach)</td><td>---</td><td></td></tr>
</table>

DODATKOWE PRZEPISY DOT. AKROBATYKI I PODNOSZEŃ

	DISCO DANCE	DISCO SLOW	PA IMPRO	JAZZ DANCE	MODERN
AKROBATYKA	*Nie dozwolona*	*Dozwolone są ruchy akrobatyczne, ale tylko takie, w których część ciała dotyka podłogi.* *Akrobacje mogą być wykonywane wyłącznie podczas drugiej (1 min.) prezentacji w rundzie finałowej (gdy tańczy maksymalnie 1 tancerz).* *We wszystkich rundach selekcyjnych, w tym podczas prezentacji otwierającej i finałowej rundy półfinałowej, ruchy akrobatyczne są niedozwolone.* *W kategoriach Mini Kids i Dzieci akrobatyka jest dozwolona, jeśli część ciała dotyka podłogi i musi być wykonywana bez fizycznego wsparcia tancerza lub tancerzy.* *Wszelkie kombinacje gimnastyczne na podłodze, które składają się z więcej niż trzech(3) elementów akrobatycznych, powinny być ograniczone do minimum.*	*Dozwolona, ale tylko podczas głównej (drugiej) prezentacji.* *W kategoriach wiekowych dzieci akrobatyka jest dozwolona, jeśli część ciała dotyka podłogi.*	*Dozwolone, jeśli część ciała dotyka podłogi lub tancerza w duecie / grupie / formacji - ma wsparcie partnera (dot. kategorii wiekowej juniorów i dorosłych). W kategoriach wiekowych Mini Kids i Dzieci wszystkie akrobacje muszą być wykonywane bez fizycznego wsparcia tancerza/tancerzy w kontakcie z podłogą.*	*Dozwolone (dot. kategorii wiekowa juniorów i dorosłych). W kategoriach wiekowych Mini Kids i Dzieci wszystkie akrobacje muszą być wykonywane bez fizycznego wsparcia tancerza/tancerzy w kontakcie z podłogą.*
PODNOSZENIA	*Nie dozwolone*	-----	-----	*Dozwolone (z wyjątkiem kategorii wiekowej Mini Kids i Dzieci).* *Podnoszenia definiuje się jako ruchy/figury, w których obie stopy jednego tancerza nie dotykają podłogi, a figury/ruchy te są wykonywane przy pomocy/fizycznym wsparciu innej osoby.* *Skoki w jednym uchwycie nie są uważane za podnoszenie.*	*Dozwolone (z wyjątkiem kategorii wiekowej Mini Kids i Dzieci).* *Podnoszenia definiuje się jako ruchy/figury, w których obie stopy jednego tancerza nie dotykają podłogi, a figury/ruchy te są wykonywane przy pomocy/fizycznym wsparciu innej osoby.* *Skoki w jednym uchwycie nie są uważane za podnoszenie.*

NALICZANIE PUNKTÓW

Reguły naliczania punktów i zdobywania wyższych lig tanecznych PFT:

a) za każdy start w turnieju zawodnik otrzymuje 5 punktów;
b) miejsca na podium są dodatkowo punktowane: 15 pkt za 1 miejsce, 10 pkt za 2 miejsce, 5 pkt za 3 miejsce.
c) zawodnik otrzymuje również punkty za każdego pokonanego startującego

Przykład:
Jeśli w turnieju w danej kategorii wzięło udział 40 uczestników to wygrywający otrzymuje:

5 punktów za start (a)

15 punktów za 1 miejsce (b)

40 uczestników minus 1 miejsce równa się 39 punktów (c)

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

Zawodnik zachowuje punkty zmieniając kategorię wiekową. Zmieniając ligę taneczna punkty są zerowane i zbierane od początku. Do uzyskania wyższej ligi tanecznej zawodnik potrzebuje odpowiednią liczbę punktów zgodnie z tabelami. **W Lidze E można wystąpić tylko raz. Po pierwszym starcie następuje automatyczny awans do Ligi D.**
Trener ma możliwość podniesienia Ligi mimo braku zebrania punktów, ale wtedy nie ma powrotu do ligi niższej.

UWAGI

- o przynależności do kategorii wiekowej w solo decyduje rok urodzenia tancerza
- o przynależności do kategorii wiekowej w duetach decyduje rok urodzenia tancerza - starszego z partnerów
- opaska tancerza mają być umieszczone na nadgarstku tancerza

SHOWCASE – PERFORMING

kategoria	czas prezentacji /poziom	grupa wiekowa***
Grupy (3 – 7 osób)	max. 3.00 min **Beginner / Intermediate/ Open** *(muzyka własna)*	**Mini kids –** 8 lat i mniej **Children -** 12 lat i mniej **Junior -** 13 -16 lat **Adults -** 17 lat i więcej **Adults 2 -** 31 lat i więcej
Formacje (8 i więcej osób)	max. 3:00 min (mini kids, children) max. 4:00 min (junior, adults 1, adults 2) **Beginner / Intermediate / Open** (*muzyka własna)*	

* W grupach i formacjach możliwy jest podział na poziomy zaawansowania (Beginner, Intermediate, Open)
- Beginner – dozwolone stroje bez ozdób typu kamienie, błyszczące materiały itp.
- Intermediate – dozwolone stroje turniejowe, poziom taneczny – średniozaawansowany
- Open – poziom zaawansowany

**** W kategorii **SHOWCASE - PERFORMING** dozwolone są wszystkie prezentacje w stylach m.in. Jazz, Modern, Ballet itd.

*** W kategorii **SHOWCASE - PERFORMING** w grupie/formacji może być **maksymalnie 20% starszych tancerzy** (np. w 20 osobowej formacji, 4 osoby mogą być starsze, pozostałe muszą spełniać kryterium grupy wiekowej)
**** Kategorie Showcase mogą zostać rozegrano festiwalowo – 1 oceniana runda.

SHOWCASE – STREET

kategoria	czas prezentacji /poziom	grupa wiekowa***
Grupy (3 – 7 osób)	max. 3.00 min **Beginner / Intermediate/ Open** *(muzyka własna)*	**Mini kids –** 8 lat i mniej **Children -** 12 lat i mniej **Junior -** 13 -16 lat **Adults -** 17 lat i więcej **Adults 2 -** 31 lat i więcej
Formacje (8 i więcej osób)	max. 3:00 min (mini kids, children) max. 4:00 min (junior, adults 1, adults 2) **Beginner / Intermediate / Open** (*muzyka własna)*	

* W grupach i formacjach możliwy jest podział na poziomy zaawansowania (Beginner, Intermediate, Open)
- Beginner – zespoły początkujące, dozwolone stroje bez ozdób typu kamienie, błyszczące materiały itp.
- Intermediate – dozwolone stroje turniejowe, poziom taneczny – średniozaawansowany
- Open – poziom zaawansowany

**** W kategorii **SHOWCASE - STREET** dozwolone są wszystkie prezentacje w stylach m.in. Disco Dance Hip-Hop, Locking, Popping, Breaking, Disco Show, Street Dance Show itd.

*** W kategorii **SHOWCASE - STREET** w grupie/formacji może być **maksymalnie 20% starszych tancerzy** (np. w 20 osobowej formacji, 4 osoby mogą być starsze, pozostałe muszą spełniać kryterium grupy wiekowej)
**** Kategorie Showcase mogą zostać rozegrano festiwalowo – 1 oceniana runda.

SHOWCASE – SHOW

kategoria	czas prezentacji /poziom	grupa wiekowa***
Grupy (3 – 7 osób)	max. 3.00 min **Beginner / Intermediate/ Open** *(muzyka własna)*	**Mini kids –** 8 lat i mniej **Children -** 12 lat i mniej **Junior -** 13 -16 lat **Adults -** 17 lat i więcej **Adults 2 -** 31 lat i więcej
Formacje (8 i więcej osób)	max. 3:00 min (mini kids, children) max. 4:00 min (junior, adults 1, adults 2) **Beginner / Intermediate / Open** (*muzyka własna)*	

* W grupach i formacjach możliwy jest podział na poziomy zaawansowania (Beginner, Intermediate, Open)
- Beginner – zespoły początkujące, dozwolone stroje bez ozdób typu kamienie, błyszczące materiały itp.
- Intermediate – dozwolone stroje turniejowe, poziom taneczny – średniozaawansowany
- Open – poziom zaawansowany

**** W kategorii **SHOWCASE - SHOW** dozwolone są wszystkie prezentacje w stylach m.in. Show Dance, Tap Dance, Produkcje, Latin Show, etiuda taneczna, miniatura taneczna, inscenizacja itd.

*** W kategorii **SHOWCASE - SHOW** w grupie/formacji może być **maksymalnie 20% starszych tancerzy**
(np. w 20 osobowej formacji, 4 osoby mogą być starsze, pozostałe muszą spełniać kryterium grupy wiekowej)
**** Kategorie Showcase mogą zostać rozegrano festiwalowo – 1 oceniana runda.

WYCIĄG Z PRZEPISÓW PFT/IDO

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

* rekwizyty mogą wnieść/znieść wyłącznie tancerze biorący udział w danej prezentacji

- w przypadku małej liczby zgłoszeń w grupach i formacjach organizator ma prawo połączyć poziomy Intermediate i Open

UWAGI KOŃCOWE

Wszelkie sprawy dotyczące regulaminu rozwiązuje Zarząd PFT.