



Mitglied im DOSB



[www.c-v-d.info](http://www.c-v-d.info)

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD

## 2011/2012

## 1. WETTKAMPFRICHTLINIEN

ALLGEMEINES

ALTERSGRUPPEN, ALTERSBEGRENZUNGEN UND TEAMGRÖSSEN

KATEGORIEN

DAS PROGRAMM

KLEIDUNG, EQUIPMENT, DRESS CODE ETC.

CHEER KATEGORIEN

GROUP STUNT KATEGORIEN

PARTNER STUNT KATEGORIEN

CHEERDANCE KATEGORIEN

THEMEDANCE KATEGORIEN

## 2. SICHERHEITSRICHTLINIEN

ALLGEMEINES

DEFINITIONEN

HÖHENBEGRENZUNGEN UND EBENEN

HÖHENBEGRENZUNGEN

SPOTTERREGELUNG

SICHERHEITSRICHTLINIEN PEE WEES

SICHERHEITSRICHTLINIEN JUNIORS

SICHERHEITSRICHTLINIEN SENIORS

SICHERHEITSRICHTLINIEN CHEERDANCE / THEMEDANCE / FREESTYLE DANCE

## 3. STRAFEN

ALLGEMEINES

WETTKAMPFSTRAFEN

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

## 1. WETTKAMPFRICHTLINIEN

In diesem Kapitel werden alle wichtigen Punkte bezüglich des Wettkampfes und der Vorgaben für die Programme aufgeführt.

### ALTERSGRUPPEN, ALTERSBEGRENZUNGEN UND TEAMGRÖSSEN

#### Peeweews:

Bis vollendetes 12. Lebensjahr. Stichtag ist der 31.12. des Kalenderjahres.

Erklärung: Alle Cheerleader welche bis zum 31.12.2000 geboren sind.

#### Juniors:

##### U 14 (nicht für Partnerstunt und Groupstunt)

Ab vollendetes 10. Lebensjahr bis vollendetes 14. Lebensjahr. Stichtag ist der 31.12. des Kalenderjahres.

Erklärung: Alle Cheerleader die zwischen dem 01.01.2002 und dem 31.12.1998 geboren sind.

##### U 16 (Achtung, auch diese Altersklasse ist nicht mit der Juniorkategorie der ECA identisch)

Ab vollendetes 12. Lebensjahr bis vollendetes 16. Lebensjahr. Stichtag ist der 31.12. des Kalenderjahres.

Erklärung: Alle Cheerleader die zwischen dem 01.01.2000 und dem 31.12.1995 geboren sind.

In der Altersspanne 12 bis 14 Jahren können die Cheerleader frei zwischen der U 14 und U 16 Kategorie wechseln. Sie dürfen **nicht** am selben Tag in **beiden** Klassen starten.

#### Seniors:

Ab vollendetes 16. Lebensjahr. Stichtag ist der 31.12. des Kalenderjahres.

Erklärung: Alle Cheerleader die ab dem 01.01.1996 geboren sind.

KATEGORIE	ALTER VON	ALTER BIS	TEAMGRÖSSE MIND.	TEAMGRÖSSE MAX.
Pee Wee Group Stunt	N/A	11	5	5
Pee Wee Cheer	N/A	11	10	22
Pee Wee Cheerdance	N/A	11	6	22
Pee Wee Themdance	N/A	11	6	22
Pee Wee Freestyle Dance	N/A	11	4	6
Junior Group Stunt All Girl	12	16	5	5
Junior Group Stunt CoEd	12	16	5	5
Junior Partner Stunt	12	16	2	2
Junior Cheer All Girl	10/12	14/17	10	22
Junior Cheer CoEd	10/12	14/17	10	22
Junior Cheerdance	10/12	14/17	6	22
Junior Themedance	10/12	14/17	6	22
Junior Freestyle Dance	10/12	14/17	4	6
Senior Group Stunt All Girl	16	N/A	5	5
Senior Group Stunt CoEd	16	N/A	5	5
Senior Partner Stunt	16	N/A	2	2
Senior Cheer All Girl	16	N/A	10	22
Senior Cheer CoEd	16	N/A	10	22
Senior Cheerdance	16	N/A	6	22
Senior Themedance	16	N/A	6	22
Senior Freestyle Dance	16	N/A	4	6

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

## KATEGORIEN

Teams dürfen nur in den Altersklassen und Kategorien, in welchen sie für die Deutschen Meisterschaften qualifiziert sind, starten. Das bedeutet, ein Team welches sich z. B. in der Kategorie Junior Cheerdance über die Landesmeisterschaft für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert hat, kann auf der Deutschen Meisterschaft nicht im Senior Cheerdance antreten.

Teilnehmer können die Altersklasse immer nur in die jeweilig höhere Kategorie wechseln. Ist der Teilnehmer bereits in einer höheren Altersklasse gestartet, kann dieser nicht wieder in eine niedrigere Altersklasse zurückwechseln. Der Wechsel eines Teilnehmers zwischen Qualifikationswettbewerb und Deutscher Meisterschaft ist nicht möglich. In der Altersspanne 12 bis 14 Jahren können die Cheerleader frei zwischen der U 14 und U 16 Kategorie wechseln. Sie dürfen **nicht** am selben Tag in **beiden** Klassen starten.

Jeder Teilnehmer kann nur einer Alterskategorie angehören, jedoch in beiden Oberkategorien starten. Es geht nicht in der Teamkategorie All Girl UND in der Teamkategorie CoEd zu starten. Doppelstarts in einer Kategorie sind nicht möglich.

KATEGORIE		OBERKATEGORIE	SPORTART
Cheer All Girl	Cheer CoEd	Cheer	Cheerleading
Group Stunt All Girl			
Group Stunt CoEd			
Partner Stunt			
Cheerdance		Dance	
Themedance			
Freestyle Dance			

### **Pee Wee Cheer**

Ein Team mit ausschließlich männlichen bzw. ausschließlich weiblichen Teilnehmern oder mit Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Pee Wee Cheer Team.

### **Junior/Senior Cheer All Girl**

Ein Team mit weiblichen Teilnehmern gilt als Junior/Senior Cheer All Girl Team.

### **Junior/Senior Cheer CoEd**

Ein Team mit Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Junior/Senior Cheer CoEd Team.

### **Pee Wee Group Stunt**

Ein Team mit 5 ausschließlich männlichen bzw. ausschließlich weiblichen Teilnehmern oder mit 5 Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Pee Wee Group Stunt.

### **Junior/Senior Group Stunt All Girl**

Ein Team mit 5 weiblichen Teilnehmern gilt als Junior/Senior Group Stunt All Girl

### **Junior/Senior Group Stunt CoEd**

Ein Team mit 5 Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Junior/Senior Group Stunt CoEd.

## **Junior/Senior Partner Stunt**

Ein Junior/Senior Partner Stunt besteht aus einem männlichen und einem weiblichen Teilnehmer.

## **Pee Wee/Junior/Senior Cheerdance**

Ein Team mit ausschließlich männlichen bzw. ausschließlich weiblichen Teilnehmern oder mit Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Pee Wee/Junior/Senior Cheerdance Team.

## **Pee Wee/Junior/Senior Themedance**

Ein Team mit ausschließlich männlichen bzw. ausschließlich weiblichen Teilnehmern oder mit Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Pee Wee/Junior/Senior Themedance Team.

## **Pee Wee/Junior/Senior Freestyle Dance**

Ein Team mit ausschließlich männlichen bzw. ausschließlich weiblichen Teilnehmern oder mit Teilnehmern beider Geschlechter (männlich und weiblich) gilt als Pee Wee/Junior/Senior Freestyle Dance Team.

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

## DAS PROGRAMM

### Vorbereitungszeit (Set up time)

Ein Team hat maximal 30 Sekunden Zeit für die Formierung auf der Wettkampffläche und das Bereitlegen von Hilfsmitteln durch die aktiven Teilnehmer.

Ausnahme Themedance: Hier dürfen Helfer ein Bühnenbild innerhalb der Set up time aufbauen. (Verstoß, siehe Strafen)

Die Zeitnahme beginnt, wenn die erste Person die Wettkampffläche (innerhalb des markierten Bereichs von 12x12 Metern) betritt und wird gestoppt, wenn das gesamte Team zum Stillstand kommt. (Verstoß, siehe Strafen)

### Programmdauer

KATEGORIE	SET UP TIME	PROGRAMM-DAUER MIND.	PROGRAMM-DAUER MAX.	LEAVING TIME
Cheer	0:30 Min.	2:15 Min.	2:30 Min.	0:30 Min.
Pee Wee Cheerdance/Themedance/Freestyle Dance	0:30 Min.	1:30 Min.	2:00 Min.	0:30 Min.
Junior/Senior Cheerdance/Themedance/Freestyle Dance	0:30 Min.	2:15 Min.	2:30 Min.	0:30 Min.
Group Stunt	0:30 Min.	1:00 Min.	1:10 Min.	0:30 Min.
Partner Stunt	0:30 Min.	1:00 Min.	1:10 Min.	0:30 Min.

Die Zeitnahme beginnt mit dem ersten Ton der Musik, dem ersten hörbaren Kommando oder der ersten Bewegung (Zeichen) und endet mit dem Ende des Cheers, dem letzten Ton der Musik und wenn alle Teammitglieder zum völligen Stillstand gekommen sind. (Verstoß, siehe Strafen)

### Programmende (Leaving time)

Die aktiven Teilnehmer haben nach Beendigung des Programms 30 Sekunden Zeit die Wettkampffläche zu verlassen.

Ausnahme Themedance: Hier dürfen Helfer ein Bühnenbild innerhalb der Leaving time abbauen. (Verstoß, siehe Strafen)

Die Zeitnahme beginnt, wenn alle Teilnehmer zum Stillstand gekommen sind. (Verstoß, siehe Strafen)

### Wettkampffläche

Es ist nicht erlaubt die Wettkampffläche (markiert: 12x12m), nachdem das Programm begonnen hat, zu verlassen (Linienübertritt). Ausgenommen der externen Spotter, diese dürfen die Linie auch während des Programms übertreten. (Verstoß, siehe Strafen)

### Beginn des Programms

Das Programm kann mit einem Kommando und/oder Musik beginnen. Das Programm muss innerhalb der markierten Wettkampffläche (markiert 12x12m) beginnen und alle Teilnehmer müssen mindestens einen Fuß am Boden haben. Alle Teilnehmer müssen zum vollständigen Stillstand gekommen sein, bevor das Programm beginnen kann. (Verstoß, siehe Strafen)

### Ende des Programms

Das Programm endet mit dem Ende des Cheers, dem letzten Ton der Musik und wenn alle Teammitglieder zum völligen Stillstand gekommen sind. (Verstoß, siehe Strafen)

## **Musik**

Die präsentierten Programme müssen für Familien geeignet sein. Dazu muss eine passende Musik und Choreografie verwendet werden. Teams, die zweideutige, vulgäre, rassistische oder geschmacklose Bewegungen, Worte und/oder Musik benutzen, müssen mit Strafen, Punktabzug oder Disqualifikation rechnen.

Jedes Team muss zwei CD's mitbringen, welche mit dem Namen des Teams, dem Verein, dem Namen des Trainers, sowie der Kategorie beschriftet sind. Die Musik für die Programme muss mit dem Start der CD beginnen.

Ein Verantwortlicher von jedem Team (Trainer/Betreuer) muss zwei Auftritte vor dem geplanten eigenen Auftritt an der Musikanlage bereitstehen. Die Ersatz CD muss mitgebracht werden, falls diese benötigt wird. Der Verantwortliche, der vom Team für die Musik bereitgestellt wird, ist selbst dafür verantwortlich Start und Pause, sowie Stopp, wie für den Ablauf des Programms nötig, zu drücken oder das entsprechende Kommando dafür zu geben. Der Verantwortliche muss während der Dauer des Auftritts bei der Musik bleiben und muss die CD mitnehmen, wenn das Programm beendet ist und das Team die Wettkampffläche verlässt.

Sollte es technische Probleme geben, darf das Team noch mal starten. Sollten die Probleme auf die CD oder einen Bedienfehler zurückzuführen sein, muss das Team seinen Auftritt ohne Musik zu Ende bringen oder es wird andernfalls nicht mehr bewertet.

Sollte es einen verletzungsbedingten Abbruch geben, kann das Team nach Rücksprache mit dem Trainer und der Kontrollperson am Ende der Veranstaltung erneut starten. Der verletzte Teilnehmer startet nicht mit. Die Wertung bis Abbruch bleibt bestehen, danach wird ab dem Zeitpunkt des Abbruchs bis zum Ende des Programms gewertet.

## KLEIDUNG, EQUIPMENT, DRESS CODE ETC.

### **Erlaubtes Equipment Cheer**

Erlaubtes Equipment sind Schilder, Flaggen, Fahnen, Banner, Poms, Megaphone (nicht strombetrieben), Bust Out's und Break Through Signs. (Verstoß, siehe Strafen)

### **Erlaubtes Equipment Cheerdance/Themedance/Freestyle Dance**

Erlaubtes Equipment für Cheerdance: Poms. Sollten Hüte/Handschuhe o. ä. genutzt werden, muss sichergestellt sein, dass diese während des gesamten Programms auf-/anbehalten werden, damit diese nicht als Hilfsmittel, sondern als Uniformteil gelten.

Erlaubtes Equipment für Themedance: Alles Equipment, welches die Wettkampffläche weder beschädigt, noch verschmutzt, sofern es das Thema des Programms unterstützt. (Verstoß, siehe Strafen)

Erlaubtes Equipment für Freestyle Dance: Alles Equipment, welches die Wettkampffläche weder beschädigt, noch verschmutzt.

### **Dresscode**

Uniformen und Kostüme müssen für Cheerleading und Dance angemessen sein. Alle Aktiven müssen Uniformen/Kostüme tragen. Unterwäsche darf nicht absichtlich sichtbar sein. Es dürfen keine Uniform-/Kostümteile an- und/oder ausgezogen oder weggeworfen werden (ausgenommen in den Kategorien Themedance und Freestyle Dance).

Pee Wee- und Juniorkategorien: Absichtlich bauchfreie Uniformen und Kostüme, sowie Hot Pants sind verboten. Das Oberteil muss mit dem Bund des Unterteils abschließen, wenn der Teilnehmer die Arme am Körper hat. (Verstoß, siehe Strafen)

### **Haare**

Alle Teilnehmer mit einer Haarlänge ab Schulterlänge müssen diese aus dem Gesicht binden, um eine sichere Präsentation zu gewährleisten. (Verstoß, siehe Strafen)

Ausnahme Cheerdance/Themedance/Freestyle Dance: Hier sind offene Haare erlaubt.

### **Schmuck**

Es darf kein Schmuck getragen werden. Das Abtappen von Schmuck ist nicht erlaubt. (Verstoß, siehe Strafen)

### **Medizinische Hilfen**

Bandagen, welche feste Schienen haben, dürfen während des Programms nicht getragen werden. Dringend benötigte medizinische Hilfsmittel sind spätestens 14 Tage vor dem Wettkampf per Attest bei der Kontrollperson des Tages per E-Mail (es zählt das Datum der E-Mail) einzureichen. (Verstoß, siehe Strafen)

### **Schuhwerk Cheer**

Alle Teilnehmer haben während des Auftritts feste Sportschuhe mit nicht färbender Sohle zu tragen. (Verstoß, siehe Strafen)



## **Schuhwerk Dance**

Alle Teilnehmer müssen während des Auftritts Schuhe tragen. Jazz Schuhe, Dance Schuhe und Textilschuhe sind in den Dance Kategorien erlaubt. Nicht erlaubt sind High Heels, Stiefel, sowie Schuhwerk, welches die Wettkampffläche beschädigen kann (ausgenommen sind Standard-/Latein-Absatzschuhe in der Kategorie Themedance/Freestyle Dance). Es darf nicht auf Socken getanzt werden. (Verstoß, siehe Strafen)

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

---

## **CHEER KATEGORIEN**

(Pee Wees, Junior All Girl, Junior CoEd, Senior All Girl, Senior CoEd)

### **Pflichtelemente**

Mindestens 1 Cheer oder Chant, 1 Stunt, 1 Cheersprung, 1 Pyramide, 1 Tumblingelement und 1 Tanz müssen in dem Programm gezeigt werden.

Alle Pflichtelemente müssen von allen Teilnehmern zur selben Zeit oder in einer Wellenabfolge (Ripple) ausgeführt werden, außer Pyramiden, Stunts und Tumbling.

Cheer und Chant dürfen mit Musik unterlegt werden.

Alle Teilnehmer müssen mindestens einen Fuß am Boden haben, wenn das Programm beginnt.

## **GROUP STUNT KATEGORIEN**

(Pee Wees, Junior All Girl, Junior CoEd, Senior All Girl, Senior CoEd)

Erlaubt sind alle Stunts und Pyramiden, die für die dementsprechende Alterskategorie freigegeben sind und den Regeln entsprechen.

Alle Teilnehmer müssen mindestens einen Fuß am Boden haben, wenn das Programm beginnt.

### **Verboten**

Alle Hilfsmittel, Cheers, Chants, Tänze und Tumbling, welches nicht als Aufgang/Abgang/Transition genutzt wird.

## **PARTNER STUNT KATEGORIEN**

(Juniors, Seniors)

Erlaubt sind alle Stunts, die für die dementsprechende Alterskategorie freigegeben sind und den Regeln entsprechen.

Alle Teilnehmer müssen mindestens einen Fuß am Boden haben, wenn das Programm beginnt.

### **Verboten**

Alle Hilfsmittel, Cheers, Chants, Tänze und Tumbling, welches nicht als Aufgang/Abgang/Transition genutzt wird.

## **CHEERDANCE KATEGORIEN**

(Pee Wees, Juniors, Seniors)

Cheerdance beinhaltet eine Mischung aus verschiedenen Tanztechniken und Stilrichtungen (z. B. Ballett, Jazz, Modern, Hip Hop etc.)

Sowohl der klassische Motiondance, als auch andere Stilrichtungen sollen mit sauber ausgeführter Technik enthalten sein. Der besondere Aspekt bei Cheerdance sollte sein, dass es mit Power, Kraft und Ausdrucksstärke getanzt wird und den Zuschauer animiert (wie beim Cheerleading). Die Pflichtelemente müssen vertanzt und die Poms optisch originell und sinnvoll eingesetzt werden. Das Programm sollte durch flüssige, zahlreiche Formationswechsel und Levelchanges unterstrichen werden.

### **Allgemein**

Für alle Altersklassen gilt, dass alle Pflichtelemente von allen Teilnehmern zur selben Zeit oder in einer Wellenabfolge (Ripple) ausgeführt werden müssen.

### **Verboten**

Cheers, Chants, Stunts, Tumbling, Pyramiden, Akrobatik und nicht erlaubtes Equipment.

### **Pflichtelemente Pee Wee Cheerdance**

Mindestens 1 einfache Drehung, 1 Chassé im Wechsel, 1 Spagat, 1 Cheersprung und 1 Temps Levé müssen im Programm gezeigt werden. Es muss ein Motion Dance enthalten sein und es müssen Poms vom gesamten Team eingesetzt werden (für männliche Cheerdancer nicht verpflichtend).

### **Pflichtelemente Junior Cheerdance**

Mindestens 1 doppelte Drehung, 1 Spagat, 1 Jeté, 2 Cheersprünge und 2 High Kicks müssen im Programm gezeigt werden. Es muss ein Motion Dance enthalten sein und es müssen Poms vom gesamten Team eingesetzt werden (für männliche Cheerdancer nicht verpflichtend).

### **Pflichtelemente Senior Cheerdance**

Mindestens 1 doppelte Drehung, 1 Spagat, 2 Jetés, 2 Cheersprünge und 2 High Kicks müssen im Programm gezeigt werden. Es muss ein Motion Dance enthalten sein und es müssen Poms vom gesamten Team eingesetzt werden (für männliche Cheerdancer nicht verpflichtend).

## THEMEDANCE KATEGORIEN

(Pee Wees, Juniors, Seniors)

### Allgemein

Für alle Altersklassen gilt, dass alle Pflichtelemente von allen Teilnehmern zur selben Zeit oder in einer Wellenabfolge (Ripple) ausgeführt werden müssen. Es müssen Uniformen/Kostüme getragen werden, welche das Thema des Programms unterstützen.

### Verboten

Cheers, Chants, Stunts, Tumbling, Pyramiden und Akrobatik.

### Pflichtelemente Pee Wee Themedance

Mindestens 1 einfache Drehung, 1 Chassé im Wechsel, 1 Spagat, 1 Cheersprung und 1 Temps Levé müssen im Programm gezeigt werden. Es müssen Poms vom gesamten Team eingesetzt werden (für männliche Cheerdancer nicht verpflichtend). Es muss ein Thema mittels Musik, tänzerischer Darbietung und Hilfsmitteln umgesetzt werden.

### Pflichtelemente Junior/Senior Themedance

Mindestens 1 einfache Drehung, 1 Spagat, 1 Jeté, 1 Cheersprung und 2 High Kicks müssen im Programm gezeigt werden. Es müssen Poms vom gesamten Team eingesetzt werden (für männliche Cheerdancer nicht verpflichtend). Es muss ein Thema mittels Musik, tänzerischer Darbietung und Hilfsmitteln umgesetzt werden.

## FREESTYLE DANCE KATEGORIEN

(Pee Wees, Juniors, Seniors)

### Allgemein

Für alle Altersklassen gilt, dass das Programm tänzerisch frei gestaltbar ist. Es dürfen Hilfsmittel genutzt und Kostümteile an- und/oder ausgezogen werden. Bewertet wird die gezeigte Technik des/r gewählten Tanzstils/e (Hip Hop, Jazz, Breakdance, Latin etc.).

### Verboten

Cheers, Chants, Stunts, Tumbling, Pyramiden und Akrobatik.

Ausnahme Akrobatik und Pyramiden: Capoeira Elemente, spezielle Hip Hop Techniken, kleine „Tanz“-Pyramiden (wie z. B. bei Americas Best Dance Crew) ö. ä. sind erlaubt. Geplante Elemente bitte rechtzeitig bei der BJK anfragen.

### Pflichtelemente Freestyle Dance

Es gibt keine vorgegebenen Pflichtelemente.

## SICHERHEITSRICHTLINIEN

In diesem Kapitel werden Definitionen, sowie alle wichtigen Punkte bezüglich Sicherheit und verbotenen Elementen behandelt.

### DEFINITIONEN

<b>Dance</b>	Bewertet werden Tanzsequenzen, die mindestens 16 Bewegungen enthalten. Tumbling => 3 Bewegungen (Absprung, Element, Landung) Jumps => 4 Bewegungen (Schwung holen, Absprung, Element, Landung)
<b>Stunts</b>	Group-/Partner Stunts sind freistehende Stunts, bei denen keine Middlelayer beteiligt sind. Die Flyer haben direkten Kontakt zu ihren Bases. Baskets sind Würfe, bei denen die Flyer nach Ausführung eines Elements von den Werfern selbst in einem Cradle gefangen werden.
<b>Pyramiden</b>	Pyramiden sind zusammenhängende Stunts, sowie Stunts, bei denen Middlelayer zum Einsatz kommen. Pyramiden dürfen 3 Ebenen nicht überschreiten.
<b>Transitions</b>	Eine durchgehende Bewegung von einem Stunt in den Anderen. Höhenbegrenzungen und Ebenen dürfen währenddessen kurzfristig überschritten werden.
<b>Tumbling</b>	Räder, Überschläge, Flick Flacks oder andere turnerische Elemente, welche auf dem Boden ausgeführt werden.
<b>Middle Layer</b>	Eine Person, die auf den Bases steht und noch eine weitere Person hält, welche keine Verbindung zu den Bases hat.
<b>Flyer</b>	Eine Person, die keinen direkten Kontakt zum Boden hat. Sie steht entweder in den Händen der Bases oder auf einem Middle Layer.
<b>Cheer</b>	Einmaliges Ausführen eines beliebig langen Textes und der dazugehörigen Motions. Das Unterlegen mit Musik ist erlaubt.
<b>Chant</b>	Ein Anfeuerungsruf aus maximal 12 Worten und den dazugehörigen Motions, welche sich nach der individuellen Vorgabe mindestens 3 Mal vom Text her wiederholen. Das Unterlegen mit Musik ist erlaubt.
<b>Fly Over (verboten)</b>	Ein Fly Over beginnt in einem Grip einer Stunt Group und endet in einem Cradle einer weiteren Stunt Group. Ein Fly Over ist frei oder gehalten.
<b>Akrobatik im Dance</b>	Jede Bewegung, bei der das Gewicht des Dancers auf seinen Händen ist und die Hüfte rotiert/nach oben über den Kopf geht, ohne die Unterstützung von einem oder zwei Füßen. (Ausnahmen s. Freestyle Dance)
<b>Stunten im Dance</b>	Jede Bewegung, bei der das Gewicht des Dancers durch einen anderen Dancer unterstützt wird (ausgenommen tänzerische Hebefiguren). ACHTUNG: Dies ist im internationalen Regelwerk nicht erlaubt.

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

## HÖHENBEGRENZUNGEN UND EBENEN

Eine Einheit, welche die Anzahl der Ebenen von Personen in einem Stunt/Pyramide ausdrückt.

1. Ebene                                    mindestens 1 Fuß ist am Boden
2. Ebene                                    die Hälfte oder mehr als die Hälfte des Körpergewichts wird durch eine 1. Ebene Person getragen
3. Ebene                                    die Hälfte oder mehr als die Hälfte des Körpergewichts wird durch eine 2. Ebene Person getragen

KATEGORIE	EBENE		HÖHE/KÖRPERLÄNGE	
Pee Wee Cheer	Pyramiden	2	Pyramiden	2 (Extension 2 ½)
	Stunts	2	Stunts	2 (Extension 2 ½)
Pee Wee Group Stunt	Stunts	2	Stunts	2 (Extension 2 ½)
Junior Cheer All Girl / Junior Cheer CoEd	Pyramiden	3	Pyramiden	unter 3
	Stunts	2	Stunts	2 ½
Junior Group Stunt All Girl / Junior Group Stunt CoEd	Pyramiden	3	Pyramiden	unter 3
	Stunts	2	Stunts	2 ½
Junior Partner Stunt	Stunts	2	Stunts	2 ½
Senior Cheer All Girl / Senior Cheer CoEd	Pyramiden	3	Pyramiden	unter 3
	Stunts	2	Stunts	2 ½
Senior Group Stunt All Girl / Senior Group Stunt CoEd	Pyramiden	3	Pyramiden	unter 3
	Stunts	2	Stunts	2 ½
Senior Partner Stunt	Stunts	2	Stunts	2 ½

Pyramiden und Stunts, die 3 Körperlängen (und höher) und mehr als 3 Ebenen hoch sind, sind verboten. (Verstoß, siehe Strafen)

### Höhen- und Ebenendefinitionen anhand einiger Beispiele

STUNT/PYRAMIDE	EBENE	HÖHE/KÖRPERLÄNGE
Thigh Stand (Flyer steht auf den Oberschenkeln der Base)	2	1,5
Shoulder Sit (Flyer sitzt auf den Schultern der Base)	2	1,5
Chair Sit (Flyer sitzt auf dem ausgestreckten Arme der Base)	2	1,5
Shoulder Stand (Flyer steht auf den Schultern der Base)	2	2
Elevator (Flyer steht in den Händen der Base, die Füße des Flyers sind auf Schulterhöhe der Bases)	2	2
Extension (Flyer steht in den Händen der ausgestreckten Arme der Bases)	2	2,5
High Chair Sit (Middle Layer steht in einem Elevator, während er einen anderen Flyer im Chair Sit hält)	3	2,5
4-2-1/2-2-1 (zwei Middle Layer stehen in einem Elevator oder Shoulder Stand und halten einen Flyer vor der Hüfte oder der Brust => nicht im Elevator)	3	2,5 / 2 ¾

## SPOTTERREGELUNG

### Allgemein

Die externen Spotter sind durch einheitliche Sportkleidung, die sich deutlich von der Teamuniform unterscheidet, klar erkennbar zu machen und müssen feste Sportschuhe tragen. Externe Spotter dürfen keinen Schmuck oder Bandagen, welche feste Schienen haben, tragen.

Externe Spotter dürfen aus Sicherheitsgründen Equipment während des Programms wegräumen (nicht bereitlegen, nicht geben und nicht abnehmen).

Externen Spottern ist es nicht erlaubt Hilfestellung beim Aufbau, Stand und Abbau von Stunts, Pyramiden oder Tumbling zu leisten.

Aus Sicherheitsgründen dürfen die Spotter die markierte Auftrittfläche (12x12m) auch während des Programms verlassen.

### Pee Wee Cheer

Alle Stunts und jeder Topflyer in Pyramiden müssen von einem Spotter gesichert werden.

Wenn an einem Level 1 Stunt kein Back beteiligt ist, benötigt dieser einen externen Spotter.

Alle Stunts/Pyramiden ab 2 Körperlängen müssen einen externen Spotter haben.

Pee Wee Extensions müssen 2 externe Spotter pro Extension haben.

### Pee Wee Group Stunt

Jedes Pee Wee Group Stunt Team muss zwei Spotter mitbringen, welche alle Stunts absichern müssen.

### Junior Cheer All Girl / Junior Cheer CoEd

Alle Stunts und Pyramiden über 2 Körperlängen müssen einen Spotter haben.

### Junior Group Stunt All Girl / Junior Group Stunt CoEd

Jedes Junior Group Stunt Team muss einen Spotter mitbringen, welcher alle Stunts und Pyramiden absichern muss.

### Junior Partner Stunt

Jedes Junior Partner Stunt Team muss zwei Spotter mitbringen, welche alle Stunts absichern müssen.

Einer von den Spottern muss aus Sicherheitsgründen bei jedem Cradle mitfangen. Sie dürfen nicht beim Aufbau und Stand der Stunts helfen.

### Senior Cheer All Girl / Senior Cheer CoEd

Alle Stunts und Pyramiden über 2 Körperlängen müssen einen Spotter haben.

### Senior Group Stunt All Girl / Senior Group Stunt CoEd

Jedes Senior Group Stunt Team muss einen Spotter mitbringen, welcher alle Stunts und Pyramiden absichern muss.

### Senior Partner Stunt

Jedes Senior Partner Stunt Team muss einen Spotter mitbringen, welcher alle Stunts absichern muss.

Dieser Spotter muss aus Sicherheitsgründen bei jedem Cradle mitfangen. Er darf nicht beim Aufbau und Stand der Stunts helfen.

## SICHERHEITSRICHTLINIEN PEE WEES

### Verboten

- Die Main Base darf keine rückgebeugte Position einnehmen.
- Der Gebrauch von Minitrampolinen, Sprungbrettern oder jeglichen Hilfsmitteln zur Höhengewinnung ist untersagt.
- Shoulderstands sind verboten.
- „Hängende Pyramiden“, wie z. B. eine Variante des Diamond Heads sind verboten.
- Toe Flips sind verboten.
- Der Einsatz von Middle Layern bei Pyramiden ist verboten.
- Stunts mit weniger als 4 Bases bei der Pee Wee Extension ist verboten.
- Stunts mit weniger als 3 Bases im Level 2 ist verboten.
- Sämtliche Baskets und Fly Over, ob frei oder gehalten, sind verboten.
- Freie Querachsendrehungen und mehr als einfache Längsachsendrehungen als Abgang aus Stunts und Pyramiden sind verboten.

### Stunts / Pyramiden

- Besondere Auf-/Abgänge und Transitions in und aus allen Stunts (auch Pee Wee Extension) sind erlaubt.
- Die Main Base muss mindestens noch einen Fuß am Boden haben.
- Pendelnde Stunts müssen ständigen Kontakt zu den Toppersonen und deren Bases halten.

### Dismounts

- Einfache, gehaltene Querachsendrehungen als Auf- oder Abgang, sowie als Transition sind erlaubt.
- Alle Cradle müssen mit 3 Personen gefangen werden (zwei Bases und ein Scoop/Backspot). Ausnahme Pee Wee Extension: Hier fängt der Front als vierte Base mit.



## SICHERHEITSRICHTLINIEN JUNIORS

### Verboten

- Die Main Base darf keine rückgebeugte Position einnehmen.
- Der Gebrauch von Minitrampolinen, Sprungbrettern oder jeglichen Hilfsmitteln zur Höhengewinnung ist untersagt.
- „Hängende Pyramiden“, wie z. B. eine Variante des Diamond Heads sind verboten.
- Toe Flips sind verboten.
- Sämtliche Fly Over, ob frei oder gehalten, sind verboten.
- Freie Querachsendrehungen und mehr als zweifache Längsachsendrehungen als Abgang aus Stunts und Pyramiden sind verboten.
- Mehr als zweifache Längsachsendrehungen in Baskets sind verboten.

### Stunts / Pyramiden

- Die Main Base muss mindestens noch einen Fuß am Boden haben.
- Pendelnde Stunts müssen ständigen Kontakt zu den Toppersonen und deren Bases halten.

### Baskets / Tosse

- Alle Baskets oder andere Tosse müssen von mindestens 2 Personen, welche diese geworfen haben und einem Backspot/Scoop gefangen werden.
- Ein Toss muss direkt hoch gehen, über/unter oder durch Pyramiden und/oder Stunts sind diese verboten.
- Für die Ausführung eines Baskets müssen die Bases mit den Füßen auf dem Boden stehen.
- Der einfache, freie, gehockte Salto ist im Baskettoss erlaubt, keine weiteren Variationen.

### Dismounts

- Einfache, gehaltene Querachsendrehungen als Auf- oder Abgang, sowie als Transition sind erlaubt.
- Alle Cradle müssen mit 3 Personen gefangen werden (zwei Bases und ein Scoop/Backspot).  
Ausnahme Junior Cheer CoEd: Hier fängt eine männliche Base mit einem Partner/in.  
Ausnahme Junior Partner Stunt: Hier fängt die männliche Base mit einem Spotter.
- 2te Ebene Personen: Alle Cradle müssen von mindestens 3 Personen gefangen werden (zwei Bases und ein Backspot/Scoop).  
Ausnahme Junior CoEd: Hier fängt eine männliche Base mit einem Partner/in.  
Ausnahme Junior Partner Stunt: Hier fängt die männliche Base mit einem Spotter
- 3te Ebene Personen: Alle Cradle müssen von mindestens 3 Personen gefangen werden (zwei Bases und ein Backspot/Scoop).

## SICHERHEITSRICHTLINIEN SENIORS

### Verboten

- Die Main Base darf keine rückgebeugte Position einnehmen.
- Der Gebrauch von Minitrampolinen, Sprungbrettern oder jeglichen Hilfsmitteln zur Höhengewinnung ist untersagt.
- „Hängende Pyramiden“, wie z. B. eine Variante des Diamond Heads sind verboten.
- Sämtliche Fly Over, ob frei oder gehalten, sind verboten.
- Mehr als einfache Querachsendrehungen als Abgang aus Stunts und Pyramiden sind verboten.
- Mehr als eine freihändige Querachsendrehung und eine Kombination von mehr als einer zweifachen Längsachsendrehung mit einer einfachen Querachsendrehung in Baskets sind verboten.

### Stunts / Pyramiden

- Die Main Base muss mindestens noch einen Fuß am Boden haben.
- Pendelnde Stunts müssen ständigen Kontakt zu den Toppersonen und deren Bases halten.

### Baskets / Tosse

- Alle Baskets oder andere Tosse müssen von mindestens 2 Personen, welche diese geworfen haben und einem Backspot/Scoop gefangen werden.
- Ein Toss muss direkt hoch gehen, über/unter oder durch Pyramiden und/oder Stunts sind diese verboten.
- Für die Ausführung eines Baskets müssen die Bases mit den Füßen auf dem Boden stehen.

### Dismounts

- 2te Ebene Personen: Alle Cradle müssen von mindestens 2 Personen gefangen werden.  
Ausnahme Senior CoEd: Hier fängt die männliche Base alleine.  
Ausnahme Senior Partner Stunt: Hier fängt die männliche Base mit einem Spotter
- 3te Ebene Personen: Alle Cradle müssen von mindestens 2 Personen gefangen werden.  
Ausnahme Senior CoEd: Hier fängt die männliche Base einfache Cradle alleine.
- Alle Twistcradle und Cradle, welche einen Sprung oder ein turnerisches Element enthalten, müssen von mindestens 2 Personen gefangen werden.

## SICHERHEITSRICHTLINIEN CHEERDANCE / THEMEDANCE / FREESTYLE DANCE

### Akrobatik im Dance

Jede Bewegung, bei der das Gewicht des Dancers auf seinen Händen ist und die Hüfte rotiert/nach oben über den Kopf geht, ohne die Unterstützung von einem oder zwei Füßen.

### Verboten

- Handstand, Räder oder anderes Tumbling.

Ausnahme Freestyle Dance Akrobatik und Pyramiden: Capoeira Elemente, spezielle Hip Hop Techniken, kleine „Tanz“-Pyramiden (wie z. B. bei Americas Best Dance Crew) ö. ä. sind erlaubt. Geplante Elemente bitte rechtzeitig bei der BJK anfragen.

### Erlaubt

- Vorwärts-/Seitwärts-/Rückwärtsrollen, Rückbeugen, modifizierte Handstände (Hüfte ist kurzfristig vertikal mit den Schultern), Break Dance Moves (z. B. „der Wurm), Nackenstand („Candle“).

### Stunten im Dance

### Verboten

- Stunten aus den Bereichen Cheerleading, Group Stunt und Partner Stunt ist verboten.

Ausnahme Freestyle Dance Akrobatik und Pyramiden: Capoeira Elemente, spezielle Hip Hop Techniken, kleine „Tanz“-Pyramiden (wie z. B. bei Americas Best Dance Crew) ö. ä. sind erlaubt. Geplante Elemente bitte rechtzeitig bei der BJK anfragen.

# REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

## 2. STRAFEN

### Dropabzüge

Die folgende Tabelle gibt Beispiele für Droparten und ihre dazugehörigen Abzüge. Diese Abzüge werden von der Kontrollperson vorgenommen.

DROPART	ABZUG
Drop, aber sicher durch Team gefangen	Dropanzahl x 1,0 von Gesamt
Flyer dropt im Aufbau, wird aber sicher gefangen	Dropanzahl x 1,5 von Gesamt
(Fast) alle Stunts dropen, werden aber sicher gefangen	Dropanzahl x 3,0 von Gesamt
Extrem gef. Drop, Flyer fallen ungebremst auf Boden	Dropanzahl x 5,0 von Gesamt
<b>Die o. g. Droparten sind nur Beispiele für die unzähligen verschiedenen Dropmöglichkeiten. Andersartige Drops werden dem jeweiligen Beispiel – von der Schwere her - zugeordnet.</b>	

### Wettkampfstrafen

REGELVERSTOß	STRAFE
Zweideutige, vulgäre, rassistische oder geschmacklose Bewegungen/Worte von Teilnehmern, Vereinsoffiziellen, Spottern, Coaches oder Fans.	Disqualifikation
Kopiertes Material (ganze Programme)	Disqualifikation
Präsentieren von Familien ungeeigneten Programmen. Z. B. Darbietung von zweideutigen/r, vulgären/r oder geschmacklosen/r Bewegungen/Worten und oder Musik.	10 Punkte Abzug von Gesamt. Je nach Schwere bis hin zur Disqualifikation.
Anstößige Bekleidung (wird von der Kontrollperson entschieden)	50 Punkte Abzug von Gesamt pro Team
An- und/oder ausgezogene oder weggeworfene Uniformteile (z. B. Hüte, Handschuhe etc.). <u>Ausnahme:</u> Themedance / Freestyle Dance	10 Punkte Abzug von Gesamt pro ausgezogenem Uniformteil
Verstoß gegen die Sicherheitsrichtlinien.	10 Punkte Abzug von Gesamt pro Verstoß
Inkompetente Schlechtleistung externer Spotter	10 Punkte Abzug von Gesamt pro Schlechtleistung in den Cheerkategorien/5 Punkte Abzug von Gesamt pro Schlechtleistung in den Group Stunt und Partner Stunt Kategorien, wenn die Leistung der externen Spotter als mangelhaft bezeichnet werden kann
Fehlende Spotter im Bereich Pyramiden/Stunts	10 Punkte Abzug von Gesamt pro fehlendem Spotter
Fehlendes Pflichtelement, fehlender Motion Dance oder Nichtnutzung der Poms in den Kategorien Cheerdance/Themedance	10 Punkte Abzug von Gesamt pro fehlendem Element oder fehlendem Einsatz der Poms
Fehlendes Pflichtelement in den Cheerkategorien (Team)	10 Punkte Abzug von Gesamt pro fehlendem Element

## REGELN & REGELHANDBUCH CVD – 2011/2012

REGELVERSTOß	STRAFE
Tragen von unerlaubtem Schuhwerk und offenen Haaren. <u>Ausnahme:</u> Cheer-/Theme-/Freestyle Dance, hier ist das Tragen von offenen Haaren erlaubt.	5 Punkte Abzug von Gesamt pro Person
Tragen von Schmuck (auch Haargummis, Aktivenbändchen etc.) durch aktive Cheerleader oder externe Spotter	5 Punkte Abzug von Gesamt pro Person
Tragen von nicht genehmigten medizinischen Gegenständen.	5 Punkte Abzug von Gesamt pro Gegenstand
Unerlaubter Einsatz von externen Spottern oder Maskottchen	5 Punkte Abzug von Gesamt pro Einsatz, wenn externe Spotter oder Maskottchen bei Aufbau, Stand oder Abbau von Pyramiden/Stunts oder bei Tumblingelementen helfen
Überschreitung der Set up/Leaving Time	1 Punkte Abzug von Gesamt pro Sekunde
Zeitunterschreitung/Zeitüberschreitung des Programms in allen Kategorien	1 Punkt Abzug von Gesamt pro Sekunde
Verlassen der markierten Auftrittfläche (Linienübertritt)	1 Punkte Abzug von Gesamt pro Übertritt
Nutzung unerlaubter Hilfsmittel	1 Punkt Abzug von Gesamt pro Hilfsmittel
Verlorene Poms, Hilfsmittel oder Uniformteile in der Kategorie Cheerdance	1 Punkte Abzug von Gesamt pro verlorenem Teil
Ein Teilnehmer oder ein teilnehmendes Team führt ein in hohem Maße gesundheitsgefährdendes Element aus.	1 bis 5 Punkte Abzug von Gesamt
Verstoß gegen die Kleiderordnung	1 Punkt Abzug von Gesamt pro Kleidungsstück
Wenn nicht alle Teilnehmer zu Beginn des Programms mindestens einen Fuß am Boden haben	1 Punkt Abzug von Gesamt pro Person
Bereitlegen von Equipment durch nicht aktive Teilnehmer	1 Punkt Abzug von Gesamt pro Person