Disciplína **SLOW DANCE pre rok 2023 (pravidlá pre slovenské súťaže)**

**SLOW Dance**

**Slow Dance** **jednotlivci**

**Vekové kategórie**

DVK (12 rokov a menej)

JVK (13-16)

JVK 1 (13-14)

JVK 2 (15-16)

HVK (17 a viac)

**Výkonnostné kategórie**

**DVK A a B, JVK B, JVK 1 A, JVK 2 A**

**Na postup z B do A treba 12 bodov (bodovanie ako v Disco dance)**

**O zaradení do A/B na prvej súťaži v roku 2023 rozhodne tréner**

**A. Hudba** organizátora – pomalého charakteru. **Tempo** : **18 - 28** T/M, čo je **72 - 112** bpm (úder za minútu)

**B. Dĺžka ukážky**: jedna prezentácia v predkolách, dĺžka 60 sek. v počte 5 -10 tanečníkov, a 2 prezentácie vo finále: sólo prezentácia 45 sek (zahrnutý je aj čas odchodu) a záverečná spoločná prezentácia finalistov - 1 minúta. Vo finále rovnaká hudba pre všetkých v sólovej prezentácii. Na konci každej spoločnej súťažnej prezentácie ostanú tanečníci pár sekúnd v jednom rade tvárou a št.číslom k porote.

**C. Charakteristika pohybu**

Tanečná zostava v disciplíne SLOW dance je tvorená spojením a kombináciou rôznych tanečných techník: techniky klasického tanca, modern&contemporary, jazz a iných. V zostave sa využíva striedanie pohybov rôznej rýchlosti, dynamiky, zastavení a následného prechodu do uvoľnenia, princíp **FREEZING /HOLDING/PAUSING → MELT**. Pre disciplínu slow dance je charakteristickým znakom využívanie adagiového pohybu horných a dolných končatín, izolácií jednotlivých častí tela, lokomócie – chôdza, beh, chassé a iné). V zostave môžu byť však zastúpené komponenty pohybu (rotácie, elevácie, švihy, floorwork a iné), ktoré napĺňajú pohybový obsah. Žiadny komponent nesmie dominovať, musí byť rovnomerne zastúpený. Tanečná zostava je predvádzaná po kruhu (povolený do oboch smerov) . Pohyb po kruhu umožňuje súťažiacemu presun po celej tanečnej ploche pred jednotlivými rozhodcami. Pri hodnotení sa prihliada na kvalitu interpretácie a emotívneho predvedenia tanečnej zostavy na organizátorom zvolenú hudobnú nahrávku.

**D. Akrobatické cvičebné tvary:** Akrobatické cvičebné tvary sú také, pri ktorých sa telo otáča okolo “sagitálnej” alebo “frontálnej” osi (kotúľ, premet vpred, premet bočne, salto, a iné). V predkolách a spoločných prezentáciách sú všetky ZAKÁZANÉ. V sólovej finálovej prezentácii je možné použiť také akrobatické cvičebné tvary, pri ktorých bude zachovaný kontakt s tanečnou plochou, v opačnom prípade sú ZAKÁZANÉ.

**E.** **Muzikalita** (rytmus, frázovanie), tanečná variabilita a originalita bude vysoko hodnotená. Hodnotená bude schopnosť pohybovo a emotívne vyjadriť hudbu a tiež prípadná improvizačná schopnosť tanečníka.

**F. Kostým** charakteru ~~„PLAIN WEAR“~~ podľa vlastného výberu, **môže** byť aj viacfarebný **a zdobený** ~~ale nezdobený (bez zdobenia = nie stojačiky ligotavé , ani ozdoby)~~ . Kostým musí spĺňať predpisy sekcie IDO a medzinárodnej organizácie IDO (predovšetkým zahalené intímne časti tela, kostým a líčenie zodpovedajúce vekovej kategórii). Tanečná obuv má dopĺňať estetiku celkového image a náladu zostavy. Obuv nie je špecifikovaná. Povolená je tanečná obuv, ponožky, bosé chodidlá.

Štart.číslo odporúčame umiestniť VPREDU – ideálne na hrudníku

**G**. **Priebeh súťaže – súťažné kolá**: predkolo (formou tancovania v kruhu) / semifinále (formou tancovania v kruhu) / finále (vlastná a spoločná prezentácia)