

**SVENSKA  
DANSSPORTFÖRBUNDETS  
TÄVLINGSBESTÄMMELSER**

**2009-09-01**



***DSF***

*Svenska DanssportFörbundet*

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

|       |  |    |
|-------|--|----|
| 1     | TIODANS, FIGURER .....                                     | 3  |
| 1.1   | Standard .....   | 3  |
| 1.1.1 | Godkända Teknikböcker.....                                 | 3  |
| 1.1.2 | Allmänna föreskrifter.....                                 | 3  |
| 1.1.3 | Tillåtna figurer.....                                      | 3  |
| 1.2   | Latin.....   | 3  |
| 1.2.1 | Godkända Teknikböcker.....                                 | 3  |
| 1.2.2 | Allmänna föreskrifter.....                                 | 3  |
| 1.2.3 | Tillåtna figurer.....                                      | 3  |
| 2     | TIODANS KLÄDEBESTÄMMELSER.....                             | 4  |
| 2.1   | Sanktioner .....   | 4  |
| 2.2   | Generella regler.....                                      | 4  |
| 2.3   | Generella begränsningar.....                               | 4  |
| 2.4   | Förklaring av begrepp.....                                 | 4  |
| 2.5   | Rekryteringsklass (regelgrupp 4) .....                     | 5  |
| 2.5.1 | Barn .....   | 5  |
| 2.5.2 | Övriga åldersgrupper.....                                  | 5  |
| 2.6   | Övriga klasser.....  | 5  |
| 2.6.1 | C – A – klass Barn.....                                    | 5  |
| 2.6.2 | C och B – klass alla åldersgrupper utom barn .....         | 6  |
| 2.6.3 | A – klass alla åldersgrupper utom barn.....                | 7  |
| 3     | ROCK'N'ROLL.....   | 8  |
| 3.1   | Grundidé.....  | 8  |
| 3.2   | Grundsteget.....   | 8  |
| 3.3   | Grundstegsvariation .....                                  | 8  |
| 3.4   | Karaktären .....   | 8  |
| 3.5   | Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer ..... | 8  |
| 3.6   | Akrobatikbegränsningar.....                                | 8  |
| 3.7   | Klassindelning och heatlängd.....                          | 8  |
| 3.8   | Klädesbestämmelser .....                                   | 8  |
| 3.9   | Musik .....  | 8  |
| 4     | BUGG .....   | 10 |
| 4.1   | Grundidé.....  | 10 |
| 4.2   | Grundsteget.....   | 10 |
| 4.3   | Grundstegsvariationer .....                                | 10 |
| 4.4   | Karaktär .....   | 10 |
| 4.5   | Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer ..... | 10 |
| 4.6   | Akrobatikbegränsningar.....                                | 10 |
| 4.7   | Klassindelning och heatlängd.....                          | 10 |
| 4.8   | Klädesbestämmelser .....                                   | 10 |
| 4.9   | Musik .....  | 10 |
| 5     | DUBBELBUGG.....  | 11 |
| 5.1   | Grundidé.....  | 11 |
| 5.2   | Grundsteget.....   | 11 |
| 5.3   | Karaktär .....   | 11 |
| 5.4   | Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer ..... | 11 |
| 5.5   | Akrobatikbegränsningar.....                                | 11 |
| 5.6   | Klassindelning och heatlängd.....                          | 11 |
| 5.7   | Klädesbestämmelser .....                                   | 11 |
| 5.8   | Musik .....  | 11 |

# SVENSKA DANSSPORTFÖRBUNDETS TÄVLINGSBESTÄMMELSER

Rev 2009.2

|     |  |    |
|-----|--|----|
| 6   | LINDY HOP .....  | 12 |
| 6.1 | Grundidé .....   | 12 |
| 6.2 | Grundsteget .....  | 12 |
| 6.3 | Grundstegsvariation .....                                  | 12 |
| 6.4 | Karaktären .....   | 12 |
| 6.5 | Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer ..... | 13 |
| 6.6 | Akrobatikbegränsningar.....                                | 13 |
| 6.7 | Klassindelning och heatlängd.....                          | 13 |
| 6.8 | Klädesbestämmelser .....                                   | 13 |
| 6.9 | Musik .....  | 13 |
| 7   | BOOGIE WOOGIE .....  | 14 |
| 7.1 | Grundidé .....   | 14 |
| 7.2 | Grundsteget .....  | 14 |
| 7.3 | Grundstegsvariation .....                                  | 14 |
| 7.4 | Karaktären .....   | 14 |
| 7.5 | Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer ..... | 14 |
| 7.6 | Akrobatikbegränsningar.....                                | 14 |
| 7.7 | Klassindelning och heatlängd.....                          | 14 |
| 7.8 | Klädesbestämmelser .....                                   | 14 |
| 7.9 | Musik .....  | 14 |
| 8   | FORMATION .....  | 15 |
| 8.1 | Grundidé .....   | 15 |
| 8.2 | Grundsteg .....  | 15 |
| 8.3 | Grundstegsvariationer .....                                | 15 |
| 8.4 | Karaktär .....   | 15 |
| 8.5 | Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer ..... | 15 |
| 8.6 | Akrobatikbegränsningar.....                                | 15 |
| 8.7 | Klassindelning och heatlängd.....                          | 15 |
| 8.8 | Klädesbestämmelser .....                                   | 15 |
| 8.9 | Musik .....  | 15 |
| 9   | AKROBATIKREGLER .....                                      | 16 |
| 9.1 | Definition av fast grepp, bra grepp och grepp .....        | 16 |
| 9.2 | Definition av rotation.....                                | 16 |
| 9.3 | Definition av begreppet "akrobatik ej tillåten" .....      | 16 |
| 9.4 | Rock'n'Roll Junior Internationell (RJI) .....              | 16 |
| 9.5 | Säkerhetsnivå 3 (SN3) .....                                | 17 |
| 9.6 | Säkerhetsnivå 2 (SN2) .....                                | 17 |
| 9.7 | Säkerhetsnivå 1 (SN1) .....                                | 17 |
| 10  | ÄNDRING AV BESTÄMMELSERNA .....                            | 17 |
|     | Bilaga 1.....  | 19 |
|     | Bilaga 2.....  | 20 |
|     | Bilaga 3.....  | 21 |

# 1 TIODANS, FIGURER

## 1.1 Standard

### 1.1.1 Godkända Teknikböcker

Basicfigurer enligt 1.1.3 skall vara hämtade ur senaste upplagan\* av

- Ballroom Dancing (10:e uppl) by Alex Moore
- The Ballroom Technique ISTD
- Technique of Ballroom Dancing IDTA
- The Viennese Waltz by Harry Smith-Hampshire
- Viennese Waltz ISTD

British Dance Councils Rule Book (senaste utgåva avseende 1 januari 2006 t.o.m. 31 december 2008) skall dessutom gälla för tillkommande teknik. Denna bok uppdateras med två års mellanrum.

\* När senaste upplagan träder ikraft publiceras i DSF-nytt enligt Tävlingsreglementet punkt 11.

### 1.1.2 Allmänna föreskrifter

De i litteraturen ovan angivna "preceeds and follows" skall följas.

Inga lyft är tillåtna. Med lyft avses ett moment i dansen då endera parten, med den andres hjälp, har båda fötterna lyfta från golvet.

### 1.1.3 Tillåtna figurer

B- och C-klass tävlar med valfria basicfigurer.

A-klass tävlar med valfria figurer, oinskränkt.

## 1.2 Latin

### 1.2.1 Godkända Teknikböcker

Basicfigurer enligt 1.2.3 skall vara hämtade ur senaste upplagan\* av

- The Laird Technique of Latin Dancing IDTA
- Technique of Latin Dancing, Supplement IDTA
- Cha-Cha-Cha, Rumba, Jive, Samba, Paso Doble ISTD

British Dance Councils Rule Book (senaste utgåva avseende 1 januari 2006 t.o.m. 31 december 2008) skall dessutom gälla för tillkommande teknik. Denna bok uppdateras med två års mellanrum.

\* När senaste upplagan träder ikraft publiceras i DSF-nytt enligt Tävlingsreglementet punkt 11.

### 1.2.2 Allmänna föreskrifter

De i litteraturen ovan angivna "preceeds and follows" skall följas.

Inga lyft är tillåtna. Med lyft avses ett moment i dansen då endera parten, med den andres hjälp, har båda fötterna lyfta från golvet.

Bumpspins och höga backkicks är förbjudna av säkerhetsskäl.

### 1.2.3 Tillåtna figurer

B- och C-klass tävlar med valfria basicfigurer.

A-klass tävlar med valfria figurer, oinskränkt.

## 2 TIODANS KLÄDESBESTÄMMELSER

Dessa klädregler gäller alla tävlingar som sanktionerats av DSF. Grundtanken med reglerna är att tävlingsdräkten i möjligaste mån skall fylla kraven på stil och god smak. En kontrollant har därför rätt att anmärka på en tävlingsdräkt även om den inte enligt bokstaven strider mot nedanstående regler.

DSF har rätten att göra specifika eller generella ändringar eller tillägg samt tillåta undantag vid vissa tävlingar.

### 2.1 Sanktioner

En dansare som bryter mot dessa bestämmelser och varnas av kontrollanten måste anpassa klädseln. Ohörsamhet medför avstängning från aktuell tävling efter beslut av tävlingskontrollanten.

DSF kan utfärda ytterligare sanktioner inklusive avstängning från tävlingar i de fall då upprepade brott mot reglerna förekommer. Sådana fall hanteras enligt tävlingsreglementets punkt 9.

### 2.2 Generella regler

1. Klänningarna **måste** vara karaktäristiska för varje gren (Standard respektive Latin).
2. Klänningarna **måste** täcka dansarnas intima delar (intimområdet)
3. Klänningar och smink **måste** anpassas efter dansarnas ålder och nivå.
4. Det är **inte tillåtet** att använda religiösa symboler som smycken eller dekoration på kläder (detta gäller inte personliga smycken). Kontrollanten kan be dansaren att avlägsna ett smycke eller ett klädesplagg om det utsätter dansaren eller andra dansare för fara.

Det är tillåtet att dansa i klänningar/dräkter för lägre nivåer.

### 2.3 Generella begränsningar

#### Kvinnliga dansare

- Tanga- och stringtrosor är **inte tillåtna**.
- Hudfärgade trosor är **inte tillåtna**.
- Brösten **måste** vara täckta. Avståndet mellan BH-kuporna **måste** vara **mindre än 5 cm**.
- HL (höftlinjen, se bilaga 2) skall bilda en rak horisontell linje, hela bakdelen skall vara täckt.
- Avståndet på sidan mellan HL och TL (troslinjen, se bilaga 2) **måste vara mer än 5 cm**.
- 

#### Kvinnliga och manliga dansare

- IO (intimområdet, se bilaga 2) **måste** täckas av icke transparent material eller transparenta material som fodras med icke transparent material. Om hudfärgat material används **måste det vara täckt av dekorationer**.
- Upprullade ärmar är inte tillåtna

### 2.4 Förklaring av begrepp

**Grundmaterial** – skapar klänningens karaktär

- med glittrande inslag (metall, glitter, paljetter)
- utan glittrande inslag

**Dekoration** – allt som sätts fast på grundmaterial, hår, hud:

- med glittrande inslag (strasstenar, paljetter, pärlor av olika slag)
  - utan glittrande inslag (fjädrar, blommor, rosetter, fransar, spetsapplikation, band)
- Slipsnålar, knappar, manschettknappar, skärpspännen anses inte vara dekorationer.

**Smink** – inkluderar allt ansiktssmink, fejkad solbränna, lösnaglar och lösögonfransar

#### Dekorationssmycke

Smycke som är designat som tillbehör till en klänning

## **2.5 Rekryteringsklass (regelgrupp 4)**

### **2.5.1 Barn**

#### **Flickor – Latin och Standard**

Enkel kjol eller klänning

Kjolen eller klänningen skall vara enkelt utförd, se bilaga 1 för tillåten design

#### **Make up/Hår och Smycken**

Make-up, glitterspray, dekorationssmycken är inte tillåtet.

#### **Pojkar - Latin och Standard**

Mörka enfärgade byxor (ej jeans) och vit skjorta. Väst är inte tillåten

### **2.5.2 Övriga åldersgrupper**

#### **Damer – Latin och Standard**

Enkel kjol eller klänning

Kjolen/klänningen skall vara enkelt utförd, se bilaga 1 för tillåten design.

#### **Make-up/Hår och Smycken**

Glitterspray, dekorationssmycken är inte tillåtet.

Alltför utstuderad frisyra och make-up bör undvikas.

#### **Herrar – Latin och Standard**

Mörka byxor (ej jeans) och vit skjorta. Mörka skor. Väst är inte tillåten.

## **2.6 Övriga klasser**

### **2.6.1 C – A – klass Barn**

#### **Flickor – Latin och Standard**

##### **Klänning/Kjol**

- Enfärgad kjol med blus eller top
- Enkel enfärgad klänning med trosor i samma färg
- Body (gymnastikdräkt) med fastsydd kjol

Kjolen/Klänningen skall vara enkelt utförd, **se bilaga 1 för tillåten design.**

##### **Grundmaterial**

Grundmaterial med glittrande inslag är **ej tillåtet.**

Om stretchspets används så skall den vara fodrad med ett icke transparent material i samma färg.

##### **Färger**

Alla färger är tillåtna förutom hudfärgat. Plaggen skall dock, enligt ovan, vara enfärgade.

##### **Dekorationer**

Dekorationer är **ej tillåtet.**

##### **Skor**

Skor, endast med blockklack eller cuban heel inte högre än 1,5 tum (3,8 cm). Korta vita sockor eller hudfärgade strumpbyxor är tillåtna. Nätstrumpor är **ej tillåtet.**

##### **Make Up/Hår och Smycken**

Make up, glitterspray, dekorationssmycken är **ej tillåtet.**

Enkel dekoration i håret t ex en liten blomma tillåtet.

## **Pojkar – Latin och Standard**

**Endast** svarta byxor, hälla under skon är tillåtet.  
Vit långärmad skjorta av standardsnitt. Blanka eller mönstrade material **ej tillåtet**.  
För tillåten design – **se bilaga 1**.  
Svart slips eller fluga är obligatoriskt.

### **Grundmaterial**

Grundmaterial med glittrande inslag är **ej tillåtet**.

### **Dekorationer**

Dekorationer är **ej tillåtna**.

### **Skor**

Svarta skor i läder eller lack med max 2,5 cm (1 tum) klackhöjd.  
Svarta strumpor måste användas.

### **Make Up/Hår och Smycken**

Make up och smycken är **ej tillåtet**. Kortklippt hår rekommenderas. Om håret är långt skall det vara samlat i en hästsvans.

## **2.6.2 C och B – klass alla åldersgrupper utom barn**

### **Damer – Latin**

#### **Tävlingsdräkt**

Valfri tävlingsdräkt med trosor i samma färg. För regler och design, **se bilaga 2**.

#### **Material**

Grundmaterial med glittereffekter, paljetter, metallic etc är **ej tillåtet**.

#### **Färger**

Hudfärgat är **ej tillåtet**.

#### **Dekorationer**

Glittriga dekorationer är **ej tillåtet**.

Dekorationer utan glittereffekter är tillåtet.

### **Skor**

Inga förbehåll

### **Hår/Make Up/Smycken**

Alltför utstuderad frisyra och make up bör undvikas.  
Dekorationssmycken med glitter är **ej tillåtet**. Dekorationssmycken utan glitter är tillåtet.

### **Damer - Standard**

#### **Tävlingsdräkt**

Valfri tävlingsdräkt enligt design och regler, **se bilaga 2**

Löst tyg, fäst i klänning, på armar, hals eller annan del av kroppen, är inte tillåtet i C-klass.

Slits högst upp till knät.

För material, färger, dekorationer, skor, hår/make up och smycken se regler ovan för Latin samma klass.

### **Byxor**

Svarta eller midnattsblå byxor (inga transparenta material är tillåtna).

### **Skjorta, överdel**

Skjorta eller top med lång ärm. Alla färger utom hudfärgat är tillåtna.

Stora manschetter eller upprullade ärmar är ej tillåtet.

Skjortan/toppen skall vara instoppad i byxan.

Transparent material kan användas som dekoration men inte som grundläggande material och andelen sådant material får ej över stiga 25%

Det är tillåtet att använda slips, fluga eller scarf som marchar byxor eller överdel. Scarfen skall vara knuten och instoppad i skjortan

Kombinationer av olika material i samma färg är tillåtet, dock inga paljetter eller metalliserade material.

### **Dekorationer**

Inga dekorationer, utöver slipsnål, manschettknappar, bältespänne och transparent material enligt ovan, är tillåtna.

### **Skor**

Inga förbehåll.

Svarta strumpor **måste** användas.

### **Hår/Smycken**

Kortklippt hår rekommenderas. Om håret är långt skall det vara samlat i en svans.

### **Herrar – Standard**

Svarta eller midnattsblå byxor med vit långärmad skjorta och svart slips.

Svart eller midnattsblå väst. Fluga är också tillåtet.

Grundmaterial, färger, dekorationer, skor, hår och make up, se reglerna ovan för latin i samma klass.

## **2.6.3 A – klass alla åldersgrupper utom barn**

### **Damer – Latin och Standard**

Se bilaga 2 och 3 samt för förtydliganden se 2.4.

### **Herrar - Latin och Standard**

Se bilaga 2 och 3, för förtydliganden se 2.4.



## 3 ROCK'N'ROLL

### 3.1 Grundidé

Rock'n'Roll är en koreograferad, publikinriktad dans där akrobatiken utgör 50 % av bedömningen i högsta klasserna. Grundläggande för Rock'n'Roll är att den innehåller kickar (på den starka takt delen) och en jämn studs.

### 3.2 Grundsteget

(beskriver herrrens steg, damen gör med motsatt fot)

|    |   |    |   |      |      |        |    |    |    |
|----|---|----|---|------|------|--------|----|----|----|
| a) | 1 | så | 2 | Kick | ball | change | VÄ | VÄ | HÖ |
| b) | 3 |    | 4 | Kick |      | Steg   | VÄ |    | VÄ |
| c) | 5 |    | 6 | Kick |      | steg   |    | HÖ | HÖ |

Dansen måste ha en jämn svikt (studs). Foten skall lättas från golvet. Kickarna skall vara till rakt ben och ligga på takt delarna 1 och 3.

### 3.3 Grundstegsvariation

På 2,4 och 6 i grundsteget kan istället touchtekniken utföras. Vikten kommer då att förskjutas 1/4 senare.

### 3.4 Karaktären

Rock'n'Roll dansas på stället, med en eller annan utflykt, och dansas på line och crossline

### 3.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Grundläggande för en Rock'n'Roll variation är att den innehåller kickar (på den starka takt delen) och en jämn svikt (studs). Korta avbrott av svikt och kick är tillåtet.

Det är naturligtvis till dansens fördel med variationer i rytmiseringen och får gärna förekomma i riklig mängd, särskilt i klasser med separat fotrunda. Variationerna får dock ej bli så långa eller av sådan karaktär att känslan för Rock'n'Roll försvinner.

### 3.6 Akrobatikbegränsningar

I RVI och RVB är akrobatik 50% av det totala intrycket. I övriga klasser och åldersgrupper värderas akrobatiken gradvis mindre och mindre. Endast i RVI är det fri akrobatik, i övriga klasser endast i begränsad omfattning, se Tävlingsreglementet punkten 6.2.1 och Tävlingsbestämmelserna punkten 9.

I grupp 1, 2, 3, och 4 finns en undre gräns för antal akrobatikfigurer som ett tävlingsprogram bör innehålla se Tävlingsreglementet punkten 6.2.1.

### 3.7 Klassindelning och heatlängd

Klassindelning och heatlängd, se Tävlingsreglementet punkten 6.2.1.

I RVI och RVB dansas både fot och akrobatikrunda i första och sista rundan. I mellanrundorna endast akrobatikrunda.

### 3.8 Klädesbestämmelser

Fri tävlingsklädsel. Inget som paret har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas i väg eller lämnas kvar där.

### 3.9 Musik

Dansas till valfri musik i 4/4 takt.

I RVI, RVB och RJI får paren ha egen musik då man dansar i final. Angivet tempo är då minimitempo. Om egen musik används, ansvarar paret själv för att tempo och längd på musiken är enligt Tävlingsreglementet punkten 6.2.1.

För egen musik gäller: intro max. 15 sek sedan enligt Tävlingsreglementet punkten 6.2.1. angiven tid  $\pm 5$  sek.

## 4 BUGG

### 4.1 Grundidé

Bugg är en okoreograferad, förd pardans och är tävlingsformen av den bugg som dansas på dansbanorna (utebuggen) i Sverige. Den dansas i 4/4-dels takt till företrädesvis svängig populärmusik.

### 4.2 Grundsteget

Damens steg:

- Damen måste gå ett steg på varje taktdel.
- Damen får gå framåt eller bakåt eller vrida på varje steg. Vridningen får ej vara sådan att den blir ett helt varv på ett steg.
- Damens vänstra fot skall alltid vara i golvet på en 2:a eller 4:a i musiken och damens högra fot skall vara i golvet på 1:a eller 3:a i musiken eller kan fördröjas något (synkoperas). **Undantag:** se under punkt 4.3 Grundstegsvariationer.
- Riktningssändring av damen i baklägen skall huvudsakligen ske på en 1:a eller 3:a i musiken, riktningssändringen bör vara tydlig
- Varje rotationsändring hos damen skapas av en inbromsning. Denna inbromsning sker huvudsakligen på en 1:a eller 3:a i musiken (rotationsändringar sker både i fram och bakläge).

Herrens steg är fria men skall väl harmonisera med musiken, figuren och damens steg. Ett varierat fotarbete är att föredra hos herren.

Olika tekniska varianter av grundsteget är likvärdiga t ex mängden vridning eller tågång/helfot (endast dansantheten i utförandet av grundsteget påverkar bedömningen).

### 4.3 Grundstegsvariationer

Det finns inga grundstegsvarianter för damen. Dock får enstaka korta ökning/dubblingar i steghastigheten förekomma, som vid exempelvis dubbelsnurrar. Herrens steg är fritt.

### 4.4 Karaktär

Bugg är en icke-förkoreograferad, förd pardans. Parkänslan är viktig. Herren skall föra damen i dansen. Dansen skall väl harmonisera med musiken och spegla dess intensitet och stämningar. Dansturena skall hänga samman på ett naturligt och harmoniskt sätt utan att störas av några omotiverade stopp eller avbrott, man skall uppleva ett flyt i dansen. För att ett flyt skall uppstå måste båda i paret vara delaktiga. Alla dialekter och dansstilar är lika mycket värda.

### 4.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Fri figuranvändning men karaktären av Bugg får ej frångås.

### 4.6 Akrobatikbegränsningar

Akrobatik ej tillåten.

### 4.7 Klassindelning och heatlängd

Klassindelning och heatlängd se tävlingsreglementet punkten 6.

### 4.8 Klädesbestämmelser

Fri tävlingsklädsel, dock bör kläderna representera dansens sociala karaktär. Inget som paret har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas i väg eller lämnas kvar där.

### 4.9 Musik

Dansas företrädesvis till svängig populärmusik i 4/4 takt.

## 5 DUBBELBUGG

### 5.1 Grundidé

Dubbelbugg dansas av tre personer i en liten formation. Dess grundidéer hämtas från Boogie Woogie, Bugg, Rock'n'Roll eller Lindy Hop. Skapandet av formationer, mönster och linjer är utöver platsbyten det mest typiska karaktärsdraget.

### 5.2 Grundsteget

Grundsteget i dubbelbugg skall resultera i en Jitterbugliknande stil. Med Jitterbug-dans/stil avses dansstil som omfattar det gemensamma i övriga BRR-grenar. Framförallt att dansen består av att man håller i varandra och byter plats med en viss schvung. Ett varierat grundsteg är att föredra.

### 5.3 Karaktär

Karaktären är fri, karaktären kan hämtas från vilken som helst av de olika grunddanserna. Bildandet av olika mönster och formationer, t ex. linjer, cirklar, trianglar är ett av huvuddragen i Dubbelbugg. Viktiga honnörsord för Dubbelbuggens genomförande skall vara:

- Känslan av att man dansar en Jitterbugdans måste vara stark
- Väl varierade linjer, mönster och formationer.
- Tempofyllt och starkt publikinriktat.
- Musikanpassning.
- Idé, egenart, fantasifullhet, originalitet och kontrast.
- Harmoni och samdans inom trion.

### 5.4 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Showfigurer är tillåtna. En showfigur är en figur där den ursprungliga karaktären bibehålls och grundsteget ej kan sägas ligga inom tävlingsbestämmelsernas ram, t ex. Charlestone, Stepp, Jazzdans etc.

En showfigur bör harmoniera med musiken, dansarnas val av tema och koreografins egenart.

Showfigurer får ej förekomma av sådan längd eller i sådan mängd att karaktären av Dubbelbugg försvinner.

### 5.5 Akrobatikbegränsningar

Akrobatik är tillåten i vissa klasser. Se Tävlingsreglementet punkten 6.2.1.

### 5.6 Klassindelning och heatlängd

Klassindelning och heatlängd se Tävlingsreglementet punkten 6.2.1.

Kommentar: Så länge DVB är högsta öppna klass används akroregler enl DVA.

### 5.7 Klädesbestämmelser

Fri tävlingsklädsel. Inget som trion har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas i väg eller lämnas kvar där.

### 5.8 Musik

Dubbelbugg dansas företrädesvis till svängig populärmusik i 4/4 takt. I regelgrupp 1 och 2, se punkt 6.1 Tävlingsreglementet, dansar final-trion till egen musik. Tempo och musikval är då fritt. Denna musik får innehålla inledning och avslutning. Inledningen får max vara 15 sekunder, avslutningen max 5 sekunder. Trion ansvarar själv för att musiken följer gällande reglemente, se Tävlingsreglementet punkt 6.1.

## 6 LINDY HOP

### 6.1 Grundidé

Att på ett energirikt och fartfyllt sätt framföra denna pardans som har sitt ursprung i 30-40 talets New York. Dansen skall vara mjuk och följsam och rik på rytmvariationer och dansas till swing. Den får vara koreograferad vilket ger ett showigare intryck och tillåts innehålla akrobatik som en naturlig del i dansen.

### 6.2 Grundsteget

(beskriver herrrens steg, damen gör med motsatt fot)

|    |   |    |   |        |      |    |    |    |
|----|---|----|---|--------|------|----|----|----|
| a) | 1 |    | 2 | bak    | fram | VÄ |    | HÖ |
| b) | 3 | så | 4 | chassé |      | VÄ | HÖ | VÄ |
| c) | 5 |    | 6 | gå     | gå   | HÖ |    | VÄ |
| d) | 7 | så | 8 | chassé |      |    | VÄ |    |

Grundsteget utförs med tyngdpunkten lagd på främre delen av foten. Dansaren får ej upplevas som studsig. Kroppen och armarnas rörelser skall väl harmonisera med figurerna i dansen.

### 6.3 Grundstegsvariation

Exempel på grundstegsvariationer

1) Steg på 6.2c) kan helt tas bort. Grundsteget utförs då med en delning av 6 istället för 8. Används oftast i rena platsbyten (hela steget används för platsbytet).

2) Chassésteget kan bytas mot:

|           |        |          |    |      |
|-----------|--------|----------|----|------|
|           |        | 1        |    | 2    |
| Grundform | Chassé | Steg     | så | steg |
| Variant 1 |        | Steg     |    | steg |
| Variant 2 |        | Tå steg  | tå | steg |
| Variant 3 |        | Gå steg* |    | steg |

\* *Kommentar:* gåsteget görs med en mjuk kickrörelse.

3) Steget på 6.2 a) kan varieras med en kick på 1:an eller frysning från 1:an till 2:an.

4) Damens steg på 6.2 a) kan bytas mot twiststeg, HÖ på 1:an VÄ på 2:an.

5) Stegen på 6.2 c) och 6.2 d) kan byta plats

Stegvariationer utförs med en naturlig harmonierande koppling till musiken. Om grundsteget frångås skall karaktären av Lindy Hop bibehållas.

### 6.4 Karaktären

Lindy Hop är en showig och livlig pardans där samspelet mellan dansarna är viktigt. Paret bör utnyttja kontrasten maskulint/feminint i dansen. Steg och figurer skall utföras med mjuka och naturliga rörelser, varvid en viss tyngd bör eftersträvas utan att ge ett klumpigt intryck. Dansen är en helkroppsdans, dvs. inte bara armar och ben används utan hela kroppen, för att uppnå en variationsrikedom i dansen och spegla rytmiken. Musikens rytm återfinns hos dansarens s.k. puls. Denna puls får ej upplevas som studsig, takten markeras nedåt. Dansarens ben bör företrädesvis vara något böjda under hela dansen vilket ger ett mjukare intryck och tar även på det sättet bl.a. upp större delen av fotens puls. Dansen blir mer kraftfull och livlig när tempot på musiken ökar. Dansen hör på ett

naturligt sätt samman med musiken. Karaktären på akrobatiken förstärker det vilda intrycket och den utförs som en naturlig del i dansen.

### **6.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer**

Fri figuranvändning men showfigurerna skall vara av Lindy Hop-karaktär och får inte ha sådan framtoning att känslan av en pardans försvinner (rena jazzdanssekvenser får ej bli för långa).

### **6.6 Akrobatikbegränsningar**

Akrobatik är tillåten.

Endast i JVI är det fri akrobatik, övriga klasser endast i begränsad omfattning se Tävlingsreglementet punkt 6.2.1 och Tävlingsbestämmelserna punkten 9.

### **6.7 Klassindelning och heatlängd**

Klassindelning och heatlängd se Tävlingsreglementet punkt 6.2.1.

### **6.8 Klädesbestämmelser**

Fri tävlingsklädsel. Inget som paret har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas i väg eller lämnas kvar där.

### **6.9 Musik**

Dansas till swing.

För egen musik gäller att: inledningen får max vara 15 sek, därefter enligt i Tävlingsreglementet angiven tid -5/+10 sekunder.

I regelgrupp 1 och 2, se punkten 6 Tävlingsreglementet får, paren ha egen musik då de dansar i finalen, tempot är då minimitempo. Om egen musik används, ansvarar paret självt för att tempo och längd på musiken är enligt Tävlingsreglementet punkt 6.2.1.

## 7 BOOGIE WOOGIE

### 7.1 Grundidé

Boogie Woogie är en pardans som har sitt ursprung i 40-50 talets USA och dansas företrädesvis till 40-50 tals Rock'n'Roll, Boogie Woogie och Rythm'n Blues. Det är en icke i förväg koreograferad dans och det mest fundamentala för Boogie Woogie är den spontana musiktolkningen.

### 7.2 Grundsteget

(beskriver herrrens steg, damen gör med motsatt fot)

|    |   |    |   |             |    |    |    |
|----|---|----|---|-------------|----|----|----|
| a) | 1 | så | 2 | trippelsteg | VÄ | HÖ | VÄ |
| b) | 3 | så | 4 | trippelsteg | HÖ | VÄ | HÖ |
| c) | 5 |    | 6 | gå          | gå | VÄ | HÖ |

Kroppen och benen är isolerade från varandra. Kroppen är i huvudsak lugn. Rytmiken är synkoperad och betoningen ligger på andra och fjärde takt delen.

### 7.3 Grundstegsvariation

Variationer på grundsteget är tillåtet. Stegvariationer utförs med en naturlig harmonierande koppling till musiken.

### 7.4 Karaktären

Boogie Woogie är en pardans där alla dansfigurer måste, för att en riktig musiktolkning skall kunna uppnås, vara förbar fysiskt eller visuellt. Paret bör utnyttja kontrasten maskulint/feminint i dansen. Förflyttning sker på damens linje. Passeringar sker till största delen på 5 och 6 i grundsteget. Hållningen bör övervägande vara neutralt stilla i grundsteget (ej tyngdpunktsförflyttning i sidled av dansarens kropp). Musiktolkningen är fundamental i dansen. Musiktolkningen är lika med att spontant översätta musiken till dans t ex genom att tolka musiken på följande sätt: musikens versindelning, stämning, energi, text och budskap. Parharmoni, känslomässig inlevelse och närvaro i dansen är också viktiga karaktärsdrag.

### 7.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Dansfigurer får fritt användas så länge den dominerande karaktären är Boogie Woogie.

### 7.6 Akrobatikbegränsningar

Akrobatik ej tillåten.

### 7.7 Klassindelning och heatlängd

Klassindelning och heatlängd se Tävlingsreglementet punkten 6.2.1.

### 7.8 Klädesbestämmelser

Kläder och accessoarer bör relateras till tidsperioden 1940-50. Inget som paret har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas i väg eller lämnas kvar där.

### 7.9 Musik

Dansas till musik från WRRC's musiklista. Finalparen i BWI får välja musik till finalomgången från ett visst antal, av arrangören utvald musik från nämnda lista. Detta skall ske i direkt anslutning till finalen. I varje runda får musikens tempo ej avvika mer än 1 takt/min. Paret måste dansa tills musiken tystnar.

## **8 FORMATION**

### **8.1 Grundidé**

Formation är en tävlingsgren då fler par tävlar ihop som ett lag. Gruppen bildar olika mönster och formationer. Karaktären i dansen får fritt hämtas från BRR-danserna alternativt från en eller flera av Tiodanserna.

### **8.2 Grundsteg**

Grundsteg får fritt hämtas från någon av BRR-danserna respektive Tiodanserna. För grundstegsbeskrivning se under respektive dans. Gruppen väljer grundsteg med hänsyn till musiken.

### **8.3 Grundstegsvariationer**

För variationer i grundsteget se under respektive dans.

### **8.4 Karaktär**

En Formation består av 4 till 10 par varav max 8 par får vara aktiva samtidigt. Det är tillåtet att byta in olika par mellan olika omgångar. Dans, steg och karaktär kan fritt hämtas från Bugg, Rock'n'Roll, Lindy Hop eller Boogie Woogie alternativt en eller flera av Tiodanserna och bör väl harmonisera med musiken. Bildandet av olika mönster, formationer, är ett huvuddrag i Formation. Sådana mönster är tex. linjer, diagonaler och cirklar. Viktiga honnorsord för Formationens genomförande skall vara:

- Linjer och exakthet i de olika mönstren.
- Väl varierade mönster och formationer.
- Smidiga och oväntade ombildningar av Formationen.
- Tempofylld och starkt publikinriktad.
- Musikanpassning.
- Idé, originalitet och koreografi.

### **8.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer**

Helt fritt.

### **8.6 Akrobatikbegränsningar**

Akrobatik är tillåten (inga begränsningar) i BRR-formation i vuxen/oldiesklass men ej i juniorklass (definition ej akrobatik se punkten 9 Tävlingsbestämmelserna). Akrobatiken särbedöms ej.

### **8.7 Klassindelning och heatlängd**

Formation kan dansas i junior- eller vuxenklass. I juniorklass kan även ungdom delta. Den totala heatlängden får vara högst 6 min och med en programlängd på minst 2,5 min och högst 4,5 min plus högst 1,5 min för in- respektive utmarsch.

### **8.8 Klädesbestämmelser**

Fri tävlingsklädsel. Inget som paret har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas iväg eller lämnas kvar där.

### **8.9 Musik**

Tempo BRR-danser är valfritt mellan 30-55 takter/min. Formationen dansas till egen musik, en formation åt gången.



## 9 AKROBATIKREGLER

### (Boogie Woogie, Lindy Hop, Rock'n'Roll, Dubbelbugg)

En akrobatisk figur skall, från början till slut, överensstämma med åtminstone en av reglerna (a, b, c etc.) eller med en av de beskrivna figurerna i respektive dans.

Man kan växla från en regel till en annan inom en akrobatisk figur. Detta betyder, i fråga vilken man kommer och enligt den regel med vilken man fortsätter. Bytespositionen måste vara möjlig att nå från båda figurerna.

Akrobatikbegränsningarna nedan avser i samtliga fall den som utövar akrobatiken, dvs. den "kastade".

All akrobatik bör vara dansant utförd.

Kommentar: En beskriven figur i SN2 är även tillåten i SN1 osv. Undantag dock för RJI

#### **9.1 Definition av fast grepp, bra grepp och grepp**

**FAST GREPP** = Två armar dikt runt partners kropp (ej runt huvud eller ben) eller en hand i partners hand/arm och en arm dikt runt partnern.

**BRA GREPP** = Ena personens bägge händer/armar i den andra personens bägge händer/armar.

**GREPP** = En hand i en hand/arm eller två händer: en på var sida om kroppen (ej huvud eller ben) eller en arm dikt runt kroppen.

Speciellt för dubbelbugg gäller att två Grepp "uppgraderas" till Bra grepp, dvs.:

- Grepp + Grepp = Bra Grepp
- Bra Grepp + Grepp = Fast Grepp.

#### **9.2 Definition av rotation**

Det är en rotation när kroppen eller höfterna roterar.

#### **9.3 Definition av begreppet "akrobatik ej tillåten"**

Följande är ej akrobatik utan tillåtna figurvariationer:

Alla figurer som nuddar golvet hela tiden.

Alla figurer som kan utföras enskilt utan aktiv hjälp från partnern t ex. olika hopp, frivolter mm.

Figurerna skall vara dansant utförda.

#### **9.4 Rock'n'Roll Junior Internationell (RJI)**

Tillåtet:

Tävlar helt enligt WRRCs internationella reglemente.

Akrobatikbegränsningar:

Enligt WRRC video

### **9.5 Säkerhetsnivå 3 (SN3)**

Inom SN3 är följande tillåtet:

- a) All akrobatik med huvudet högre än egna höften och med höften lägre än partners huvudhöjd. Om ryggen är nedåt endast med grepp.
- b) All akrobatik med huvudet rakt ovanför egna höften och med maximalt 1/2 varvs rotation. Om höften är högre än partners huvudhöjd endast med grepp.

Inom SN3 gäller följande akrobatikbegränsningar:

Förbjudet att passera över huvudet, axlarna eller armarna på partner.

Följande figur är dock tillåten i SN3:

Bockhopp utan armputt

Beträffande Lindy Hop hänvisas till bilder i bilaga till DSF-Nytt december 1996.

### **9.6 Säkerhetsnivå 2 (SN2)**

Inom SN2 är följande tillåtet:

- a) All akrobatik med huvudet högre än egna höften och med höften lägre än partners huvudhöjd. Om ryggen är nedåt endast med grepp.
- b) All akrobatik med huvudet rakt ovanför egna höften och med maximalt 1/2 varvs rotation. Om höften är högre än partners huvudhöjd endast med grepp.
- c) All akrobatik med fast grepp eller bra grepp och med höften lägre än partners huvudhöjd.

Inom SN2 gäller följande akrobatikbegränsningar:

Förbjudet att passera över huvudet på partner.

Följande figurer är dock tillåtna i SN2:

Lindy Hop: Höftkast, Timglas, Bockhopp med armputt, Lilla dyket (när den som hoppar själv tar grepp i partnern och avslutar med fotnedslag i golvet).  
Rock'n'Roll: Höftkast, Timglas, Bockhopp med putt.

Beträffande Lindy Hop hänvisas till bilder i bilaga till DSF-Nytt december 1996.

### **9.7 Säkerhetsnivå 1 (SN1)**

Inom SN1 är följande tillåtet:

- d) All akrobatik med huvudet högre än egna höften.
- e) All akrobatik med fast grepp.
- f) All akrobatik med grepp och greppet måste vara taget medan höfterna är under partners axelhöjd.

Inom SN1 gäller följande akrobatikbegränsningar:

Förbjudet att rotera mer än 1 1/2 varv i samma riktning utan att vidröra golvet.

Följande figurer är dock tillåtna i SN1:

Lindy Hop Ryggkast, Sidvolt, Volt över axeln,  
Rock'n'Roll: Propeller, Dylains, Berliner, Knäveck, Låga dyket, Shocksalto, Dödskast, Vipp

Beträffande Lindy Hop hänvisas till bilder i bilaga till DSF-Nytt december 1996.

## **10 ÄNDRING AV BESTÄMMELSERNA**

Ändring av dessa bestämmelser träder i kraft först tre månader sedan den varit offentliggjord i DSF-Nytt.

## I bilagorna 1 – 3 används följande förkortningar:

**IR = Inga restriktioner** – det finns inga restriktioner på detta område

**IT = Icke tillåtet**

**ET = Endast tillåtet**

**IO = Intimområde.**

**KO = Karaktärsområde:** det område som ger dräkten dess karaktär. (Transparenta material är tillåtna i dessa områden, alla färger är tillåtna.)

**HL = Höftlinje:** trosornas högsta del (hur lågt skurna de får vara)

**TL = Troslinje:** trosornas lägsta del (hur högt skurna de får vara)

- bakifrån – hela stjärten är täckt.

- framifrån – följer linjen som skapas mellan lår och kropp när benet flexas

**LÄ = Långa ärmar** – längd till handleden

### **Färger**

- **Endast svart (ES)**

- **Svart (S)** – betyder svart och midnattsblå

- **Vit (V)**

- **Hudfärg (H)** – samma som dansarens egen hudfärg under tävling (med brunkräm etc.)

- **Hudfärg med dekoration (HmD)**

- **Alla färger (F)** – alla färger inklusive blandade färger

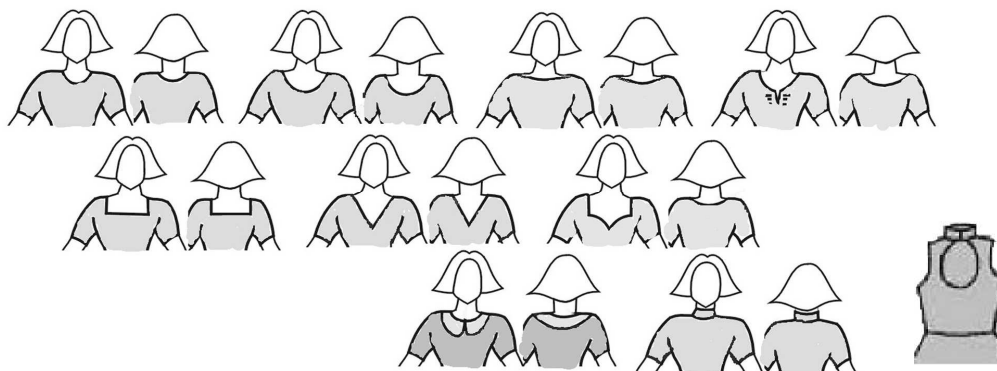
- **Alla färger utom hudfärg (FuH)**

- **En färg utom hudfärg (F1uH)**

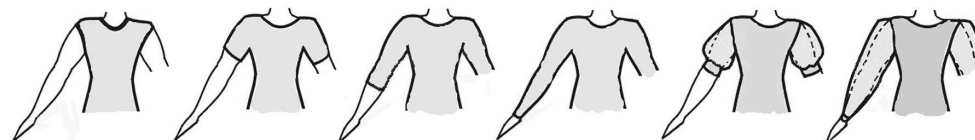
## Bilaga 1

### Flickans kläder

#### A. Urringningar – tillåtna skärningar, övriga IT:

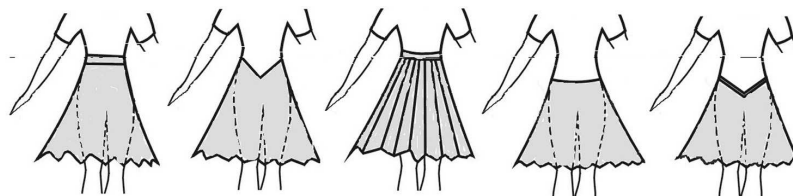


#### B. Ärmar – tillåtna skärningar, övriga - IT:

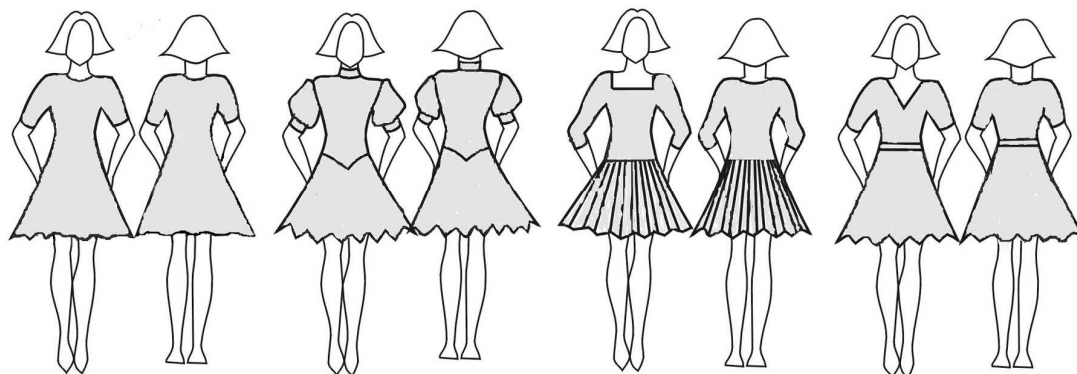


#### C. Kjolar:

- Släta eller plisserade, bestående av minimum 1 till maximum 3 halvcirklar – **ET**, en enkel cirkelformad underkjol är tillåten, större underkjol – **IT**.
- Volanger på kjol eller underkjol, bandkantning eller fisklina i kjolens nederkant – **IT**.
- Kjolens **får inte** sluta högre upp än 10 cm ovanför knäet och inte längre ner än precis under knäskålen.
- Tillåtna skärningar, **övriga - IT**



#### Exempel:



### Pojkens kläder





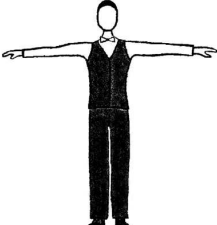
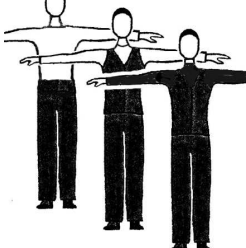
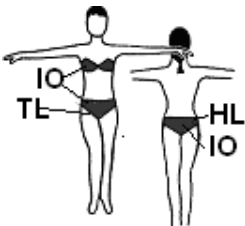
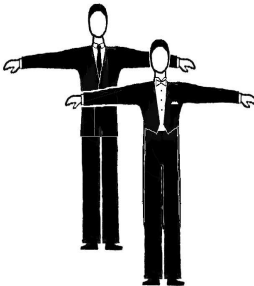
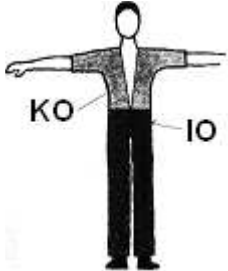
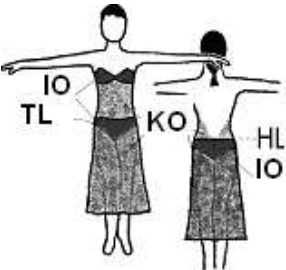
#### Skjorta:

- Slät, vit långärmad skjorta- **ET**
- Glansigt eller mönstrat material – **IT**, bomull eller bomull/polyester är att föredra
- stora manschetter
- Upprullade ärmor - **IT**.
- Skjortan **måste** vara instoppad i byxorna.
- Svart slips eller fluga är obligatoriskt i standard och latin



## Bilaga 2

### 1. DANSKLÄDER – ENDAST TILLÅTET

| Partner<br>Gren           | Herre  |  | Dam   |  |  |  |
|---------------------------|--|--|---|--|--|--|
|                           | ST   | LA   | ST  | LA   |  |  |
| Barn<br>C - A<br>klass    | <p><b>V</b> LÅ skjorta<br/><b>ES</b> byxor<br/><b>ES</b> slips/fluga</p>                                  |  | <p>gymnastik-dräkt<br/>eller T-shirt<br/>Enkel <b>F1uH</b> kjol<br/>med blus eller top</p>  |  | <p>enkel <b>F1uH</b><br/>klänning +<br/>trosor</p>  | <p><b>F1uH</b><br/>gymnastikdräkt med<br/>fastsydd kjol<br/>i samma<br/>färg</p>  |
|                           | Skärningar och detaljer – se bilaga 1  |  | Skärningar och detaljer – se bilaga 1   |  |  |  |
| Ungdom                    | <p><b>W</b> LÅ skjorta<br/><b>ES</b> väst<br/><b>ES</b> byxor<br/><b>V/ES</b> slips/fluga</p>           | <p><b>V/ES</b> LÅ top/skjorta<br/><b>ES</b> väst –opt.<br/><b>ES</b> byxor</p>  | <p>Tävlingsdräkt<br/>Ungdom –<b>FuH</b><br/>Övriga – <b>F</b></p>   | <p>Tävlingsdräkt<br/>Ungdom–<b>FuH</b><br/>Övriga – <b>F</b></p>  |  |  |
| Junior<br>Vuxen<br>Senior | <p><b>S</b> kostym<br/>(<b>S</b> byxor<br/><b>S</b> kavaj<br/><b>V</b> skjorta<br/><b>S</b> slips)</p>  | <p><b>S</b> frack<br/>(<b>S</b> byxor<br/><b>S</b> frack<br/><b>V</b><br/>waistcoat<br/><b>V</b><br/>frackskjorta<br/>a<br/><b>V</b> fluga)</p>                    | <p><b>F</b> top/skjorta<br/><b>FuH</b> byxor</p>   | <p><b>IO</b> <b>TL</b> <b>KO</b> <b>HL</b><br/><b>IO</b></p>       | <p>Top och underdel<br/>får ej bestå av<br/>endast bikini</p>  |  |
|                           |  |  | <p>tvådelad klänning <b>IT</b></p>  |  |  |  |

**Bilaga 3 (avser A-klass, alla åldersgrupper)**
**2. DEKORATIONER, GLITTRANDE INSLAG**

| Partner<br>Gren   | Herre  |    | Dam  |    |
|-------------------|--|----|--|----|
|                   | ST   | LA | ST   | LA |
| Barn              | Alla former av dekorationer –IT<br>Grundmaterial med glittrande inslag<br>- IT |    | Alla former av dekorationer –IT<br>Grundmaterial med glittrande inslag - IT  |    |
| Ungdom I          |  |    | Dekorationer med glittrande inslag –IT<br>(utan glittrande inslag tillåtet).<br>Grundmaterial med glittrande inslag - IT |    |
| Ungdom II- Senior | <b>IR</b>  |    |  |    |

**3. SKOR, SOCKOR, STRUMPBYSOR**

| Partner<br>Gren  | Herre  |    | Dam   |    |
|------------------|--|----|---|----|
|                  | ST   | LA | ST  | LA |
| Barn             | Klacken får vara max 2,5 cm hög<br>Svarta strumpor <b>måste</b> användas |    | Klack: blockklack, får vara max 3,5 cm hög<br>Färgade korta sockor är tillåtna<br>Strumpbyxor: endast hudfärg, nät - IT |    |
| Ungdom I         | Skor: <b>IR</b><br>Svarta strumpor <b>måste</b> användas                 |    | Klack: får max vara 5 cm hög<br>korta sockor är tillåtna<br>Strumpbyxor: nät - IT                                       |    |
| Ungdom II-Senior |  |    | <b>IR</b>   |    |

**4. HÅR**

| Partner<br>Gren    | Herre  |    | Dam   |    |
|--------------------|--|----|---|----|
|                    | ST   | LA | ST  | LA |
| Barn               | Om håret är långt <b>måste</b> det vara<br>uppsatt i hästsvans |    | Dekorationer och färgad hårspray - IT   |    |
| Ungdom I           |  |    | Dekorationer med glittrande inslag och<br>färgad hårspray – IT<br>(utan glittrande inslag tillåtet) |    |
| Ungdom II - Senior |  |    | <b>IR</b>   |    |

**5. SMINK**

| Partner<br>Gren    | Herre      |    | Dam |    |
|--------------------|------------|----|-----|----|
|                    | ST         | LA | ST  | LA |
| Barn och Ungdom I  | Smink - IT |    |     |    |
| Ungdom II - Senior | <b>IR</b>  |    |     |    |

**6. DEKORATIONSSMYCKEN (ej personliga smycken)**

| Partner<br>Gren    | Herre  |    | Dam |    |
|--------------------|--|----|-----|----|
|                    | ST   | LA | ST  | LA |
| Barn               | Dekorationssmycken - IT  |    |     |    |
| Ungdom I           | Dekorationssmycken med glittrande inslag - IT<br>(utan glittrande inslag tillåtet) |    |     |    |
| Ungdom II - Senior | <b>IR</b>  |    |     |    |