

TÄVLINGSREGLLEMENTE BRR-DANSERNA

Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop, Rock'n'Roll,
Dubbelbugg och **Formation**

2025-09-01

Innehållsförteckning

B1	ALLMÄNT	3
B1.1	<i>Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling</i>	3
B1.2	<i>Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap</i>	3
B2	TÄVLINGSFUNKTIONÄRER	4
B2.1	<i>Domare</i>	4
B2.2	<i>Tävlingsledare (TL) och Tävlingskontrollant (TK)</i>	5
B3	FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR DELTAGANDE	5
B3.1	<i>Tävlingsdeltagare</i>	5
B3.2	<i>Reklam på tävlingsdräkt</i>	5
B3.4	<i>Nummerlapp</i>	5
B4	TÄVLINGSARRANGEMANG	6
B4.1	<i>Tävlingar</i>	6
B4.2	<i>Poängsystem och rankinglistor vid nationella tävlingar</i>	10
B4.3	<i>Mästerskapstävlingar</i>	13
B5	ÅLDERSGRUPPER	14
B5.1	<i>Åldersindelningar</i>	14
B5.2	<i>Valmöjligheter</i>	14
B5.3	<i>Flytt mellan åldersgrupper</i>	15
B6	TÄVLINGSKLASSER, TEMPON OCH AKROBATIK	15
B6.1	<i>Allmänt</i>	15
B6.2	<i>Regelgrupper, tävlingsnivåer, tempon, heatlängd och akrobatik</i>	15
B6.2.7	<i>Lagtävling (Nationell tävling/klass)</i>	23
B6.3	<i>Licenskrav</i>	26
B6.4	<i>Divisionstillhörighet vid tävlande i olika grenar</i>	27
B7	DANSBESTÄMMELSER	27
B7.1	<i>Bugg</i>	27
B7.2	<i>Boogie Woogie</i>	28
B7.3	<i>Lindy Hop</i>	30
B7.4	<i>Rock'n'Roll</i>	31
B7.5	<i>Dubbelbugg</i>	33
B7.6	<i>Formation</i>	34
B7.7	<i>Säkerhetsregler för akrobatik</i>	35

B1 Allmänt

Denna reglementsdel gäller tillsammans med den generella delen som tävlingsreglemente för danserna Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop, Rock'n'Roll, Dubbelbugg och Formation. Hänvisningar till den generella delen ges i förekommande fall i början av varje kapitel.

Svenska Danssportförbundet bedriver introduktion till nationell tävlingsverksamhet i åldersgrupperna Barn, Ungdom, Junior, Vuxen, Senior och Grand Senior samt nationell tävlingsverksamhet i Ungdom, Junior, Vuxen, Senior och Grand Senior. Vilka danser och nivåer som finns i respektive åldersgrupp framgår i detta reglemente.

Tävling sker med två olika inriktningar:

- Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling
- Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap

De olika inriktningarna bör inte arrangeras vid samma tävlingsdag eller tävlingstillfälle. Undantaget är dock Ungdomskampen, som även kan arrangeras i samband med GP-tävling. Finalen av Ungdomskampen genomförs vid sista GP-tävlingen före Nationellt Mästerskap.

B1.1 Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling

Framtidens stjärnor är till för Barn och Ungdomar som håller på att lära sig danserna. Här tävlar inte par/trior mot varandra, utan det handlar om att samla stjärnor utifrån att paren/triorna visar att de klarar av grundläggande kriterier för danserna.

Ungdomskampen är till för de Barn och Ungdomar som har kommit längre i kompetens, färdigheter och förmågor. Där tävlar par och trior mot varandra.

Introduktion till tävling är till för de som är i början av tävlingskarriären och det handlar om att lära känna upplägget om hur det är att tävla i BRR-danserna. Syftet med introduktion till tävling är att dansarna ska bli trygga att så småningom tävla i det nationella tävlingssystemet. Att flytta från introduktionstävlingar till det nationella tävlingssystemet kan ske när som helst, men måste ske efter tio genomförda tävlingar.

Vid eventuellt partnerbyte där dansarna kommer från att ha tävlat i olika tävlingssystem får paret/trion välja i vilket av systemen de önskar starta. Par/trior som består av dansare med mycket tävlingsvana rekommenderas att starta i det nationella systemet.

Dansare som tillhör, eller under de senaste 365 dagarna har tillhört gulddivisionen i respektive gren, får inte vid start med ny partner i den grenen starta i Introduktion till tävling.

B1.2 Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap

Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap genomförs i åldersgrupperna Junior, Vuxen, Senior och Grand Senior. Vilka åldersgrupper som är möjliga att tävla i framgår av avsnitt B6.2 Regelgrupper, tävlingsklasser, tempon, heatlängd och akrobatik.

GP-tävlingar genomförs vid minst sex tillfällen per kalenderår, varav Nationellt Mästerskap räknas som en av dem.

Det finns två typer av mästerskap: Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap.

B2 TÄVLINGSFUNKTIONÄRER

Se även kapitel 3 i den generella delen.

B2.1 Domare

B2.1.1 Antal domare

Tävling ska dömas av ett udda antal domare.

B2.1.1.1 Mästerskap

Distriktsmästerskap ska dömas av minst tre domare.

Nationellt Mästerskap ska dömas av minst sju domare.

B2.1.1.2 GP-tävling

GP-tävling ska dömas av minst fem domare.

B2.1.1.3 Nationell tävling

Nationell tävling, som ej är GP-tävling eller Mästerskap, ska dömas av minst tre domare.

B2.1.1.4 Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling

Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling ska dömas av minst en domare.

Finalen av Ungdomskampen ska dömas av minst tre domare.

B2.1.2 Domarbehörighet

Domare med behörighet steg 1 får döma Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling.

Domare med behörighet steg 2 får döma alla tävlingar som ej har GP-status.

Domare med behörighet steg 3 får döma alla tävlingar.

Internationella domare har behörighet motsvarande steg 3 i grenar som de bjudits in att döma.

B2.2 Tävlingsledare (TL) och Tävlingskontrollant (TK)

B2.2.1 Krav på TL/TK på olika typer av tävlingar

Tävlingstyp	Förbundsutsedd
Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling	–
Nationell tävling samt Ungdomskampen final	TK-behörig lägst steg 1
Distriktsmästerskap	TK-behörig lägst steg 2
GP-tävling	TL- samt TK-behörig lägst steg 2
Nationellt Mästerskap	Två TK-behöriga, en steg 3 och en lägst steg 2 varav en tjänstgör som TL och den andra som TK

B3 FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR DELTAGANDE

Se även kapitel 4 i den generella delen.

B3.1 Tävlingsdeltagare

Det är tillåtet att vid samma tävling dansa med olika partners, dock endast i olika grenar.

B3.2 Reklam på tävlingsdräkt

Reklam får endast förekomma hos par/trior i Nationell tävling, GP-tävling och vid Mästerskap.

Reklamen får inte vara stötande eller strida mot idrottens grundidé. Reklamen från en sponsor får högst ha storleken 5 x 10 cm och får appliceras på vänster bröst eller på armen.

B3.4 Nummerlapp

En dansare i varje par/trio ska på tävlingsdräktens rygg ha en nummerlapp med texten väl synlig. Nummerlappen bör företrädesvis placeras på dansarens rygg, men i de fall där detta stör dansen (exempelvis på grund av akrobatik) får nummerlappen placeras på dansarens byxa/kjol.

Vid kryssbedömning, oavsett gren, bör nummerlappen företrädesvis placeras på förarens rygg.

Reklam på nummerlappen får inte vikas undan.

B4 TÄVLINGSARRANGEMANG

Se även kapitel 5 i den generella delen.

B4.1 Tävlingar

I detta avsnitt beskrivs de två olika inriktningarna av tävlingar mer ingående.

- Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling
- Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap

B4.1.1 Framtidens stjärnor

I Framtidens stjärnor får par/trior omdömen utifrån kompetens, färdigheter och förmågor. Par/trior samlar stjärnor genom att uppnå grundläggande kriterier i de olika danserna.

De ska på ett lekfullt och inspirerande sätt kunna följa den egna utvecklingen genom att samla stjärnor, som sen ska fungera som en värdeomätare inför att avgöra om paret/trion är redo att börja tävla, vilket då sker i Ungdomskampen.

Information om det antal stjärnor som krävs för uppflyttning publiceras inför varje nytt tävlingsår.

B4.1.2 Ungdomskampen

Barn och Ungdomar som har samlat tillräckligt många stjärnor i Framtidens stjärnor får tävla vidare i Ungdomskampen, där det endast finns en nivå i tävling: Bugg Ungdom, Boogie Woogie Ungdom, Lindy Hop Ungdom, Rock'n'Roll Ungdom och Dubbelbugg Ungdom.

Resultaten i Ungdomskampen ger en rankinglista. Det är parets/trions tre bästa resultat som räknas. Parets/trions placeringar i de tre bästa tävlingarna summeras och paren får en rankingplacering utifrån summan. Vid flera par/trior på samma summa avgörs placeringen av resultatet från senaste inbördes möte. Om paren inte mötts räknas resultaten från tävlingen med fjärde bästa resultat och så vidare tills paren har kunnat skiljas åt.

Vid sista GP-tävlingen innan årets Nationella Mästerskap arrangeras sista deltävlingen av Ungdomskampen och därmed koras årets segrare av Ungdomskampen i respektive dans. Det är totalvinnaren som koras, där sista deltävlingen räknas in som en deltävling i totalresultatet.

Par/trior som har bytt ålderskategori från Ungdomskampen till Junior under året tas bort från rankinglistan och kan således inte vinna Ungdomskampen efter det att de flyttat från ålderskategorin.

Vinnarna erbjuds att delta i juniorernas kvalificeringstävling för Nationellt Mästerskap vid nästkommande mästerskap, under förutsättning att deltagarna i paret/trion fyller 13 år under det kalenderår Nationellt Mästerskap avgörs.

Resultaten för Ungdomskampen nollställs i och med att datumet för anmälan till Nationellt Mästerskap har ägt rum. Alla resultat från tävlingar som sker därefter skapar en ny rankinglista.

B4.1.3 Introduktion till tävling

Par som vill prova på hur det är att tävla i dans ges möjligheten till detta inom åldersgrupperna Junior, Vuxen, Senior och Grand Senior. Syftet är att lära känna upplägget med att tävla i dans och varje unik par- eller triokonstellation ges möjlighet till tio starter i introduktionssystemet.

Par/trior kan när som helst välja att flytta över till det nationella tävlingssystemet, men efter tio starter måste en överflyttning ske. Om paret/trion har avancerat till final vid flertalet gånger är rekommendationen att flytta över före tio tävlingsstarter.

Par/trior kan välja att starta direkt i det nationella tävlingssystemet och måste inte starta via Introduktion till tävling.

Par/trior som har flyttat från Introduktion till tävling till nationella tävlingar kan inte flytta tillbaka till Introduktion till tävling. Detta gäller per specifikt par/trio och gren.

En och samma dansare kan inte i samma gren och ålderskategori vid samma tävlingstillfälle dansa med olika partners i ITT-systemet och det nationella systemet.

B4.1.4 Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap

Grundidén med tävlingssystemet finns beskrivet under den generella delen i punkt B4.1.4.1 och under punkterna B4.1.4.2-B4.1.4.6 finns mer specifika upplägg för respektive gren.

B4.1.4.1 Generellt

Anmälan sker i en åldersgrupp (Junior, Vuxen och Senior samt i vissa grenar Grand Senior). För mer information, se av VO BRR publicerat dokument gällande öppna ålderskategorier och grenar.

Nivåtillhörigheten erhålls efter en kvalificeringsomgång eller flera kvalificeringsomgångar (undantaget Lindy Hop Showcase och Rock'n'Roll med akrobatik).

Fortsatt tävlande sker i den nivå (exempelvis A-F) som erhållits efter kvalificeringsomgången. Det totala antalet anmälda par/trior styr hur många nivåer som tävlingen kommer att fortsätta i efter kvalificeringsomgången. Riktmärket är att varje ny nivå ska börja i kvartsfinal eller semifinal i Bugg och i semifinal eller final i Boogie Woogie, Lindy Hop, Rock'n'Roll och Dubbelbugg.

Vid GP-tävling avgörs endast A- och B-nivå i respektive gren. Alla oavsett divisionstillhörighet på rankinglistan får anmäla sig och delta vid GP-tävling.

GP-tävling ska genomföras utifrån regler och bestämmelser för A-nivå, även om det bara blir en nivå.

Alla par/trior får således dansa flera rundor, om det inte är direktfinal och arrangörens valda tävlingsform innebär endast en runda.

Poängsystem tillämpas utifrån slutresultatet. Poängsystemet resulterar i förbundets rankinglista inom respektive åldersgrupp och gren.

Nationellt Mästerskap samt GP-tävlingar ger högre poäng i högsta nivå. Erhållen totalpoäng multipliceras där med 1,5.

Vid Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap tillämpas ej kvalificeringsomgång och nivåindelning.

Resultaten från de olika tävlingarna skapar en rankinglista och delar in respektive ålderskategori i divisioner (guld-, silver- och bronsdivision).

Par får tillgodoräkna sig resultat från både Strictly och Showcase i rankingen och därmed finns det endast en total rankinglista för Lindy Hop.

Kvalificeringsomgång tillämpas ej i Lindy Hop Showcase, utan där är det direktfinal oavsett antal par.

Vid Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap ingår både Strictly och Showcase i respektive ålderskategoris finaler. I rundor fram till final dansas endast Strictly. Resultaten i de båda rundorna räknas samman i final och Strictly rundan (jam style) viktas högre vid lika resultat mellan två eller flera par.

B4.1.4.5 Rock'n'Roll

I Rock'n'Roll sker tävlande enligt följande:

- Rock'n'Roll utan akrobatik (akrobatik ej tillåten) åldersgrupper Junior, Vuxen och Senior
och/eller
- Rock'n'Roll med akrobatik (akrobatik tillåten) åldersgrupper Junior och Vuxen

I Rock'n'Roll utan akrobatik anmäls par i en åldersgrupp och nivån fås efter en kvalificeringsomgång. Därefter fortsätter tävlandet på den nivå som paret bedömts vara i vid tävlingstillfället.

Vid fler än tre startande par dansas finalen enligt följande: först en kortare gemensam allskate-runda med alla finalister, därefter uppdelat på två heat och slutligen en kortare avslutande gemensam allskate-runda.

Resultaten från de olika tävlingarna skapar en rankinglista och delar in respektive ålderskategori i divisioner (guld-, silver- och bronsdivision).

Par får tillgodoräkna sig resultat från både Rock'n'Roll utan akrobatik och Rock'n'Roll med akrobatik i rankingen och därmed finns det endast en total rankinglista för Rock'n'Roll.

I Rock'n'Roll med akrobatik finns en klass i Junior och två klasser i Vuxen (Contact Style och Free Style).

I Vuxen tävlar paren i två rundor (fotrunda och akrorunda) i första och sista omgången och i finalen till egen musik. I eventuella mellanrundor tillämpas akrorunda. Resultaten från de olika tävlingarna skapar en rankinglista och delar in respektive ålderskategori i divisioner (guld-, silver- och bronsdivision).

I Junior är akrobatik tillåten i alla rundor. Finalen dansas till egen musik. Resultaten från de olika tävlingarna skapar en rankinglista och delar in respektive ålderskategori i divisioner (guld-, silver- och bronsdivision).

B4.1.4.6 Dubbelbugg

Kvalificeringsomgången kan genomföras på flera olika sätt, men syftet är att sortera in de deltagande triorna efter den bedömda nivån vid tävlingstillfället. Tävlingsformerna kan variera såväl i kvalificeringsomgången som i det fortsatta tävlandet i de olika nivåerna.

Vid fler än tre trior i en final tillämpas allskate, finalheat och avslutande allskate.

Resultaten från de olika tävlingarna skapar en rankinglista och delar in respektive ålderskategori i divisioner (guld-, silver- och bronsdivision).

Vid nationella tävlingar, GP-tävlingar och Distriktsmästerskap dansas finalerna ej till egen musik och det är aldrig endast en trio ensam på golvet.

Vid Nationellt Mästerskap dansas två rundor i finalen i Junior och Vuxen. Den första enligt ordinarie finalupplägg och den andra rundan som showcase till egen musik om 2 minuter. Resultaten i de båda rundorna räknas samman och showcase-rundan viktas högre vid lika resultat mellan två eller flera trior. För Senior och Grand Senior dansas Nationellt Mästerskap enligt finalupplägg för nationella tävlingar, GP-tävlingar och Distriktsmästerskap.

Vid fler än tre startande trior dansas finalen enligt följande: först en kortare gemensam allskate-runda med alla finalister, därefter uppdelat på två eller tre heat (beroende på antal deltagande trior) och slutligen en kortare avslutande gemensam allskate-runda.

B4.2 Poängsystem och rankinglistor vid nationella tävlingar

Poäng erhålls genom att uppnå resultat på nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap.

Nationella tävlingar ger poäng x 1,0 medan Distriktsmästerskap ger poäng x 1,25. GP-tävlingar ger poäng x 1,5 i högsta nivån och Nationellt Mästerskap ger poäng x 1,5 för de som har tävlat i mästerskapet (ej kvaltävlingen). Både grundpoäng och bonuspoäng multipliceras med 1,5 vid GP-tävling och Nationellt Mästerskap.

B4.2.1 Poängsystem vid nationella tävlingar och GP-tävlingar

Antalet startande par/trior styr hur många nivåer som varje åldersgrupp ska delas in i.

Nivåindelningen fås genom en kvalificeringsomgång vid varje enskild tävlingsstart. Nivåindelningen ger varje par/trio en grundpoäng. Därefter ges möjligheten till att få bonuspoäng i respektive nivå där paret/trion tävlar vidare inom.

Par/trior erhåller således poäng utifrån följande:

- Grundpoäng utifrån nivåtillhörighet efter kvalificeringsomgång.
- Bonuspoäng efter resultatprestation inom respektive nivå.

B4.2.1.1 Fördelning av grundpoäng utifrån nivåtillhörighet efter kvalificeringsomgång

	A-nivå	B-nivå	C-nivå	D-nivå	E-nivå	F-nivå
Vid en (1) nivå (eller direktfinal)	-	100 poäng	-	-	-	-
Vid två (2) nivåer	100 poäng	75 poäng	-	-	-	-
Vid tre (3) nivåer	100 poäng	75 poäng	50 poäng	-	-	-
Vid fyra (4) nivåer	100 poäng	75 poäng	50 poäng	25 poäng	-	-
Vid fem (5) nivåer	125 poäng	100 poäng	75 poäng	50 poäng	25 poäng	-
Vid sex (6) nivåer	150 poäng	125 poäng	100 poäng	75 poäng	50 poäng	25 poäng

Om par/trio är de enda anmälda i en åldersgrupp och tävling uteblir (eller om par/trio väljer att göra en uppvisning), räknas resultatet som ITG. Detta innebär dock fortfarande 100 poäng till rankinglistan.

Par/trio kan slås samman med annan åldersgrupp (med målsättning att så länge regelgruppen är densamma), för att tävling ska kunna genomföras. Par/trio får även dock bara bonuspoäng utifrån resultatet i förhållande till de som de tävlar mot dem som tillhör samma ålderskategori. Om det är två par/trior totalt i en sammanslagen klass mellan olika ålderskategorier erhåller båda således 100 poäng till sina respektive rankinglistor från det tillfället, oavsett inbördes resultat.

B4.2.1.2 Fördelning av bonuspoäng

Vidare från uttagning till kvartsfinal	2 poäng
Vidare från kvartsfinal till semifinal	5 poäng
Vidare från semifinal till final	8 poäng
Finalplacering 1	10 poäng
Finalplacering 2	8 poäng
Finalplacering 3	6 poäng
Finalplacering 4	4 poäng
Finalplacering 5	3 poäng
Finalplacering 6	2 poäng
Finalplacering 7 eller högre	1 poäng
Vidare från eventuell extrachans (oavsett tidigare runda)	1 poäng

B4.2.1.3 Exempel på summering av grundpoäng och bonuspoäng

- 1) Ett par som vinner högsta nivån i Bugg där det blev fyra nivåer efter kvalificeringsomgången:
100 poäng från kvalificeringsomgången för kvalificering till A-nivå
3 bonuspoäng för avancemang från kvartsfinal till semifinal

5 bonuspoäng för avancemang från semifinal till final

10 bonuspoäng för finalplacering 1

totalt 118 poäng (177 poäng vid GP-tävling)

- 2) Ett par som hamnar sist i semifinal (placering 12) i C-nivå vid samma tävling:

50 poäng från kvalificeringsomgången för kvalificering till C-nivå

3 bonuspoäng för avancemang från kvartsfinal till semifinal

totalt 53 poäng

B4.2.2 Poängsystem vid Mästerskap

B4.2.2.1 Distriktsmästerskap

Deltagande vid Distriktsmästerskap ger grundpoäng om 100 poäng, enligt motsvarande A-nivå vid Nationell tävling. Därutöver tillkommer bonuspoäng enligt B4.2.1.2, samt faktor enligt B4.3.1.

B4.2.2.2 Nationellt Mästerskap

Deltagande vid Nationellt Mästerskap ger grundpoäng om 125 poäng, vilket är högre än A-nivå vid nationella tävlingar. Därutöver tillkommer bonuspoäng enligt B4.2.1.2, samt faktor enligt B4.3.1.

De par/trior som deltar vid kvalificeringstävling till Nationellt Mästerskap, men som ej kvalificeras till Nationellt Mästerskap, får 75 poäng till rankinglistan.

B4.2.3 Divisioner och rankinglistor

Resultaten från varje tävling i tävlingssystemet skapar förbundets rankinglista.

Rankinglistan i respektive åldersgrupp delas in i tre lika stora grupper: guld-, silver- och bronsdivisionen.

De par/trior som tillhör gulddivisionen är direktkvalificerade till Nationellt Mästerskap. Silverdivisionen får delta vid kvalificeringstävling till Nationellt Mästerskap i Bugg för Vuxen, Senior och Grand Senior. Silver- och bronsdivisionen i övriga grenar samt i Bugg Junior får delta vid kvalificeringstävling till Nationellt Mästerskap. Kvalificeringstävling arrangeras i samband med Nationellt Mästerskap.

Samtliga par/trior, oavsett division, får delta vid Nationell tävling, GP-tävling och Distriktsmästerskap.

För att finnas med på rankinglistan måste paret/trion ha tävlat minst tre tävlingar. Par/trio som har färre än tre tävlingar placeras således efter de par/trior med minst tre tävlingar på rankinglistan. Det är resultaten från de tre bästa tävlingarna som räknas, det vill säga paret/trions tre resultat med högst poäng.

Om par/trior har samma totalsumma prioriteras det/den som fått bästa inbördes placering vid senaste mötet.

Resultaten som rankinglistan baseras på är inom en rullande 365-dagarsperiod från dagens datum och ett år tillbaka i tiden.

B4.2.4 Antal nivåer

Antalet deltagande par/trio styr alltid antalet nivåer som tävlingen genomförs i.

B4.3 Mästerskapstävlingar

B4.3.1 Nationella Mästerskap

Nationellt Mästerskap arrangeras för att kora mästare enligt följande:

Svensk Mästare Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop*, Rock'n'Roll** och Dubbelbugg

Svensk Juniormästare Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop*, Rock'n'Roll och Dubbelbugg

Svensk Seniormästare Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop*, Rock'n'Roll*** och Dubbelbugg

Svensk Grand Seniormästare Bugg, Boogie Woogie och Dubbelbugg

* I Lindy Hop avgörs Nationellt Mästerskap både i Lindy Hop Strictly och Lindy Hop Showcase.

** I Rock'n'Roll Vuxen avgörs Nationellt Mästerskap både i Rock'n'Roll utan akrobatik, Contact Style och Free Style.

*** I Rock'n'Roll Senior avgörs Nationellt Mästerskap endast i Rock'n'Roll utan akrobatik.

För att få delta i Nationellt Mästerskap krävs att samtliga i paret/trion tillsammans har deltagit i aktuell gren/dans vid minst tre tävlingstillfällen (antingen nationella tävlingar, GP-tävlingar, Distriktsmästerskap eller Nationellt mästerskap). Detta innebär att paret/trion ska ha tre resultat i rankinglistan.

Tävlingsdeltagande tillgodoräknas om det ägt rum sedan anmälningstiden gick ut för det föregående Nationella Mästerskapet, fram till att anmälningstidens utgång för det mästerskap anmälan sker. Tävlingsresultat ITG (ingen tävling genomförd) räknas som deltagit.

Nationellt Mästerskap kan genomföras över flera dagar.

De par/trior som vid sista anmälningssdag till mästerskapet tillhör gulddivisionen är direktkvalificerade till Nationellt Mästerskap.

Par/trior som tillhör silverdivisionen i Bugg samt silver- och bronsdivisionen i övriga grenar och i Bugg Junior får delta vid kvalificeringstävling till Nationellt Mästerskap. Förbundet kan besluta att inte låta bronsdivisionen delta om deltagarantalet i grenen blir stort i och med guld- och silverdivisionerna tillsammans.

Upplägget för Nationellt Mästerskap beror på deltagarantalet och kan alltså innehålla både uttagningar, kvartsfinal, semifinal och final samt direktfinal.

Endast mästerskapets omgångar räknas som mästerskapsklass, där placering erhålles. Vid deltagande i kvalificeringstävlingen till mästerskap och avancemang till mästerskapet ej erhålls räknas placering som "ej kvalificerad". Paret/trion får då 75 poäng till rankinglistan.

Att avstå från direktkvalificering är ej tillåtet.

Vid Distriktsmästerskap erhålles sammanlagd poäng med en faktor x1,25 till rankinglistan.

Vid Nationellt Mästerskap erhålles sammanlagd poäng med en faktor x1,5 till rankinglistan.

B4.3.2 Distriktsmästerskap

Distriktsmästerskap arrangeras för att kora distriktsmästare enligt följande:

Distriktsmästare	<i>Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop*, Rock'n'Roll** och Dubbelbugg</i>
Juniordistriktsmästare	<i>Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop*, Rock'n'Roll och Dubbelbugg</i>
Seniordistriktsmästare	<i>Bugg, Boogie Woogie, Lindy Hop*, Rock'n'Roll*** och Dubbelbugg</i>
Grand Seniordistriktsmästare	<i>Bugg, Boogie Woogie och Dubbelbugg</i>

* I Lindy Hop avgörs Distriktsmästerskap både i Lindy Hop Strictly och Lindy Hop Showcase.

** I Rock'n'Roll Vuxen avgörs Distriktsmästerskap både i Rock'n'Roll utan akrobatik, Contact Style och Free Style.

*** I Rock'n'Roll Senior avgörs Distriktsmästerskap endast i Rock'n'Roll utan akrobatik.

Samtliga i paret/trion ska tävla för föreningar tillhörande samma distrikt som Distriktsmästerskapet gäller för.

Distriktsmästerskap avgörs enligt A-nivå för respektive gren och ålderskategori.

B5 ÅLDERSGRUPPER

B5.1 Åldersindelningar

Barn	Alla upp till fyllda 12 år under aktuellt kalenderår
Ungdom	Start då äldst i par/trio fyller 13 år under aktuellt kalenderår
Junior	Start då äldst i par/trio fyller 16 år under aktuellt kalenderår Yngst i par/trio bör ej vara yngre än 13 år <i>Vid Nationellt Mästerskap krävs att deltagare fyller 13 år under aktuellt kalenderår</i>
Vuxen	Start då äldst i par/trio fyller 21 år under aktuellt kalenderår Yngst i par/trio får ej vara yngre än 13 år
Senior	Start möjlig då samtliga dansare i paret/trion fyller minst 35 år under aktuellt kalenderår
Grand Senior	Start möjlig då samtliga dansare i paret/trion fyller minst 50 år under aktuellt kalenderår

All åldersbestämning sker per kalenderår.

B5.2 Valmöjligheter

Par som tillhör åldersgruppen Senior har rätt att valfritt tävla i åldersgrupper Vuxen eller Senior. Par som tillhör åldersgruppen Grand Senior har rätt att valfritt tävla i åldersgruppen Vuxen, Senior eller Grand Senior. Valet ska avse helt kalenderår.

B5.3 **Flytt mellan åldersgrupper**

Vid åldersflyttning från Barn till Ungdom tar par/trio med sig alla stjärnor.

Parens/triornas rankingpoäng från en annan åldersgrupp är värda olika i den nya åldersgruppen beroende på hur flyttning sker.

Om flytt sker uppåt i åldersgrupp, exempelvis från Junior till Vuxen, från Vuxen till Senior eller från Senior till Grand Senior erhålles 75% av poängen från den tidigare åldersgruppen till den nya åldersgruppen.

Om flytt sker nedåt i åldersgrupp, exempelvis från Grand Senior till Senior eller från Senior till Vuxen erhålles 50% av poängen från den tidigare åldersgruppen till den nya åldersgruppen.

B6 **TÄVLINGSKLASSER, TEMPON OCH AKROBATIK**

B6.1 **Allmänt**

När förbundet finner det nödvändigt kan förändringar kring vilka grenar som tävlar i vilka åldersgrupper ske. Öppning respektive stängning träder i kraft först tre månader efter att ha offentliggjorts i DSF:s officiella kungörelseorgan.

B6.2 **Regelgrupper, tävlingsnivåer, tempon, heatlängd och akrobatik**

Nivåerna inom BRR är indelade i regelgrupper som har liknande regler. Varje regelgrupp representerar en svårighetsnivå (exempelvis utifrån tempo eller tävlingsformer som långsam runda, showcase-runda eller akrobatikrunda) och spänner därför över olika nivåer i olika åldersgrupper.

Nivåerna visar hur högt inom åldersgruppen de tävlande tagit sig vid respektive tävlingstillfälle. Divisionerna visar nivåerna över tid.

Tempon och heatlängder för de olika grenarna beskrivs under B6.2.1 till B6.2.5. Heatlängd kan variera beroende på tävlingsformer. Generellt gäller lägre tempo i yngre åldersgrupper. Akrobatikregler är desamma för varje åldersgrupp för grenar med akrobatik, oavsett nivå som tävling sker på, för att underlätta för dansarna.

B6.2.1 Bugg

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp						Tillåten akrobatik
			B	U	J	V	S	GS	
RG1	45 t/min	1,5 min				A			ej
	Långsam runda <30 t/min	1,5 min							
RG2	43 t/min	1,5 min					A*		ej
	Långsam runda <30 t/min	1,5 min							
RG2	43 t/min	1,5 min			A	B	A		ej
RG3	41 t/min	1,5 min			B	C	B	A	ej
RG4	39 t/min	1,5 min		UK	C	D	C	B	ej
RG5	37 t/min	1,5 min	FS	FS	D, E, F, ITT	E, F, ITT	D, E, F, ITT	C, D, E, F, ITT	ej

A, B, C, D, E och F = nivåer

UK = Ungdomskampen

FS = Framtidens stjärnor

ITT = Introduktion till tävling

Långsam runda dansas endast i final för Vuxen nivå A. Vid lika resultat i summeringen i finalen avgör snabb runda rangordningen på paren.

* För Senior nivå A dansa långsam runda i final vid GP-tävlingar, Distriktsmästerskap och Nationellt mästerskap. Vid lika resultat i summeringen i finalen avgör snabb runda rangordningen på paren.

Vid kvalificeringsomgång/kvalificeringsomgångar tillämpas följande regelgrupper och tempon:

Junior: Regelgrupp 4, 39 t/min

Vuxen: Regelgrupp 3, 41 t/min

Senior: Regelgrupp 4, 39 t/min

Grand Senior: Regelgrupp 4, 39 t/min

B6.2.1.1 Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap

Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap dansas enligt tempo och regler för A-nivå för respektive åldersgrupp.

B6.2.2 Boogie Woogie

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp						Tillåten akrobatik
			B	U	J	V	S	GS	
RG1	Snabb runda 50-51 t/min	1,5 min				A			enligt WRRC
	Långsam runda 27-30 t/min	1,5 min							
RG2	48-50 t/min	1,5 min			A				enligt WRRC
RG2	46-50 t/min	1,5 min				B			ej
RG2	Snabb runda 46-48 t/min	1,5 min					A*		enligt WRRC
	Långsam runda* 27-30 t/min	1,5 min							
RG3	44-46 t/min	1,5 min			B	C	B	A	ej
RG4	42-44 t/min	1,5 min		UK	C	D	C	B	ej
RG5	38-42 t/min	1,5 min	FS	FS	D, E, F, ITT	E, F, ITT	D, E, F, ITT	C, D, E, F, ITT	ej

A, B, C, D, E och F = nivåer

UK = Ungdomskampen

FS = Framtidens stjärnor

ITT = Introduktion till tävling

Musikens tempo bör inte skilja sig mer än någon t/min mellan heat i samma runda.

* Långsam runda dansas endast i final för Vuxen och Senior. Långsam runda i RG2 gäller alltså endast Senior.

Om det blir direktfinal ska det lägre tempot i intervallet tillämpas. Om det blir omgångar före final efter kvalificeringsomgång ska det lägre tempot i intervallet spelas i omgångar före final och det högre tempot i intervallet i final.

I högsta nivå i Junior, Vuxen och Senior ska bedömning ske enligt internationellt anpassade regler, se B7.2.9, vilket innebär akrobatikbegränsningar enligt WRRC:s regler. Detta innebär att även omgångar före final dansas utifrån bestämmelser enligt WRRC:s regler (dock ej kvalificeringsomgång).

Vid lika resultat i summeringen i finalen avgör snabb runda rangordningen på paren.

Vid kvalificeringsomgång/kvalificeringsomgångar tillämpas följande regelgrupper och tempon:

Junior: Regelgrupp 4, 42-44 t/min

Vuxen: Regelgrupp 3, 44-46 t/min

Senior: Regelgrupp 4, 42-44 t/min

Grand Senior: Regelgrupp 5, 38-42 t/min

I kvalificeringsomgång är akrobatik ej tillåten.

B6.2.2.1 Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap

Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap dansas enligt tempo och regler för A-nivå för respektive åldersgrupp.

B6.2.3 Lindy Hop

B6.2.3.1 Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp						Tillåten akrobatik
			B	U	J	V	S	GS	
RG4	42-46 t/min	1,5 min		UK					AR3
RG5	38-42 t/min	1,5 min	FS	FS	ITT	ITT	ITT		ej

UK = Ungdomskampen

FS = Framtidens stjärnor

ITT = Introduktion till tävling

Musikens tempo bör inte skilja sig mer än någon t/min mellan heat i samma runda.

B6.2.3.2 Strictly – kvalificeringsomgång

Nedanstående beskrivning är ett exempel på hur kvalificeringsomgång kan genomföras. Det är en rekommendation att använda sig av detta om föreningen som arrangerar tävlingen inte är van vid andra typer av tävlingsarrangemang och tydligt kan informera om detta.

Vilket tävlingsformat som används ska helst delges vid annonseringen av tävlingen, dock senast vid tävlingens sista anmälningdatum.

Regelgrupp	Åldersgrupp	Typ	Tempo	Heatlängd	Tillåten akrobatik
RG1	Vuxen	Långsam	30-37 t/min	1 min	Fri
		Medel	42-46 t/min	1 min	
		Snabb	50-55 t/min	1 min	
RG2	Senior	Långsam	30-37 t/min	1 min	Fri
		Medel	42-46 t/min	1 min	
		Snabb	48-52 t/min	1 min	
RG3	Junior	Långsam	30-37 t/min	1 min	AR2
		Medel	42-46 t/min	1 min	
		Snabb	48-52 t/min	1 min	

Musikens tempo bör inte skilja sig mer än någon t/min mellan heat i samma runda.

De olika tempona (långsam, medel och snabb) dansas direkt efter varandra med samma par kvar på golvet som ett och samma heat. Ett heat blir 180 sekunder (60+60+60) totalt.

Antalet nivåer inom respektive åldersgrupp anpassas till antalet startande.

B6.2.3.3 *Strictly – rundor efter kvalificeringsomgång*

Nedanstående beskrivning är ett exempel på vad som gäller för rundor efter kvalificeringsomgång. Det är en rekommendation att använda sig av detta om föreningen som arrangerar tävlingen inte är van vid andra typer av tävlingsarrangemang och tydligt kan informera om detta.

Vilket tävlingsformat som används ska helst delges vid annonseringen av tävlingen, dock senast vid tävlingens sista anmälningsdatum.

Regelgrupp	Tempo	Längd Allskates (jam style)	Åldersgrupp			Tillåten akrobatik
			J	V	S	
RG1	50-62 t/min	40 + 40 sek		A		Fri
	46-50 t/min	40 + 40 sek		B		
	44-46 t/min	40 + 40 sek		C		
	42-44 t/min	40 + 40 sek		D, E, F		
RG2	46-50 t/min	40 + 40 sek			A	Fri
	44-46 t/min	40 + 40 sek			B	
	42-44 t/min	40 + 40 sek			C	
	40-42 t/min	40 + 40 sek			D, E, F	
RG3	46-50 t/min	40 + 40 sek	A			AR2
	44-46 t/min	40 + 40 sek	B			
	42-44 t/min	40 + 40 sek	C			
	40-42 t/min	40 + 40 sek	D, E, F			

A, B, C, D, E och F = nivåer

I final dansas jam style i alla nivåer.

Jam dansas i en total av 24 åttor solo per par samt allskate före och efter solon. Solona kan förslagsvis delas upp 16+8, 12+12 eller 8+8+8 beroende på låtens struktur. Det är upp till arrangör (i samråd med musikansvarig) att besluta vilken uppdelning som görs. Information om tävlingsformat och uppdelning i jam bör delges dansarna vid inbjudan till tävling.

Om det blir direktfinal ska det lägre tempot i intervallet tillämpas. Om det blir omgångar före final efter kvalificeringsomgång ska det lägre tempot i intervallet spelas i omgångar före final och det högre tempot i intervallet i final.

För Vuxen och Senior gäller fri akrobatik och för Junior gäller AR2.

B6.2.3.4 Showcase

Showcase innebär egen musik och således ett par i taget på golvet. Tempot är fritt och heatlängden får vara mellan 1,5-2,5 minut. För Vuxen och Senior gäller fri akrobatik och för Junior gäller AR2.

B6.2.3.5 Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap

Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap dansas för Strictly och Showcase separat.

För Strictly gäller att, i rundor före final, tillämpas tempo och regler för kvalificeringsomgång i B6.2.3.2 (Strictly kvalificeringsomgång) för respektive åldersgrupp.

Final dansas enligt tempo och regler för jam style högsta nivå i B6.2.3.3 (Strictly – rundor efter kvalificeringsomgång).

Showcase dansas enligt B6.2.3.4 (Showcase).

Vid lika resultat i summeringen avgör resultatet i Strictly (jam style) rangordningen på paren.

B6.2.4 Rock'n'Roll

B6.2.4.1 Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling och Rock'n'Roll utan akrobatik

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp						Tillåten akrobatik
			B	U	J	V	S	GS	
RG1	46-50 t/min	1 min				A			ej
RG2	44-46 t/min	1 min			A	B	A		ej
RG3	42-44 t/min	1 min			B	C	B		ej
RG4	40-42 t/min	1 min		UK	C	D	C		ej
RG5	38-40 t/min	1 min	FS	FS	D, E, F, ITT	E, F, ITT	D, E, F, ITT		ej

A, B, C, D, E och F = nivåer

UK = Ungdomskampen

FS = Framtidens stjärnor

ITT = Introduktion till tävling

Musikens tempo bör inte skilja sig mer än någon t/min mellan heat i samma runda.

Vid kvalificeringsomgång/kvalificeringsomgångar i Rock'n'Roll utan akrobatik tillämpas följande regelgrupper och tempon:

Junior: Regelgrupp 4, 40-42 t/min

Vuxen: Regelgrupp 3, 42-44 t/min

Senior: Regelgrupp 4, 40-42 t/min

Om det blir direktfinal ska det lägre tempot i intervallet tillämpas. Om det blir omgångar före final efter kvalificeringsomgång ska det lägre tempot i intervallet spelas i omgångar före final och det högre tempot i intervallet i final.

Vid fler än tre startande par dansas finalen enligt följande: först en kortare gemensam allskate-runda med alla finalister, därefter uppdelat på två heat och slutligen en kortare avslutande gemensam allskate-runda.

B6.2.4.2 Rock'n'Roll med akrobatik

Regelgrupp	Åldersgrupp	Typ	Tempo	Heatlängd	Tillåten akrobatik
RG1	Vuxen Free Style	Fotrunda	46-50	1 min	ej
		Akrorunda Min akro (antal)	44-48 6	1,5 min	Fri
RG2	Vuxen Contact Style	Fotrunda	44-48	1 min	ej
		Akrorunda Min akro (antal)	42-46 6	1,5 min	AR1
RG3	Junior	-	41-46	1,5 min	AR2

Musikens tempo bör inte skilja sig mer än någon t/min mellan heat i samma runda.

B6.2.4.3 Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap

För Rock'n'Roll utan akrobatik dansas Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap enligt tempo och regler för A-nivå för respektive åldersgrupp.

För Rock'n'Roll med akrobatik dansas tempon enligt B6.2.4.2.

B6.2.5 Dubbelbugg

B6.2.5.1 Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp						Tillåten akrobatik
			B	U	J	V	S	GS	
RG3	39 t/min	1/1,5 min *		UK					AR3
RG4	37 t/min	1 min	FS	FS	ITT	ITT	ITT	ITT	ej

UK = Ungdomskampen

FS = Framtidens stjärnor

ITT = Introduktion till tävling

** I rundor före final är heatlängden 1 minut och i final är heatlängden 1,5 minut. Vid direktfinal är heatlängden 1 minut.*

B6.2.5.2 Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp			
			J	V	S	GS
RG1	43 t/min	1/1,5 min *		A **		
RG2	41 t/min	1/1,5 min *	A **	B	A	
RG3	39 t/min	1/1,5 min *	B	C	B	A
RG4	37 t/min	1/1,5 min *	C, D, E, F	D, E, F	C, D, E, F	B, C, D, E, F
Tillåten akrobatik			AR2	Fri	Fri	AR3

A, B, C, D, E och F = nivåer

** I rundor före final är heatlängden 1 minut och i final är heatlängden 1,5 minut. Vid direktfinal är heatlängden 1 minut. Om finalen vid Nationellt Mästerskap skulle bli direktfinal dansas dock 1,5 minut.*

*** Vid Nationellt Mästerskap dansas final i showcase i en heatlängd om 2 minuter. För mer information se B7.5.8.*

Vid kvalificeringsomgång/kvalificeringsrundor tillämpas följande regelgrupper, tempon och akrobatikregler:

Junior: Regelgrupp 3, 39 t/min (AR2)

Vuxen: Regelgrupp 2, 41 t/min (Fri)

Senior: Regelgrupp 3, 39 t/min (Fri)

Grand Senior: Regelgrupp 4, 37 t/min (AR3)

Vid fler än tre startande trior dansas finalen enligt följande: först en kortare gemensam allskate-runda med alla finalister, därefter uppdelat på två heat och slutligen en kortare avslutande gemensam allskate-runda.

B6.2.5.3 Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap

Nationellt Mästerskap och Distriktsmästerskap dansas enligt tempo för A-nivå för respektive åldersgrupp.

Vid fler än tre startande trior dansas finalen enligt följande: Först en kortare gemensam allskate-runda med alla finalister, därefter uppdelat på två heat och slutligen en kortare avslutande gemensam allskate-runda.

Vid Nationellt Mästerskap dansas finalen för Junior och Vuxen i två rundor, en vanlig runda med placeringsbedömning och en showcase-runda med delbedömning. För showcase-rundan gäller fritt tempo. Heatlängd enligt B7.5.8.

B6.2.6 Formation

B6.2.6.1 Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp						Tillåten akrobatik
			B	U	J	V	S	GS	
RG3	Fritt	1,5/4 min			ITT	ITT			AR3
RG4	Fritt	1,5/4 min		UK			ITT		ej

UK = Ungdomskampen

FS = Framtidens stjärnor

ITT = Introduktion till tävling

B6.2.6.2 Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap

Regelgrupp	Tempo	Heatlängd	Åldersgrupp			
			J	V	S	GS
RG1	Fritt	1,5/4 min		A		
RG2	Fritt	1,5/4 min	A		A	
Tillåten akrobatik			AR2	Fri	AR1	

A, B, C, D, E och F = nivåer

Alla klasser dansar till egen musik i alla omgångar.

B6.2.7 Lagtävling (Nationell tävling/klass)

B6.2.7.1 Generellt

Lagtävling genomförs i tre åldersgrupper: Junior, Vuxen och Senior.

Tävling sker i sju grenar:

- Bugg långsam runda
- Bugg snabb runda
- Boogie Woogie långsam runda
- Boogie Woogie snabb runda
- Dubbelbugg
- Rock'n'Roll utan akrobatik
- Lindy Hop

B6.2.7.2 Deltagande

Med lag avses en sammansättning av dansare oberoende av föreningstillhörighet.

B6.2.7.1 Antal starter

Laget måste göra minst fyra starter, fördelat på minst tre olika danser. Tävlingsledaren vid varje tävlingstillfälle beslutar om när information om laguppställning ska vara klar och rapporteras.

B6.2.7.2 Antal deltagare

Varje lag kan bestå av maximalt 15 deltagare, om laget ställer upp i samtliga sju grenar och ingen dubblar. Det minimala antalet dansare som krävs för ett lag är sex deltagare (tre par i tre olika grenar och ett av paren dubblar i en fjärde gren).

B6.2.7.3 Dubbleringsregler

Inom varje lag får två dansare dubblar, vilket innebär att två deltagare i laget kan göra två olika starter.

Dubbling får dock inte ske inom samma gren i Bugg och Boogie Woogie. Det är alltså inte tillåtet att samma dansare dansar både långsam och snabb runda i Bugg eller långsam och snabb runda i Boogie Woogie. Samma par kan dock dansa både långsam runda i Bugg och långsam runda i Boogie Woogie exempelvis, men då har lagets samtliga dubbleringsrätter nyttjats.

Dubbling kan även ske mellan åldersgrupperna, men då nyttjas en dubbleringsrätt för vardera lag.

B6.2.7.4 Inlåning av dansare från annan förening och/eller från en annan åldersgrupp

Ett lag (en förening) kan låna in maximalt tre dansare (eller tre om det gäller en komplett trio inom dubbelbugg) från antingen:

- 1) en annan förening inom samma eller angränsande distrikt
och/eller
- 2) dansare från en annan åldersgrupp än den laget tävlar i

För inlåning från annan åldersgrupp gäller följande bestämmelser:

- Dansare/par/trior som normalt tävlar i Ungdomskampen får tävla i åldersgrupp Junior
- Dansare/par/trior som normalt tävlar i Junior, får tävla i åldersgrupp Junior eller Vuxen
- Dansare/par/trior som normalt tävlar i Vuxen, får tävla i åldersgrupp Vuxen eller Senior
- Dansare/par/trior som normalt tävlar i Senior, får tävla i åldersgrupp Senior eller Vuxen
- Dansare/par/trior som normalt tävlar i Grand Senior, får tävla i åldersgrupp Senior eller Vuxen

Dessa regler gäller per lag, vilket innebär att inlåning är möjlig för varje lag och i varje åldersgrupp.

B6.2.7.5 Resultat

Upp till sex anmälda lag innebär direktfinal. Om fler än sex lag är anmälda startar åldersgruppen med uttagning, i samtliga grenar.

Resultatet av lagets fyra bästa insatser summeras. Om laget tävlar i fler än fyra grenar räknas helt enkelt endast de fyra där laget har uppnått bäst resultat.

Vid lika resultat med annat lag räknas däremot gren nummer fem med för att skilja på lagen. Om bara det ena laget har en femte gren rankas således det lag med fler starter högre än det med färre. Samma princip gäller om det efter jämförelse med en femte och/eller sjätte gren skulle vara lika. Om det fortfarande är lika efter sju grenars jämförelse tillämpas omdans mellan de berörda lagen.

Principen för uträkningen av resultat är samma för såväl uttagning som final.

B6.2.7.6 *Heatlängd*

Heatlängden är 1 minut i uttagningar och i finaler i samtliga grenar/danser.

B6.2.7.7 *Max antal par/trior per heat*

B6.2.7.7.1 *Uttagningar*

- 6 par per heat är max för Bugg
- 4 par per heat är max för Boogie Woogie, Rock'n'Roll och Lindy Hop
- 4 trior per heat är max för Dubbelbugg

B6.2.7.7.2 *Finaler*

- 6 par per heat är max för Bugg
- 3 par per heat är max för Boogie Woogie, Rock'n'Roll och Lindy Hop
- 3 trior per heat är max för Dubbelbugg

Finalerna i Boogie Woogie, Rock'n'Roll, Lindy Hop och Dubbelbugg dansas alla enligt följande princip:

- 1) Gemensam kortare allskate-runda (20-30 sekunder, som en presentationsdans)
- 2) Två heat med en uppdelning av 3+3 par/trior per heat (vid fulla finaler)
- 3) Gemensam kortare avslutande allskate-runda (20-30 sekunder)

Således kommer inget par eller ingen trio att dansa ensamma på golvet (om det inte är endast ett anmält par eller en anmäld trio i någon gren och åldersgrupp).

Om det är max tre par/trior dansas finalen dock som en ordinarie final utan allskate-rundor.

B6.2.7.8 *Egen musik*

Ingen egen musik krävs i någon gren.

B6.2.7.9 *Tempon*

	Junior	Vuxen	Senior
Bugg långsam runda	29-32 t/min	max 30 t/min	29-32 t/min
Bugg snabb runda	39 t/min	41 t/min	39 t/min
Boogie Woogie långsam runda	29-32 t/min	25-32 t/min	29-32 t/min
Boogie Woogie snabb runda	38-42 t/min	42-48 t/min	38-44 t/min
Lindy Hop	38-42 t/min	42-48 t/min	38-44 t/min
Rock'n'Roll utan akrobatik	38-42 t/min	42-48 t/min	38-44 t/min
Dubbelbugg	39 t/min	41 t/min	39 t/min

Musikens tempo bör inte skilja sig mer än någon t/min mellan heat i samma runda.

B6.2.7.10 *Akrobatik*

Akrobatik är ej tillåten i Bugg, Boogie Woogie och Rock'n'Roll (endast fotrunda).

För Lindy Hop och Dubbelbugg gäller följande akrobatikbestämmelser:

- Junior AR2
- Vuxen och Senior fri

B6.3 *Licenskrav*

B6.3.1 **Framtidens stjärnor, Ungdomskampen och Introduktion till tävling**

Låg licens krävs.

B6.3.2 **Nationella tävlingar, GP-tävlingar och Mästerskap**

Hög licens krävs.

B6.3.3 **Lagtävling**

Låg licens krävs.

B6.3.4 **Lagtävling som Mästerskap**

Hög licens krävs.

B6.3.5 **Engångslicens**

Deltagare som önskar delta vid enstaka tävlingstillfällen utan att inneha ordinarie tävlingslicens kan erlagga en engångslicens enligt Svenska Danssportförbundets licensregler.

Engångslicens gäller endast för det aktuella tävlingstillfället och berättigar inte till fortsatt tävlings- eller träningsverksamhet inom ramen för förbundets ordinarie tävlingssystem.

Engångslicens är giltig på alla tävlingstyper förutom mästerskapstävlingar. En tävling möjliggör flera starter.

B6.4 *Divisionstillhörighet vid tävlande i olika grenar*

Etablerade pars/triors tävlingsnivå påverkas inte av de individuella dansarnas meriter i andra konstellationer. Dansare kan tillhöra olika divisioner i olika grenar.

B7 **DANSBESTÄMMELSER**

B7.1 *Bugg*

B7.1.1 **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-takt till företrädesvis svängig populärmusik.

B7.1.2 **Grundsteget**

Följarens steg:

- a) Följaren måste gå ett steg på varje taktdel.
- b) Följaren får gå framåt eller bakåt eller vrida på varje steg. Vridningen får ej vara sådan att den blir ett helt varv på ett steg.
- c) Följarens vänster fot ska vara i golvet på en 2:a eller 4:a i musiken och följarens höger fot ska vara i golvet på 1:an eller 3:an i musiken. Hesitering får förekomma. Undantag: Se B7.1.3 Grundstegsvariationer.
- d) Rikttningsändring av följaren i baklägen ska huvudsakligen ske på en 1:a eller 3:a i musiken, rikttningsändringen bör vara tydlig
- e) Varje rotationsändring hos följaren skapas av en inbromsning. Denna inbromsning sker huvudsakligen på en 1:a eller 3:a i musiken (rotationsändringar sker både i fram och bakläge).

Förarens steg är fria men ska väl harmonisera med musiken, figuren och följarens steg. Ett varierat fotarbete är att föredra hos föraren.

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

B7.1.3 **Grundstegsvariationer**

Det finns inga grundstegsvarianter för följaren. Dock får enstaka korta ökningar/dubbleringar i steghastigheten förekomma, som vid exempelvis dubbelsnurrar. Förarens steg är fritt.

B7.1.4 Karaktär

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

B7.1.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Fri figuranvändning men karaktären av Bugg får ej frångås.

B7.1.6 Akrobatikbegränsningar

Akrobatik är ej tillåten.

B7.1.7 Tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd

För tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd se B6.2.

B7.1.8 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.

B7.1.9 Musik

Dansas företrädesvis till svängig populärmusik i 4/4-takt.

B7.2 Boogie Woogie

B7.2.1 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 Rhythm'n'Blues. Det är en icke i förväg koreograferad dans och det mest fundamentala för Boogie Woogie är den spontana musiktolkningen.

B7.2.2 Grundsteget

Beskrivning av förarens steg, följaren 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. Rytmen är synkoperad och betoningen ligger på andra och fjärde taktdelen.

B7.2.3 Grundstegsvariationer

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

B7.2.4 Karaktär

Boogie Woogie är en pardans där alla dansfigurer måste, för att en riktig musiktolkning ska kunna uppnås, vara förbar fysiskt eller visuellt. Förflyttning sker på följarens 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.

B7.2.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

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

B7.2.6 Tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd

För tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd se B6.2.

B7.2.7 Klädesbestämmelser

Kläder och accessoarer bör relateras till tidsperioden 1940–1950. Inget som paret har på sig/med sig in på tävlingsgolvet får medvetet tas av, kastas i väg eller lämnas kvar där.

B7.2.8 Musik

Dansas till musik från WRRRC:s musiklista. I varje runda får musikens tempo inte avvika mer än en takt/min. Paret måste dansa tills musiken tystnar.

B7.2.9 Internationellt anpassade regler

För Boogie Woogie har WRRRC ett regelverk som tillämpas på internationella tävlingar, internationella Mästerskap och World Cup. För att ge svenska par möjligheten att tävla med samma regler på svenska tävlingar gäller nedanstående för högsta nivån i åldersgrupperna Junior, Vuxen och Senior, se B6.2.2.

De senaste av WRRRC fastställda "Boogie Woogie Regulations" kapitel 3 (se WRRRC:s hemsida) används för bedömning och figurbegränsningar och krav. Även de begränsningar av tillåtna figurer i Junior som beskrivs i kapitel 2 gäller (vid dessa reglers fastställande avsnitt 2.2 Figures for Juniors). Endast dessa delar av WRRRC:s regelverk ska användas vid svenska tävlingar.

B7.3 Lindy Hop

B7.3.1 Grundidé

Lindy Hop är en afroamerikansk pardans som har sitt ursprung i 1920-talets Harlem, New York. Det är en rytmisk dans som dansas till jazzmusik (främst från slutet av 1920-talet till slutet av 1940-talet, även kallat "The Swing Era") och innehåller många rytmvariationer.

Dansarna, liksom musikerna i ett swingband, kommunicerar med varandra och musiken och varje dansares unika uttryck är en central del. Lindy Hop är i grunden improviserad och sprungen ur sociala sammanhang, där jams, trading och battles är vanliga inslag. Vid show är även förkoreograferad dans och akrobatiska figurer vanligt förekommande.

B7.3.2 Grundsteget

Beskrivning av förarens steg, följaren 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	HÖ	VÄ HÖ

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

B7.3.3 Grundstegsvariationer

Exempel på grundstegsvariationer:

- 1) Steg på B7.3.2c) 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 B7.3.2 a) kan varieras med en kick på 1:an eller frysning från 1:an till 2:an
- 4) Följarens steg på B7.3.2 a) kan bytas mot twiststeg, HÖ på 1:an VÄ på 2:an
- 5) Stegen på B7.3.2 c) och B7.3.2 d) kan byta plats

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

B7.3.4 Karaktär

Musiktolkningen är fundamental i Lindy Hop och dansen bör väl harmoniera med jazzmusikens svängiga karaktär. Såväl det individuella uttrycket som samspelet mellan dansarna och med musiken är viktiga parametrar i dansen. Ett rytmiskt fotarbete som svänger är grundläggande, de beskrivna grundstegen ovan är några exempel på detta.

Dansen kan innefatta både linjära och cirkulära inslag. Den får vara improviserad eller koreograferad och tillåts innehålla akrobatik som en naturlig och rytmisk del i dansen.

B7.3.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

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

B7.3.6 Akrobatikbegränsningar

För information kring akrobatikbegränsningar, se B6.2.

B7.3.7 Tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd

För tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd se B6.2.

B7.3.8 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.

B7.3.9 Musik

Dansas till swing.

För egen musik gäller att inledningen får max vara 15 sekunder, därefter enligt i B6.2 angiven tid -5/+10 sekunder.

I showcase får paren ha egen musik. Om egen musik används, ansvarar paret självt för att tempo och längd på musiken är enligt B6.2.

B7.4 Rock'n'Roll

B7.4.1 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 taktdelen), en jämn studs **samt platsbyten**.

B7.4.2 Grundsteget

Beskrivning av förarens steg, följaren 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 ska lättas från golvet. Kickarna ska bör vara till rakt ben och ligga på taktdelarna 1, 3 och 5.

B7.4.3 Grundstegsvariationer

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

B7.4.4 Karaktär

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

B7.4.5 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Grundläggande för en Rock'n'Roll-variation är att den innehåller kickar (på den starka taktdelen) 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.

B7.4.6 Akrobatikbegränsningar

För information kring akrobatikbegränsningar, se B6.2.

För Rock'n'Roll med akrobatik för vuxna finns en undre gräns för antal akrobatikfigurer som ett tävlingsprogram bör innehålla, se B6.2.

B7.4.7 Tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd

För tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd se B6.2.

B7.4.8 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.

B7.4.9 Musik

Dansas till valfri musik i 4/4-takt.

För Rock'n'Roll med akrobatik får paren ha egen musik då man dansar i final i fot- och akrorunda. Angivet tempo är då minimitempo. Om egen musik används, ansvarar paret själv för att tempo och längd på musiken är enligt B6.2.4.2. Inledningen får max vara 15 sekunder, avslutningen max 5 sekunder. Paret ansvarar själv för att musiken följer gällande reglemente, se B6.2.

B7.5 Dubbelbugg

B7.5.1 Grundidé

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

B7.5.2 Grundsteget

Grundsteget i Dubbelbugg ska resultera i en swingliknande stil. Med swingliknande 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.

B7.5.3 Karaktär

Karaktären hämtas från BRR-danserna. Bildandet av olika mönster och formationer, t ex. linjer, cirklar, trianglar är ett av huvuddragen i Dubbelbugg.

Viktiga honnörsord för Dubbelbuggens genomförande ska vara:

- Känslan av att man dansar en swingdans 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.
- Smidiga och oväntade ombildningar av formationen.

B7.5.4 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Showfigurer är tillåtna. En showfigur är en figur där stegen och/eller karaktären ej kan sägas ligga inom dansbestämmelsernas ram.

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.

B7.5.5 Akrobatikbegränsningar

För information kring akrobatikbegränsningar, se B6.2.

B7.5.6 Tävlingssgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd

För tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd se B6.2.

B7.5.7 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.

B7.5.8 Musik

Dubbelbugg dansas företrädesvis till svängig populärmusik i 4/4-takt. Vid Nationellt Mästerskap dansar Junior och Vuxen även en showcase-runda till egen musik. Tempo och musikval är då fritt. Denna musik ska vara 2 minuter, men får även innehålla inledning och avslutning. Inledningen får max vara 15 sekunder, avslutningen max 5 sekunder. Trion ansvarar själv för att musiken följer gällande reglemente, se B6.2.

B7.6 Formation

B7.6.1 Grundidé

Formation är en tävlingsgren där flera dansare tävlar ihop som en grupp. Gruppen bildar olika mönster och formationer med synkroniserade och harmoniserande rörelser. Rörelser och steg får fritt hämtas från BRR-danserna, Standard/Latin-danserna eller annan dans så länge dansstilen tydligt framgår (exempelvis Disco, Street eller Linedance).

B7.6.2 Grundsteget

Gruppen väljer grundsteg med hänsyn till den valda danstilen och skall väl harmonisera med musiken.

B7.6.3 Karaktär

En formation består av 6 till 20 personer, varav max 16 personer får vara aktiva samtidigt. Det är tillåtet att byta in olika personer mellan olika omgångar.

Bildandet av olika mönster, formationer, är ett huvuddrag i Formation. Sådana mönster är exempelvis linjer, diagonaler och cirklar.

Viktiga honnörsord 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

B7.6.4 Figurbegränsningar, Showfigurer och Figurvariationer

Fritt

B7.6.5 Akrobatikbegränsningar

Akrobatik tillåten i begränsad omfattning, se klassindelning. För definition av ej akrobatik, se B7.7.3. Akrobatiken särbedöms ej.

B7.6.6 Tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd

För tävlingsgenomförande, nivåer, tempon och heatlängd se B6.2.

B7.6.7 Klädesbestämmelser

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

B7.6.8 Musik

Tempot är valfritt. Musiken ska väl stämma överens med dansstilen. Formation dansas till egen musik, en formation åt gången.

B7.7 Säkerhetsregler för akrobatik

Första prioritet när det gäller akrobatik är säkerheten. Dessa regler för akrobatik begränsar därför dansarnas frihet på ett sådant sätt att säkerheten kan antas motsvara deras kompetens på området, men ändå ge tillräcklig frihet för nytänkande.

En akrobatisk figur ska, från början till slut, överensstämja 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" här kallad akrobaten. Den som med vars hjälp akrobatiken utförs kallas här basen.

All akrobatik bör vara dansant utförd.

Kommentar: En beskriven figur i AR2 är även tillåten i AR1 osv.

B7.7.1 Definition av grepp och dubbelt grepp

GREPP =

- Hand/Hand
- Hand/Arm
- Arm krok/Arm krok
- Arm dikt runt kroppen (ej huvud eller ben)
- En hand på vardera sidan om kroppen

DUBBELT GREPP = Två stycken GREPP enligt ovan (ej på samma arm/hand)

B7.7.2 Definition av rotation

Det är en rotation när kroppen eller höfterna roterar.

B7.7.3 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 ska vara dansant utförda.

B7.7.4 Akrobatikregel 1 (AR1)

a) När akrobatens höfter är under basens huvudhöjd

Allt tillåtet. Med begränsningen att fri rotation i bakåt & framåt salto/volt-rörelser får vara max 180 grader.

b) När akrobatens höfter är högre än basens huvud

Allt tillåtet med grepp.

c) När akrobatens huvud är rakt ovanför hens höft

Allt tillåtet.

Beskrivna kast i AR1:

- Vip
- Dödskast (uppkastkraften given ovanför knäna)
- Propeller

B7.7.5 Akrobatikregel 2 (AR2)

a) När akrobatens höfter är under basens huvudhöjd

och akrobatens huvud är högre än egna höften: Allt tillåtet

och akrobatens huvud är lägre än egna höften: Allt tillåtet med grepp

b) När akrobatens höfter är högre än basens huvud

och akrobatens huvud är högre än egna höften: Allt tillåtet med grepp

och akrobatens huvud är lägre än egna höften: Allt tillåtet med Dubbelt grepp

och akrobatens huvud är rakt under egna höften: Ej tillåtet

c) När akrobatens huvud är rakt ovanför hens höft

Allt tillåtet

Beskrivna kast i AR2:

- Timglas
- Höftkast
- Dödshopp/Lilla dyket (akrobaten ska hoppa av egen kraft)
- Svan
- Bomb 1+2
- Shalom
- Handspring flip

B7.7.6 Akrobatikregel 3 (AR3)

a) När akrobatens höfter är under basens huvudhöjd

och akrobatens huvud är rakt ovanför hens höft: Allt tillåtet

och akrobatens huvud är högre än egna höften: Allt tillåtet. Om ryggen är nedåt endast med grepp.

och akrobatens huvud är lägre än egna höften: Ej tillåtet

b) När akrobatens höfter är högre än basens huvud

och akrobatens huvud är rakt ovanför hens höft: Allt tillåtet med grepp

och akrobatens huvud är högre än egna höften: Allt tillåtet med Dubbelt grepp

och akrobatens huvud är lägre än egna höften: Ej tillåtet

Begränsningar i AR3:

- Förbjudet att passera över huvud/axlar/armar

Beskrivet kast i AR3:

- Bockhopp utan armputt