

**УТВЕРЖДЕНО**  
Решением Президиума Общероссийской  
общественной спортивной организации  
«Союз танцевального спорта России»  
«28» января 2013 года



# **Положение**

**Союза танцевального спорта России**

**О проведении соревнований начинающих спортсменов  
(«массовый спорт»)**

**2013 год**

Содержание:

<b>1. Цели и задачи</b>	<b>3</b>
<b>2. Программа соревнований</b>	<b>3</b>
<b>3. Стартовые группы, возрастные категории и классы</b>	<b>4</b>
<b>4. Правила исполнения танцев на конкурсах по массовому спорту</b>	<b>5</b>
<b>5. Перечень фигур</b>	<b>5</b>
<b>5.1. Стартовые категории Н-2, Н-2(+1)</b>	<b>5</b>
<b>5.2. Стартовые категории Н-2(1+1), Хобби-2, Н-3</b>	<b>5</b>
<b>5.3. Стартовые категории Н-3(1+2), Хобби-3</b>	<b>6</b>
<b>5.4. Стартовая категория Н-4(1+3)</b>	<b>7</b>
<b>5.5. Стартовые категории Н-4(2+2), Хобби-4</b>	<b>9</b>
<b>5.6. Стартовые категории Н-5, Хобби-5</b>	<b>10</b>
<b>5.7. Стартовые категории Н-6, Хобби-6</b>	<b>13</b>
<b>5.8. Стартовая категория Хобби-8</b>	<b>17</b>
<b>5.9. Стартовая категория Хобби-10</b>	<b>19</b>
<b>6. Костюмы участников соревнований</b>	<b>20</b>
<b>7. Проведение соревнований</b>	<b>22</b>
<b>8. Кубковые соревнования</b>	<b>23</b>
<b>9. Продолжительность и характер музыкального сопровождения</b>	<b>24</b>
<b>10. Допуск к соревнованиям</b>	<b>24</b>
<b>11. Список литературы</b>	<b>25</b>

## 1. Цели и задачи

- 1.1. Привлечение населения России к регулярным занятиям физической культурой и спортом, повышение уровня их физической подготовленности и спортивного мастерства, пропаганда здорового образа жизни.
- 1.2. Сохранение интереса к занятиям спортивными танцами и реализация творческого самовыражения танцоров.
- 1.3. Привлечение большего количества участников к танцевальному спорту;
- 1.4. Постепенная подготовка танцевальных пар к спортивным соревнованиям по классам и разрядам («большой спорт»).
- 1.5. Организатором соревнований по программе массовый спорт может быть член региональной организации СТСП, подавший заявку по установленной форме и имеющий лицензию на проведение соревнований.

## 2. Программа соревнований

2.1. Программа соревнований формируется на основе заявленных стартовых категорий участников согласно таблице №1.

Табл.№1.

Стартовая категория	Количество танцев	Программа соревнований
Н-2	2	Полька, Вару-вару
Н-2(+1)	3	Полька, Вару-вару + (Сударушка или Русский лирический)
Н-2(1+1)	2	МВ, Ч
Хобби-2		
Н-3	3	МВ, Ч, Полька
Н-3(1+2)	3	МВ, С, Ч
Хобби-3		
Н-4(1+3)	4	МВ, С, Ч, Д
Н-4(2+2)	4	МВ, БФ, С, Ч
Хобби-4		
Н-5	5	МВ, БФ, С, Ч, Д
Хобби-5		
Н-6	6	МВ, ВВ, БФ, С, Ч, Д
Хобби-6		
Хобби-8	8	МВ, Т, ВВ, БФ, С, Ч, Р, Д
Хобби-10	10	МВ, Т, ВВ, МФ, БФ, С, Ч, Р, П, Д

### 3. Стартовые группы, возрастные категории и классы

- 3.1. Разделение стартовых групп проводится по возрастам участников.
- 3.2. По итогам регистрации главный судья может свести участников к меньшему количеству групп, например: 7 лет и моложе, 8-9 лет, 10 лет и старше.
- 3.3. Возрастная категория, в которой должны выступать в течение календарного года участники парных соревнований, определяется возрастной категорией старшего участника в паре.
- 3.4. Допускается обозначение возрастных категорий в соответствии с градацией принятой в спорте высших достижений согласно таблице №2:

Табл.№2.

№ п/п	Возрастная категория	Возраст по году рождения	Классификационная группа
1.	Дети-Н	7 лет и младше	Н
2.	Дети-1	8-9 лет	Н
3.	Дети-2	10-11 лет	Н
4.	Юниоры-1	12-13 лет	Н
5.	Юниоры-2	14-15 лет	Н
6.	Молодёжь	16-18 лет	Хобби
7.	Молодёжь-2	19-21 лет	Хобби
8.	Взрослые-1	22-24 лет	Хобби
9.	Взрослые-2	25-34 лет	Хобби
10.	Сеньоры-1	35-45 лет	Хобби
11.	Сеньоры-2	45-54 лет	Хобби
12.	Гранд Сеньоры	55 лет и старше	Хобби

- 3.5. По усмотрению региональных организаций СТСП в субъектах РФ соревнования в классификационных группах «Н» и «Хобби» могут объединяться в стартовые группы: 14 лет и старше, 18 лет и моложе.
- 3.6. Класс участника определяется классификационной группой, количеством исполняемых танцев и соответствует стартовой категории. Например: для исполнителя четырех танцев это будет Н-4 или Хобби-4, в зависимости от возрастной категории участника.

- 3.7. Формирование стартовых категорий, последовательность перехода из класса в класс, количество баллов необходимых для повышения класса участников и условия перехода из Массового спорта в Спорт высших достижений и обратно определяется региональными организациями СТСП в субъектах РФ.

#### **4. Правила исполнения танцев на конкурсах по массовому спорту**

- 4.1. Для каждого танца разрешается только указанный перечень фигур.
- 4.2. Фигуры исполняются в соответствии с описанием в учебниках.
- 4.3. Не разрешается танцевание с одноименных ног (т.е. нет подмены ног).
- 4.4. Спортсмены могут разъединять руки в соответствии с правилами исполнения фигур.

#### **5. Перечень фигур**

- 5.0. Для каждой стартовой категории устанавливается определенный перечень фигур, определяемый настоящим положением.

##### **5.1. Стартовые категории Н-2, Н-2(+1)**

- 5.1.1. В исполняемых танцах: Полька, Вару-вару, Сударушка и Русский лирический, перечень фигур не ограничен.

##### **5.2. Стартовые категории Н-2(1+1), Хобби-2, Н-3**

###### **5.2.1. Медленный вальс**

1.	Closed Changes – RF Closed Change (Natural to Reverse) – LF Closed Change (Reverse to Natural)	Закрытые перемены – Закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)
2.	Natural Turn	Натуральный поворот
3.	Reverse Turn	Реверсивный поворот

### 5.2.2. Ча-Ча-Ча

1.	Basic Movements (Closed, in Place)	Основные движения (в закрытой позиции, на месте)
2.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
3.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right	Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо
4.	Underarm Turn to Left or Right	Поворот под рукой влево и вправо
5.	Time Step as Side Basic	Тайм стэп, как основное движение в сторону
6.	Hand to Hand	Рука к руке

### 5.2.3. Полька

Перечень фигур не ограничен.

## 5.3. Стартовые категории Н-3(1+2), Хобби-3

### 5.3.1. Медленный вальс

1.	Closed Changes – RF Closed Change (Natural to Reverse) – LF Closed Change (Reverse to Natural)	Закрытые перемены – Закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)
2.	Natural Turn	Натуральный поворот
3.	Reverse Turn	Реверсивный поворот

### 5.3.2. Самба

1.	Basic Movements – Natural – Reverse – Side – Progressive – Outside	Основные движения – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное – наружное
2.	Samba Whisks (Whisks to Left or to Right)	Виски (Самба виски) влево и вправо
3.	Samba Walks in PP (Promenade Samba Walks)	Самба ход в ПП (Променадный самба ход)
4.	Side Samba Walk	Самба ход в сторону

5.	Stationary Samba Walks	Самба ход на месте
6.	Travelling Bota Fogos	Бота фога в продвижении

### **5.3.3. Ча-Ча-Ча**

1.	Basic Movements (Closed , in Place)	Основные движения (в закрытой позиции, на месте)
2.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
3.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right	Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо
4.	Underarm Turn to Left or Right	Поворот под рукой влево и вправо
5.	Time Step as Side Basic	Тайм стэп, как основное движение в сторону*
6.	Hand to Hand	Рука к руке

## **5.4. Стартовая категория Н-4(1+3)**

### **5.4.1. Медленный вальс**

1.	Closed Changes – RF Closed Change (Natural to Reverse) – LF Closed Change (Reverse to Natural)	Закрытые перемены – Закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)
2.	Natural Turn	Натуральный поворот
3.	Reverse Turn	Реверсивный поворот
4.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот

### **5.4.2. Самба**

1.	Basic Movements – Natural – Reverse – Side – Progressive – Outside	Основные движения – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное – наружное
2.	Samba Whisks (Whisks to Left or to Right)	Виски (Самба виски) влево и вправо
3.	Samba Walks in PP (Promenade Samba Walks)	Самба ход в ПП (Променадный самба ход)

4.	Side Samba Walk	Самба ход в сторону
5.	Stationary Samba Walks	Самба ход на месте
6.	Travelling Bota Fogos	Бота фога в продвижении
10.	Bota Fogos to Promenade and Counter Promenade Position (Promenade Botafogo)	Бота фога в променад и контр променад (Променадная ботафога)
9.	Criss Cross Bota Fogos (Shadow Bota Fogos)	Крисс кросс бота фога (Теневые бота фога)

### 5.4.3. Ча-Ча-Ча

1.	Basic Movements (Closed , Open, in Place)	Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте)
2.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
3.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right	Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо
4.	Underarm Turn to Left or Right	Поворот под рукой влево и вправо
5.	Time Step as Side Basic	Тайм стэп, как основное движение в сторону
6.	Hand to Hand	Рука к руке
7.	Cha Cha Cha Chasses and Alternatives: – Chasse to side – to Right and to Left – Compact Chasse – RF and LF Forward Lock – LF and RF Backward Lock	Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН
8.	Three Cha Cha Chas	Три ча-ча-ча
9.	Cross Basic	Кросс бэйсик

### 5.4.4. Джайв

1.	Basic in Place	Основное движение на месте
2.	Fallaway Rock (Basic in Fallaway)	Фоллэвэй рок (Основное движение из позиции фоллэвэй)
3.	Fallaway Throwaway	Фоллэвэй троуэвэй
4.	Link	Звено
5.	Change of Places Right to Left	Смена мест справа налево
6.	Change of Places Left to Right	Смена мест слева направо
7.	Stop and Go	Стоп энд гоу



## 5.5. Стартовые категории Н-4(2+2), Хобби-4

### 5.5.1. Медленный вальс

1.	Closed Changes – RF Closed Change (Natural to Reverse) – LF Closed Change (Reverse to Natural)	Закрытые перемены – Закрытая переменна с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая переменна с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)
2.	Natural Turn	Натуральный поворот
3.	Reverse Turn	Реверсивный поворот
4.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот

### 5.5.2. Быстрый фокстрот (Квикстеп)

1.	Quarter Turn to Right	Четвертной поворот вправо
2.	Quarter Turn to Left (Heel Pivot)	Четвертной поворот влево (Каблучный пивот)
3.	Natural Turn	Натуральный поворот
4.	Natural Turn with Hesitation	Натуральный поворот с хэзитэйшн
5.	Natural Pivot Turn	Натуральный пивот поворот
6.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот
7.	Progressive Chasse	Поступательное шассе
8.	Chasse Reverse Turn	Шассе реверсивный поворот
9.	Forward Lock (Forward Lock Step)	Лок вперед (Лок стэп вперед)
10.	Back Lock (Backward Lock Step)	Лок стэп назад (Лок назад)
11.	Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо
12.	Tipple Chasse to Right	Типпл шассе вправо

### 5.5.3. Самба

1.	Basic Movements – Natural – Reverse – Side – Progressive – Outside	Основные движения – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное – наружное
2.	Samba Whisks (Whisks to Left or to Right)	Виски (Самба виски) влево и вправо

3.	Samba Walks in PP (Promenade Samba Walks)	Самба ход в ПП (Променадный самба ход)
4.	Side Samba Walk	Самба ход в сторону
5.	Stationary Samba Walks	Самба ход на месте
6.	Travelling Bota Fogos	Бота фофо в продвижении
7.	Bota Fogos to Promenade and Counter Promenade Position (Promenade Botafogo)	Бота фофо в променад и контр променад (Променадная ботафофо)
8.	Criss Cross Bota Fogos (Shadow Bota Fogos)	Крисс кросс бота фофо (Теневые бота фофо)

#### **5.5.4. Ча-Ча-Ча**

1.	Basic Movements (Closed , Open, in Place)	Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте)
2.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
3.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right	Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо
4.	Underarm Turn to Left or Right	Поворот под рукой влево и вправо
5.	Time Step as Side Basic	Тайм стэп, как основное движение в сторону
6.	Hand to Hand	Рука к руке
7.	Cha Cha Cha Chasses and Alternatives: – Chasse to side – to Right and to Left – Compact Chasse – RF and LF Forward Lock – LF and RF Backward Lock	Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН
8.	Three Cha Cha Chas	Три ча-ча-ча
9.	Cross Basic	Кросс бэйсик

#### **5.6. Стартовые категории Н-5, Хобби-5**

##### **5.6.1. Медленный вальс**

1.	Closed Changes – RF Closed Change (Natural to Reverse) – LF Closed Change (Reverse to Natural)	Закрытые перемены – Закрытая переменная с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая переменная с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)
----	--	---

2.	Natural Turn	Натуральный поворот
3.	Reverse Turn	Реверсивный поворот
4.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот
5.	Whisk	Виск
6.	Chasse from PP	Шассе из ПП
7.	Hesitation Change	Перемена хэзитэйшн
8.	Outside Change	Наружная перемена
9.	Back Lock (Backward Lock Step)	Лок назад (Лок стэп назад)
10.	Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо

### 5.6.2. Быстрый фокстрот (Квикстеп)

1.	Quarter Turn to Right	Четвертной поворот вправо
2.	Quarter Turn to Left (Heel Pivot)	Четвертной поворот влево (Каблучный пивот)
3.	Natural Turn	Натуральный поворот
4.	Natural Turn with Hesitation	Натуральный поворот с хэзитэйшн
5.	Natural Pivot Turn	Натуральный пивот поворот
6.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот
7.	Progressive Chasse	Поступательное шассе
8.	Chasse Reverse Turn	Шассе реверсивный поворот
9.	Forward Lock (Forward Lock Step)	Лок вперед (Лок стэп вперед)
10.	Back Lock (Backward Lock Step)	Лок стэп назад (Лок назад)
11.	Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо
12.	Tipple Chasse to Right	Типпл шассе вправо

### 5.6.3. Самба

1.	Basic Movements – Natural – Reverse – Side – Progressive – Outside	Основные движения – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное – наружное
2.	Samba Whisks (Whisks to Left or to Right)	Виски (Самба виски) влево и вправо
3.	Samba Walks in PP (Promenade Samba Walks)	Самба ход в ПП (Променадный самба ход)

4.	Side Samba Walk	Самба ход в сторону
5.	Stationary Samba Walks	Самба ход на месте
6.	Travelling Bota Fogos	Бота фофо в продвижении
7.	Bota Fogos to Promenade and Counter Promenade Position (Promenade Botafogo)	Бота фофо в променад и контр променад (Променадная ботафофо)
8.	Criss Cross Bota Fogos (Shadow Bota Fogos)	Крисс кросс бота фофо (Теневые бота фофо)
9.	Whisks with Lady's Underarm Turn (Volta Spot Turn for Lady to Right or Left)	Виски с поворотом дамы под рукой (Вольта поворот дамы на месте вправо и влево)
10.	Criss Cross (Travelling Voltas to Right or Left)	Крисс кросс (Вольта в продвижении вправо и влево)
11.	Solo Spot Volta	Сольная вольта на месте

#### 564 ЧА-ЧА-ЧА

1.	Basic Movements (Closed , Open, in Place)	Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте)
2.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
3.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right	Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо
4.	Underarm Turn to Left or Right	Поворот под рукой влево и вправо
5.	Time Step as Side Basic	Тайм стэп, как основное движение в сторону
6.	Hand to Hand	Рука к руке
7.	Cha Cha Cha Chasses and Alternatives: – Chasse to side – to Right and to Left – Compact Chasse – RF and LF Forward Lock – LF and RF Backward Lock	Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН
8.	Three Cha Cha Chas	Три ча-ча-ча
9.	Cross Basic	Кросс бэйсик
6.	Shoulder to Shoulder	Плечо к плечу
12.	Fan	Веер
13.	Alemana	Алемана
14.	Hockey Stick	Хоккейная клюшка
20.	Turkish Towel	Турецкое полотенце

### 5.6.5. Джайв

1.	Basic in Place	Основное движение на месте
2.	Fallaway Rock (Basic in Fallaway)	Фоллэвэй рок (Основное движение из позиции фоллэвэй)
3.	Fallaway Throwaway	Фоллэвэй троуэвэй
4.	Link	Звено
5.	Change of Places Right to Left	Смена мест справа налево
6.	Change of Places Left to Right	Смена мест слева направо
7.	Stop and Go	Стоп энд гоу
7.	Change of Hands Behind Back	Смена рук за спиной
9.	American Spin	Американский спин
20.	Windmill	Ветряная мельница

### 5.7. Стартовые категории Н-6, Хобби-6

#### 5.7.1. Медленный вальс (Waltz)

1.	Closed Changes – RF Closed Change (Natural to Reverse) – LF Closed Change (Reverse to Natural)	Закрытые перемены – Закрытая переменна с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая переменна с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный)
2.	Natural Turn	Натуральный поворот
3.	Reverse Turn	Реверсивный поворот
4.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот
5.	Whisk	Виск
6.	Chasse from PP	Шассе из ПП
7.	Hesitation Change	Перемена хэзитэйшн
8.	Outside Change	Наружная переменна
9.	Reverse Corte	Левое кортэ
10.	Back Whisk	Виск назад
11.	Back Lock (Backward Lock Step)	Лок назад (Лок стэп назад)
12.	Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо
13.	Open Impetus (Open Impetus Turn)	Открытый импетус (Открытый импетус поворот)
14.	Weave from PP	Плетение из ПП
15.	Drag Hesitation	Дрэг хэзитэйшн

### 5.7.2. Венский вальс (Viennese Waltz)

1.	Natural Turn	Натуральный поворот
2.	Reverse Turn	Реверсивный поворот
3.	RF Forward Change Step (Forward Change Step – Natural to Reverse)	Перемена вперед из правого поворота в левый
4.	LF Forward Change Step (Forward Change Step – Reverse to Natural)	Перемена вперед из левого поворота в правый
5.	RF Backward Change Step (Backward Change Step – Natural to Reverse)	Перемена назад из натурального поворота в реверсивный
6.	LF Backward Change Step (Backward Change Step – Reverse to Natural)	Перемена назад из реверсивного поворота в натуральный

### 5.7.3. Быстрый фокстрот/Квикстеп (Quickstep)

1.	Quarter Turn to Right	Четвертной поворот вправо
2.	Quarter Turn to Left (Heel Pivot)	Четвертной поворот влево (Каблучный пивот)
3.	Natural Turn	Натуральный поворот
4.	Natural Turn with Hesitation	Натуральный поворот с хэзитэйшн
5.	Natural Pivot Turn	Натуральный пивот поворот
6.	Natural Spin Turn	Натуральный спин поворот
7.	Progressive Chasse	Поступательное шассе
8.	Chasse Reverse Turn	Шассе реверсивный поворот
9.	Forward Lock (Forward Lock Step)	Лок вперед (Лок стэп вперед)
10.	Back Lock (Backward Lock Step)	Лок стэп назад (Лок назад)
11.	Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо
12.	Tipple Chasse to Right	Типпл шассе вправо
13.	Running Finish	Бегущее окончание с окончанием в закрытой позиции
14.	Outside Change	Наружная перемена
15.	Cross Chasse	Кросс шассе
16.	Tipple Chasse to Left	Типпл шассе влево
17.	V6	Ви 6

#### 5.7.4. Самба (Samba)

1.	Basic Movements – Natural – Reverse – Side – Progressive – Outside	Основные движения – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное – наружное
2.	Samba Whisks (Whisks to Left or to Right)	Виски (Самба виски) влево и вправо
3.	Whisks with Lady's Underarm Turn (Volta Spot Turn for Lady to Right or Left)	Виски с поворотом дамы под рукой (Вольта поворот дамы на месте вправо и влево)
4.	Samba Walks in PP (Promenade Samba Walks)	Самба ход в ПП (Променадный самба ход)
5.	Side Samba Walk	Самба ход в сторону
6.	Stationary Samba Walks	Самба ход на месте
7.	Travelling Volta to Right or Left in Closed Hold (Simple Volta to Right or Left in Close Hold)	Вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции (Простая вольта вправо и влево в закрытой позиции)
8.	Travelling Bota Fogos – Forward – Back	Бота фого в продвижении – вперед – назад
9.	Criss Cross Bota Fogos (Shadow Bota Fogos)	Крисс кросс бота фого (Теневые бота фого)
10.	Bota Fogos to Promenade and Counter Promenade Position (Promenade Botafogo)	Бота фого в променади контр променади (Променадная ботафого)
11.	Criss Cross (Travelling Voltas to Right or Left)	Крисс кросс (Вольта в продвижении вправо и влево)
12.	Solo Spot Volta	Сольная вольта на месте
13.	Reverse Turn	Левый поворот
14.	Plait	Коса
15.	Rolling off the Arm	Раскручивание

#### 5.7.5. Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha)

1.	Cha Cha Cha Chasses and Alternatives: – Chasse to side – to Right and to Left – Compact Chasse – RF and LF Forward Lock – LF and RF Backward Lock – Ronde Chasse – Twist Chasse (Hip Twist Chasse) – Slip Chasse (Slip-Close Chasse)	Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН – Рондшассе – Твист шассе (Хип твист шассе) – Слип шассе (Слип-клоус шассе)
----	---	---

2.	Basic Movements (Closed, Open)	Основные движения (в закрытой позиции и в открытой позиции)
3.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
4.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or to Right	Поворот на месте (Поворот-переключатель) влево и вправо
5.	Underarm Turn to Left or Right	Поворот под рукой влево и вправо
6.	Shoulder to Shoulder	Плечо к плечу
7.	Hand to Hand	Рука к руке
8.	Three Cha Cha Chas	Три ча-ча-ча
9.	Side Steps (To Left or Right)	Шаги в сторону (влево и вправо)
10.	There And Back	Туда и обратно
11.	Time Steps - as Side Basic - with Cuban Cross (Latin Cross)	Тайм стэпы - как Основное движение в сторону - с кубинским кроссом (латинским кроссом)
12.	Fan	Веер
13.	Alemana	Алемана
14.	Hockey Stick	Хоккейная клюшка
15.	Natural Opening Out Movement	Натуральное раскрытие
16.	Closed Hip Twist	Закрытый хип твист
17.	Open Hip Twist	Открытый хип твист
18.	Cuban Break - Cuban Break in Open Position - Cuban Break in Open CPP	Кубинский брэйк - Кубинский брэйк в открытой позиции - Кубинский брэйк в открытой контр ПП
19.	Split Cuban Break - Split Cuban Break in Open PP - Split Cuban Break in Open CPP	Дробный кубинский брэйк - Дробный кубинский брэйк в открытой ПП - Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП
20.	Turkish Towel	Турецкое полотенце

#### 5.7.6. Джайв (Jive)

1.	Basic in Place	Основное движение на месте
2.	Fallaway Rock (Basic in Fallaway)	Фоллэвэй рок (Основное движение из позиции фоллэвэй)
3.	Fallaway Throwaway	Фоллэвэй троуэвэй
4.	Link	Звено



5.	Double Link	Двойное звено
6.	Change of Places Right to Left	Смена мест справа налево
7.	Change of Places Left to Right	Смена мест слева направо
8.	Change of Hands Behind Back	Смена рук за спиной
9.	Hip Bump (Left Shoulder Shove)	Удар бедром (Толчок левым плечом)
10.	American Spin	Американский спин
11.	Stop and Go	Стоп энд гоу
12.	Whip	Хлыст
13.	Double Whip (Double Cross Whip)	Двойной хлыст (Двойной кросс хлыст)
14.	Whip Throwaway	Хлыст троуэвэй
15.	Double Whip Throwaway	Двойной хлыст троуэвэй
16.	Toe Hill Swivels	Тоу хил свивлз (Носок – каблук свивлы)
17.	Promenade Walks (Slow and Quick) Walks	Променадный ход (медленный и быстрый) Шаги
18.	Rolling off the Arm	Раскручивание
19.	Windmill	Ветряная мельница

## 5.8. Стартовая категория Хобби-8

5.8.1. Перечень фигур в танцах: Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Самба, Ча-Ча-Ча, Джайв соответствует стартовой категории Хобби-6.

### 5.8.2. Танго (Tango)

1.	Walk	Ход
2.	Progressive Side Step	Поступательный боковой шаг
3.	Progressive Link	Поступательное звено
4.	Closed Promenade	Закрытый променад
5.	Open Finish	Открытое окончание
6.	Open Promenade	Открытый променад
7.	Rock Turn (Natural Rock Turn)	Рок поворот (Натуральный рок поворот)
8.	Open Reverse Turn, Lady Outside (Closed Finish or Open Finish)	Открытый реверсивный поворот, дама – сбоку (с закрытым или открытым окончанием)
9.	Open Reverse Turn, Lady in Line (Closed Finish or Open Finish)	Открытый реверсивный поворот, дама в линии (с закрытым или открытым окончанием)
10.	Basic Reverse Turn	Основной реверсивный поворот
11.	Back Corte	Кортэ назад

12.	Progressive Side Step Reverse Turn	Реверсивный поворот на поступательном боковом шаге
13.	Methods of Preceding Any Promenade Figure	Методы выхода в ПП
14.	Rock Back on RF	Рок назад на ПН
15.	Rock Back on LF	Рок назад на ЛН
16.	Natural Twist Turn	Натуральный твист поворот
17.	Natural Promenade Turn - Natural Promenade Turn Into Rock Turn	Натуральный променадный поворот Натуральный променадный поворот в рок поворот

### **5.8.3. Румба (Rumba)**

1.	Basic Movements (Closed, Open)	Основные движения (в закрытой позиции и в открытой позиции)
2.	Alternative Basic Movements	Альтернативные основные движения
3.	Cucarachas	Кукарача
4.	New York (Check from Open CPP and Open PP)	Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП)
5.	Spot Turn (Switch Turn) to Left or Right	Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо
6.	Underarm Turn to Right or Left	Поворот под рукой вправо и влево
7.	Shoulder to Shoulder	Плечо к плечу
8.	Hand to Hand	Рука к руке
9.	Advanced Opening Out Movement	Усложненное раскрытие
10.	Side Steps to Left or Right	Шаги в сторону влево и вправо
11.	Side Steps and Cucarachas	Шаги в сторону и кукарача
12.	Cuban Rocks в ритме «2.3.4.1»	Кубинские роки в ритме «2.3.4.1»
13.	Fan	Веер
14.	Alemana	Алемана
15.	Hockey Stick	Хоккейная клюшка
16.	Natural Top	Натуральный волчок
17.	Opening Out to Right and Left	Раскрытие вправо и влево
18.	Natural Opening Out Movement (Natural Opening Out to Right)	Натуральное раскрытие вправо
19.	Closed Hip Twist в редакции [1]	Закрытый хип твист
20.	Open Hip Twist	Открытый хип твист

## 5.9. Стартовая категория Хобби-10

5.9.1. Перечень фигур в танцах: Медленный вальс, Венский вальс, Танго, Квикстеп, Самба, Ча-Ча-Ча, Румба, Джайв соответствует стартовой категории Хобби-8.

### 5.9.2. Медленный фокстрот (Foxtrot)

1.	Feather (Feather Step)	Перо (Перо шаг)
2.	Three Step	Тройной шаг
3.	Natural Turn	Натуральный поворот
4.	Reverse Turn	Реверсивный поворот
5.	Feather Finish	Перо окончание
6.	Closed Impetus (Impetus Turn)	Закрытый импетус (Импетус поворот)
7.	Natural Weave	Натуральное плетение
8.	Change of Direction	Смена направления
9.	Basic Weave (Weave)	Основное плетение (Плетение)
10.	Closed Telemark (Telemark)	Закрытый тэлемарк (Тэлемарк)
11.	Open Telemark	Открытый тэлемарк
12.	Feather Ending	Перо из ПП
13.	Open Natural Turn from PP (Passing Natural Turn from PP)	Открытый натуральный поворот из ПП (Проходящий натуральный поворот из ПП)
14.	Outside Swivel	Наружный свивл
15.	Top Spin	Топ спин
16.	Hover Feather	Ховер перо
17.	Hover Telemark	Ховер тэлемарк
18.	Natural Telemark	Натуральный тэлемарк
19.	Hover Cross	Ховер кросс
20.	Open Impetus (Open Impetus Turn)	Открытый импетус (Открытый импетус поворот)
21.	Weave from PP	Плетение из ПП

### 5.9.3. Пасодобль (Paso Doble)

1.	Appel	Аппэль
2.	Syncopated Appel	Синкопированный аппэль
3.	Sur Place	На месте

4.	Basic Movement	Основное движение
5.	Chasses to Right or Left (including Elevations)	Шассе вправо и влево (с подъемом и без подъема)
6.	Drag	Дрэг
7.	Displacement (also Attack)	Перемещение (включая Атаку)
8.	Promenade Link	Променадное звено
9.	Promenade Close	Променадная приставка
10.	Promenade	Променад
11.	Ecart (Fallaway Whisk)	Экар (Фоллэвэй виск)
12.	Separation	Разъединение
13.	Separation with Lady's Caping Walks	Разъединение с обходом дамы вокруг мужчины (движение типа «плащ»)
14.	Separation with Lady's Caping Walks to Fallaway Whisk	Разъединение с обходом дамы вокруг мужчины (движение типа «плащ») в Фоллэвэй виск
15.	Separation with Fallaway Ending (Separation to Fallaway Whisk)	Разъединение с фоллэвэй-окончанием (Разъединение в фоллэвэй виск)
16.	Fallaway Ending to Separation	Фоллэвей-окончание к разъединению
17.	Huit	Восемь
18.	Sixteen	Шестнадцать
19.	Promenade to Counter Promenade	Променад в контр променад
20.	Grand Circle	Большой круг

## 6. Костюмы участников соревнований

Участники соревнований по программе массовый спорт должны иметь соответствующие костюмы.

### 6.1. Партнер. Стандарт и латина

6.1.1. Черные брюки, простая белая сорочка с длинными рукавами, обычным воротником (не фрачным). Черный галстук или бабочка. Возможен черный ремень с металлической пряжкой, металлическая заколка для галстука, запонки. Рубашка должна быть заправлена в брюки.

6.1.2. Туфли – черные на низком каблуке с черными носками.

6.1.3. Не разрешаются украшения, грим, отделка костюма.

6.1.4. Длинные волосы (достающие до воротника сорочки) должны быть забраны в хвост.

6.1.5. В классификационной группе «Хобби» костюм партнера должен соответствовать «Правилам спортивного костюма СТСП», если не сказано иначе в Положении о массовом спорте проводящей данный турнир региональной организации СТСП в субъекте РФ.

## **6.2. Партнерша. Стандарт и латина**

Одно платье на обе программы без стилизации под какую-либо программу. Возможные варианты фасонов платьев смотрите по Правилам СТСП.

6.2.1. Разрешается:

6.2.1.1. Использование цветных тканей;

6.2.1.2. Использование комбинаций различных цветов тканей, кружевных материалов;

6.2.1.3. Отделка костюма без мерцающих эффектов;

6.2.1.4. Использование украшений для волос в виде бантов, заколок и цветов без мерцающего эффекта.

6.2.1.5. Использовать туфли с плоским блочным каблуком, кубинский каблук или тонкий не более 5 см.;

6.2.1.6. Использовать колготы только телесного цвета.

6.2.2. Не разрешается:

6.2.2.1. Использовать металлитовые ткани, и ткани телесного цвета;

6.2.2.2. Использовать платья с шарфами, шлейфами и глубокими вырезами;

6.2.2.3. Применять отделку с использованием блесков, камней, бисера, стекляруса, жемчуга, пуха, перьев и т.п.;

6.2.2.4. Делать сложные высокие прически, накладные волосы, парики, шиньоны, цветные и блестящие лаки;

6.2.2.5. Использовать макияж;

6.2.2.6. Использовать любые украшения с мерцающими эффектами;

6.2.2.7. Использовать колготки в сеточку.

6.2.3. В классификационной группе «Хобби» костюм партнерши должен соответствовать «Правилам спортивного костюма СТСП», если не сказано иначе в Положении о массовом спорте проводящей данный турнир региональной организации СТСП в субъекте РФ.

## 7. Проведение соревнований

- 7.1. Соревнования проводятся как для спортивных пар, так и для отдельных спортсменов в соответствии с Положением.
- 7.2. Исполнители оцениваются по балльной системе(1,2,3), где 3 наивысший балл.
- 7.3. При проведении соревнований должны быть разделены на заходы в количестве не более 8 пар или 15 отдельных спортсменов.
- 7.4. Итоговый результат определяется по формуле:

$$R = \frac{S}{N} ,$$

где: R - результат участника или пары, S - сумма баллов, полученных участником или парой во всех танцах от всех судей, N - количество судей, оценивавших выступление участника или пары.

- 7.5. Результат вносится в классификационную книжку спортсмена и ставится флажок, соответствующий количеству набранных в данном соревновании баллов согласно таблице №3.

Табл.№3.

2 танца	3 танца	4 танца	5 танцев	6 танцев	8 танцев	10 танцев	флажок
5-6 баллов	8-9 баллов	10-12 баллов	12-15 баллов	15-18 баллов	20-24 баллов	25-30 баллов	красный
3-4 балла	6-7 баллов	7-9 баллов	8-11 баллов	9-14 баллов	13-19 баллов	16-24 баллов	желтый
2 балла	3-5 баллов	4-6 баллов	5-7 баллов	6-8 баллов	8-12 баллов	10-15 баллов	зеленый

- 7.6. Допускается проведение соревнований по отдельным танцам и многоборью, по спортивной (скейтинг) системе. (Раздел 8. Кубковые соревнования.)
- 7.7. В одном соревновании разрешается выступление не только в своей стартовой категории, но и на 1 категорию выше.
- 7.7.1. Запрещается участие в соревнованиях по более низкой стартовой категории.
- 7.7.2. Разрешается участие во всех формах массовых соревнований конкретной стартовой категории в рамках одного мероприятия.

- 7.8. В любой программе соревнований не допускается объединение солистов и танцевальных пар в одну стартовую группу.
- 7.9. При включении в одно отделение более одной стартовой категории, временной интервал на это отделение должен обеспечивать возможность проведения всех этапов соревнования от первого выхода участников на паркет до ухода с паркета после награждения.
- 7.10. За соблюдение правил проведения соревнования отвечают главный судья и организатор. За своевременную подачу протокола в электронном виде (включая протокол главного судьи) несёт ответственность главный судья.
- 7.11. Соревнования по программе массовый спорт оценивают судьи из коллегии судей СТСП.

## **8. Кубковые соревнования**

- 8.1. В системе массового спорта могут организовываться кубковые соревнования по спортивной (скейтинг) системе:
  - 8.1.1. Кубки массового спорта по любому из танцев, входящих в данную стартовую категорию;
  - 8.1.2. Кубки массового спорта по латине или стандарту с включением в программу только тех танцев, которые входят в данную стартовую категорию;
  - 8.1.3. Абсолютные кубки, включающие в себя все танцы данной стартовой категории.
- 8.2. Система начисления очков и/или бонусов для участников кубковых соревнований формируется каждой региональной организацией СТСП в субъекте РФ самостоятельно в полном соответствии со сложившимися условиями проведения турниров по массовому спорту.
- 8.3. Победители таких соревнований должны награждаться кубком (кубками), призеры – медалями, финалисты – грамотами.
- 8.4. Кубковые соревнования должны проводиться по форме, способствующей выработке у начинающих исполнителей стремления к дальнейшему спортивному самосовершенствованию в системе соревнований спорта высших достижений.
- 8.5. Кубковые соревнования не должны вытеснять традиционные соревнования по массовому спорту, а только их дополнять и совершенствовать.

8.6. В рамках отделения разрешается группировать традиционные соревнования вместе с кубковыми соревнованиями в соответствии с возрастной категорией участников.

## **9. Продолжительность и характер музыкального сопровождения**

9.1. Продолжительность звучания музыки в одном танце на соревнованиях минимум 1,5 минуты, максимум 2 минуты.

9.2. На соревнованиях по массовому спорту используется только инструментальная музыка без вокала с четким ритмом.

9.3. Допустимые темпы музыкального сопровождения танцев (количество тактов в минуту) согласно таблице №4:

**Табл.№4.**

<b>МВ</b>	28-30	<b>С</b>	50-52
<b>Т</b>	31-33	<b>Ч</b>	30-32
<b>ВВ</b>	58-60	<b>Р</b>	25-27
<b>МФ</b>	28-30	<b>П</b>	60-62
<b>БФ</b>	50-52	<b>Д</b>	42-44
<b>Полька</b>	60-62	<b>Вару-вару</b>	58-60

## **10. Допуск к соревнованиям**

10.1. Регистрация участников проводится по классификационным книжкам спортсмена, в соответствии со стартовой категорией участника.

10.2. Регистрация каждой стартовой категории может проводиться в заранее определенном программой соревнований временном промежутке, указанном в анонсе мероприятия.

10.3. Для обеспечения соблюдения соответствующих норм проведения мероприятия организатор обязан не допускать к соревнованиям участников сверх лимита определенного рамками турнира.



## 11. Список литературы

### 11.1. Основная:

- "Technique of Ballroom Dancing" – Guy Howard, 6-е издание, 2011 г.
- "Viennese Waltz", WDSF, Luca Bussoletti, Tjasa Vulic, 2011 г.
- "The Technique of Latin Dancing" – Walter Laird, The Commemorative Edition 2009 г.

### 11.2. Дополнительная:

- "The Ballroom Technique", ISTD, 1994 г.
- " Viennese Waltz", B.D.C. Recommended version 2001 г.
- "Latin American" – ISTD, (5 книг)
  1. "Rumba", 1998 г.
  2. "Cha-cha-cha", 2003 г.
  3. "Paso Doble", 1999 г.
  4. "Samba", 2002 г.
  5. "Jive", 2002 г.

Президиум ООСО  
«Союз танцевального спорта России»  
«28» января 2013 года.