



# REGLEMENT TECHNIQUE & SPORTIF 2024/2025

Discipline Pole Sport & Cerceau Sport

## Table des matières

<b>RÈGLEMENT TECHNIQUE</b>	<b>3</b>
CHAPITRE 1 – PRESENTATION	3
1. GENERALITES	3
2. PRESENTATION DE LA DISCIPLINE	3
CHAPITRE 2 - TYPES D'ÉPREUVES ET CATEGORIES D'ÂGE	4
1. CATEGORIES	4
2. DIVISIONS .....	4
CHAPITRE 3 – MUSIQUES, TENUES	6
1. CHOIX MUSICAL	6
2. COSTUMES	6
3. COIFFURES ACCESSOIRES ET PRODUITS DIVERS	7
CHAPITRE 4 – DEROULEMENT DE LA COMPETITION	8
1. LES BARRES OU POLES	9
2. LES CERCEAUX .....	9
3. UTILISATION D'UN PAREUR.....	9
CHAPITRE 5 – CRITERES DE JUGEMENT	9
1. ARTISTIQUE	11
2. EXECUTION .....	12
3. DIFFICULTES	12
<b>RÈGLEMENT SPORTIF</b>	<b>13</b>
CHAPITRE 6 – DISPOSITIONS GENERALES	11
1. ACCESSIBILITE A LA COMPETITION	11
2. TYPE DE COMPETITIONS OUVERTES	12
3. INSCRIPTIONS ET DESISTEMENTS	12
4. CLASSEMENT ET ATTRIBUTION DES TITRES	13
CHAPITRE 7 – REGLEMENT DES JUGES	14
1. COMPOSITION D'UN CORPS ARBITRAL	14
2. SYSTEME DE NOTATION	14

# RÈGLEMENT TECHNIQUE

## CHAPITRE 1 – PRESENTATION

### 1. GENERALITES

Le présent règlement s'applique à toutes les compétitions sous l'égide de la Fédération Française de Danse. Il est valable tout au long de la saison de compétition.

Pour certaines raisons (modification du règlement international par exemple), ce règlement pourrait être modifié en cours de saison et sa nouvelle version serait applicable dès sa diffusion.

Lors des compétitions, des modifications mineures peuvent être décidées par le juge arbitre après accord de l'ensemble des membres du corps arbitral présent.

### 2. PRESENTATION DE LA DISCIPLINE

La pole dance est un mélange de danse, de figures aériennes et d'acrobaties, essentiellement autour de et sur une ou plusieurs barres métalliques verticales, généralement d'un diamètre de 38 à 45 millimètres. Ces barres peuvent être fixes, ou bien tourner librement autour de leur axe, en fonction de la poussée exercée par la danseuse ou le danseur.

C'est une discipline gymnique extrêmement physique, officiellement reconnue depuis peu en tant que sport en Europe. Elle exige une force et une souplesse réelles pour évoluer librement et avec grâce, mais elle peut également prendre une forme très artistique et créative.

La discipline POLE regroupe les styles suivants :

- POLE DANCE, mettant en avant les qualités artistiques et chorégraphiques du danseur, sans pour autant oublier les techniques aériennes et acrobatiques
- POLE SPORT, dans lequel sont recherchées avant tout les qualités physiques et gymniques de l'athlète. (Cette dernière s'appuie sur un règlement spécifique dédié, le Code de Pointage POSA).

Les Championnats de France de Pole Dance et de Pole Sport seuls permettent aux poleuses et poleurs français de se qualifier pour le World Pole Art et pour le World Pole Sports POSA (World Pole Sports & Art Federation), sauf dérogation spéciale détaillée dans le Règlement Sportif, au chapitre 6 "Accessibilité".

## CHAPITRE 2 - TYPES D'ÉPREUVES ET CATEGORIES D'ÂGE

### 1. CATEGORIES

#### **Solo :**

- Junior 1 mixte 10-14 ans
- Junior 2 mixte 15-17 ans
- Adultes hommes 16-39 ans
- Adultes femmes 18-39 ans
- Master 1, femmes 40-49 ans
- Master 1, hommes 40-49 ans
- Master 2 femmes 50 et plus
- Master 2 hommes 50 et plus

#### **Duo et trio (femmes, hommes, mixtes) :**

- Doubles et trios junior 1 mixte (10-14 ans)
- Doubles et trios junior 2 mixte (15-17 ans)
- Doubles mixtes (1 athlète Junior 2 & 1 athlète adulte)
- Doubles adultes (18 ans et plus, Masters 1 & 2 compris)
- Trios adultes ( 15 ans et plus)

L'âge pris en compte est l'âge obtenu durant l'année civile (ex : si la compétition est le 25 janvier et que le concurrent a 18 ans le 3 mai, il participera dans la catégorie adulte).

### 2. DIVISIONS

#### **Amateur :**

- Un athlète amateur présente 5 éléments sur sa Difficulty Sheet
- La valeur des éléments est comprise entre 0.1 et 0.4 en Junior 1 et Master 50.
- La valeur des éléments est comprise entre 0.1 et 0.5 pour les autres catégories
- Un élément bonus d'une valeur supérieure peut être ajouté sur la DS

#### **Elite :**

- Un athlète élite présente 10 éléments sur sa DS en solo ; 5 pour les duos et trios
- La valeur des éléments est comprise entre 0.1 et 0.7 en Junior 1
- La valeur des éléments est comprise entre 0.2 et 0.9 en Junior 2 (solos et duos)
- La valeur des éléments est comprise entre 0.2 et 0.7 en Master 40
- La valeur des éléments est comprise entre 0.2 et 1.0 en Master 50
- La valeur des éléments est comprise entre 0.3 et 1.0 en Adultes (solos, duos et trios)

#### **Parapole :**

- Les athlètes parapole n'ont pas de Difficulty Sheet à remplir
- Aucun élément n'est imposé

## Définition des sous catégories de Parapole

Les critères minimums d'handicap et les sous-catégories de Parapole sont identiques à celle de la POSA (Code de Pointage) :

- Déficiência visuelle  
La vision est affectée par une déficiencia de la structure de l'œil, des nerfs optiques ou des voies optiques, ou du cortex visuel du système nerveux central.
- Altération de la capacité musculaire  
Les déficiencias de cette catégorie ont en commun une force réduite générée par la contraction d'un muscle ou de groupes de muscles, comme les muscles d'un membre, d'un côté du corps ou de la moitié inférieure du corps. Les exemples d'affections incluses dans cette catégorie sont la paraplégie et la quadriplégie, la dystrophie musculaire, la post-poliomyélite et le spina-bifida.
- Altération de l'amplitude des mouvements  
L'amplitude des mouvements d'une ou plusieurs articulations est réduite de manière systématique, par exemple en raison d'une arthrogrypose. Toutefois, l'hypermobilité des articulations, l'instabilité articulaire et les affections aiguës entraînant une réduction de l'amplitude des mouvements, comme l'arthrite, ne sont pas considérées comme des déficiencias admissibles.
- Déficiência d'un membre  
Il y a une absence totale ou partielle d'os ou d'articulations à la suite d'un traumatisme (par exemple une amputation traumatique), d'une maladie (par exemple un cancer des os) ou d'une déficiencia congénitale des membres (par exemple une dysmélie)
- Différence de longueur des jambes  
En raison d'une déficiencia congénitale ou d'un traumatisme, le déficit osseux se produit dans une seule jambe.
- Petite taille  
La taille verticale est réduite en raison de dimensions anormales des os des membres supérieurs et inférieurs ou du tronc, par exemple en raison d'une achondroplasie ou d'un dysfonctionnement de l'hormone de croissance.
- Hypertonie  
L'hypertonie est une affection marquée par une augmentation anormale de la tension musculaire et une réduction de la capacité d'étirement d'un muscle. L'hypertonie peut résulter d'une blessure, d'une maladie ou d'une affection impliquant des dommages au système nerveux central. Lorsque cette affection se manifeste chez des enfants de moins de deux ans, on parle souvent d'infirmité motrice cérébrale, mais elle peut aussi être due à une lésion cérébrale (par exemple, un accident vasculaire cérébral ou un traumatisme) ou à la sclérose en plaques.

- Ataxia

L'ataxie est un signe et un symptôme neurologique qui consiste en un manque de coordination des mouvements musculaires. Lorsque cette affection se manifeste chez des enfants de moins de deux (2) ans, on utilise souvent le terme d'infirmité motrice cérébrale, mais elle peut aussi être due à une lésion cérébrale (par exemple, un accident vasculaire cérébral ou un traumatisme) ou à la sclérose en plaques.

- Athetosis

Peut varier d'un dysfonctionnement moteur léger à grave. Elle se caractérise généralement par des mouvements déséquilibrés et involontaires et par une difficulté à maintenir une posture symétrique. Lorsque l'affection survient chez des enfants de moins de deux ans, on utilise souvent le terme d'infirmité motrice cérébrale, mais elle peut également être due à une lésion cérébrale (par exemple, un accident vasculaire cérébral ou un traumatisme).

## CHAPITRE 3 – MUSIQUES, TENUES ET PÉNALITÉS

### 1. CHOIX MUSICAL

- Les concurrents peuvent choisir librement leur accompagnement musical, qui peut être un montage de morceaux différents de divers artistes, ou un morceau unique.
- Dans les divisions Amateur et Parapole, la durée de la musique est comprise entre 3min20s et 3min30s quelle que soit la catégorie d'âge . En division Elite la durée est comprise entre 3min20s et 3m30s pour les catégories Juniores et entre 3min50s et 4 minutes pour les Adultes et Master.
- L'originalité du choix musical et l'harmonie entre la chorégraphie et la musique seront particulièrement appréciées.
- Chaque candidat devra envoyer sa musique, dans sa version finale (morceau original ou montage), au plus tard 15 jours avant la compétition.

### 2. COSTUMES

Le costume peut être simple, voire sobre, mais il doit y avoir un costume, car il fait partie intégrante de la présentation lors de la performance.

- L'adéquation entre ce costume et l'expression générale lors de la performance sera prise en compte par le jury dans la note artistique « présentation ».
- Les costumes doivent être en une ou deux pièces. Aucun élément ne pourra être enlevé du costume durant la performance.
- Les transparences dans le costume sont admises tant qu'elles ne concernent pas la poitrine, les fesses ou la région pubienne. La nudité de ces mêmes zones (exceptée la poitrine pour les hommes) durant la performance donnera lieu à la disqualification immédiate du concurrent. Pour la même raison, sont interdits les strings ou les « bas de bikini » sauf s'ils sont de style « shorty » Les brassières et hauts type soutien- gorge, s'ils sont suffisamment couvrants et opaques, sont acceptés.
- Les pantalons et leggings, les bottes et chaussures montant au-dessus de la cheville, ainsi que les vêtements en cuir, simili cuir ou vinyle (ainsi que rubber, latex, PVC...) sont interdits, car ils donnent un avantage certain en termes de prises sur la barre, par rapport aux autres candidats.
- Pour cette même raison, les gants et les mitaines sont interdits, sauf éventuellement pour les cas d'hyperhydrose des mains importante et avérée, attestée par certificat médical.
- L'utilisation de ruban adhésif ou de colle spéciale permettant au vêtement de rester en place pendant tout le show est recommandée.

### 3. COIFFURES, ACCESSOIRES ET PRODUITS DIVERS

#### a) COIFFURES

- Les cheveux doivent être attachés serrés sur la tête, la natte ou la queue de cheval sont autorisées, mais leur longueur ne doit pas dépasser les épaules. Le visage doit être clairement visible sans aucun élément perturbateur
- Le maquillage est autorisé autour des yeux et au dessus des pommettes , et ne doit pas couvrir tout le visage

#### b) ACCESSOIRES

- Les accessoires sont strictement interdits en compétition.
- Les chaussures sont strictement interdites en compétition

#### c) PRODUITS DIVERS

- Les produits à base de magnésie, poudres et lotions, permettant une meilleure prise en réduisant la transpiration, notamment au niveau des mains, sont autorisés (grip aids). Tous les produits collants, qu'ils soient sous forme de résine, spray ou lotion sont interdits.
- Aucune colle n'est autorisée, car il faut ensuite beaucoup de temps et des produits abrasifs pour l'éliminer de la surface des barres, ce qui est impossible pendant une compétition. De plus, ces produits deviennent vite contre productifs, et pénalisent ensuite les autres candidats, en se déposant sur les barres, et sont trop difficiles à éliminer totalement dans le temps imparti. **Le non-respect de cette règle, signalé par les pole cleaners, mènera à la disqualification immédiate du concurrent incriminé.**



## CHAPITRE 4 – DEROULEMENT DE LA COMPETITION

### 1. LES BARRES OU POLES

Deux poles seront disposées sur la scène pendant la compétition, l'une en mode statique (ne tournant pas sur elle-même) et l'autre en mode « spinning » ou rotatif, tournant librement sur son axe dans les deux sens.

- Quand on se situe face à la scène, dans le public, la barre en spinning se situe à droite, et la barre statique à gauche.
- Ce seront des barres, en chrome, en acier inoxydable (stainless steel) ou en laiton, de 45 millimètres de diamètre. Les barres seront espacées de 3 mètres ,et mesurent 4 mètres de hauteur.
- Les barres doivent impérativement provenir d'une marque professionnelle de barres de pole dance, et être dépourvues du système X-Lock.
- Les deux barres devront être utilisées par chaque concurrent de manière équilibrée au cours de la performance.

### 2. LES CERCEAUX

Un cerceau sera disposé sur la scène pendant la compétition, placé au centre de la scène, et équipé d'un émerillon permettant le mode spinning, ainsi que d'une élingue permettant de régler la hauteur.

- L'athlète peut utiliser son propre cerceau s'il le souhaite. Le matériel d'accroche (élingue, émerillon) ainsi que la mise en place est gérée uniquement par l'organisation.
- L'athlète qui souhaite utiliser un cerceau fournit par l'organisation devra se mettre en relation avec l'organisation en amont de la compétition.
- Le cerceau utilisé doit obligatoirement être recouvert de tape.
- Un crashmat situé sous le cerceau durant toute la durée de la performance est obligatoire.

### 3.UTILISATION D'UN PAREUR

Dans les catégories Juniores l'utilisation d'un pareur n'est pas obligatoire mais conseillée.

Les pareurs se tiennent dans le fond de scène, et peuvent se rapprocher lors de l'exécution de mouvement à risque.

Aucun contact ou instruction orale n'est autorisée de la part du pareur, sauf intervention en cas d'accident.

Chaque contact entre le pareur et l'athlète entraîne une déduction de points.

En cas d'accident durant lequel le pareur intervient, le Head judge peut soit stopper et disqualifier la performance, soit donner une déduction de points.

Le pareur peut également interrompre la performance s'il estime que cela est nécessaire.

### 4.FEUILLE DE DIFFICULTES

Chaque athlète doit remplir sa Feuille de Difficultés (DS) avant la compétition et la faire parvenir à l'organisation dans le délai imparti (hors division Parapole).

Le choix des éléments doit correspondre aux exigences de la division choisie et à la catégorie d'âge de l'athlète (nombre d'éléments, valeur des éléments, bonus autorisés).

Lors de la routine sur scène, l'athlète doit effectuer les éléments de la DS dans l'ordre où il les a noté pour que les éléments soient validés par les juges de Difficultés.

En dehors des éléments de la DS, l'athlète peut effectuer les figures de son choix. Ces figures entreront dans la notation artistique (intensité, difficulté de la chorégraphie ...).

Une DS mal remplie, incomplète ou absente entraîne des pénalités attribuées par le Head Judge. Une attention particulière doit donc être portée avant l'envoi de la DS.

## CHAPITRE 5 – CRITERES DE JUGEMENT

Les juges inscrivent des points sur les feuilles de juges de la POSA

Les points, donnés par les juges, sont des notes de valeurs (et non d'appréciation) qui correspondent à des critères précis évaluant ainsi l'ensemble des qualités que les danseurs doivent avoir.

La note doit être détaillée. Dans tous les cas, le président du jury pourra demander à un juge de justifier une note attribuée à un athlète.

Les notes sont annoncées directement lors de la compétition à chaque athlète, après le passage de l'athlète suivant. Durant l'attente de ses notes l'athlète s'installe dans la zone dédiée à côté de la scène (Kiss & Cry)

### 1. ARTISTIQUE

La présentation artistique est la manière dont l'athlète s'exprime et se présente aux juges. Les juges évalueront la capacité de l'athlète à transmettre des émotions et des expressions à travers le mouvement. L'athlète doit être engageant, divertissant, expressif et faire preuve d'une grande présence sur scène dans chaque élément de sa routine à la pole et au sol. L'athlète doit créer une routine originale et faire preuve d'un style unique. La routine générale doit être fluide et sans effort, en s'assurant que les hauts et les bas (nuances) sont démontrés. La présentation de la chorégraphie est définie par tous les mouvements effectués autour de la pole, sur la surface de la scène, mais sans contact avec la pole. Les juges évalueront la capacité de l'athlète à entreprendre une chorégraphie exécutée avec imagination, fluidité et style

- Créativité et complexité de la routine
- Originalité de la présentation
- Originalité des transitions entre les mouvements et confiance en soi
- Créativité et complexité des transitions et des éléments
- Interprétation de la musique, expressions corporelles et faciales
- Présence scénique et charisme
- Pour les doubles et trios : Originalité et créativité des portés proposés
- Utilisation de l'espace scénique
- Dynamisme et fluidité
- Intensité
- Difficulté du travail au sol et contenu de la chorégraphie
- Evaluation des mouvements acrobatiques

**Nombre de points au total pour l'artistique : 70**

## 2. EXECUTION

Les Juges d'Exécution évaluent l'exécution technique de tous les mouvements, y compris les éléments de pole, tissus, cerceau, les transitions et le travail au sol. Pour les Doubles, les juges évalueront également le timing et l'uniformité de tous les mouvements, ainsi que la capacité à exécuter la routine comme une seule unité en synchronisation.

*Nota : L'uniformité signifie que les doubles doivent s'efforcer d'exécuter les éléments de manière identique, avec le même niveau de flexibilité, de force et de compétences techniques et donc apparaître comme égaux.*

Les athlètes sont censés n'inclure dans leur routine que des éléments qu'ils peuvent exécuter en toute sécurité, avec un haut degré de compétence esthétique et technique et avec une exécution parfaite.

Le nombre maximum de déductions est de 75 points. Si l'athlète reçoit plus de déductions, le montant total du score d'exécution est toujours de 0. Le score total d'exécution ne peut pas être une valeur négative

**Nombre de points au total pour la technique : 75**

## 3. DIFFICULTES

L'athlète doit remplir sa Feuille de Difficulté (DS) en amont de la compétition et la transmettre à l'organisation, en respectant les exigences de sa division et de sa catégorie.

Les groupes d'éléments et la valeur de chaque élément sont répertoriés dans le Code de Pointage et sont actualisés chaque année.

**Rôle des juges de Difficultés :**

- **Confirmation que les mouvements de difficulté et bonus ont été exécutés conformément aux exigences minimales**
- **Déduction si un mouvement de difficulté n'a pas été tenté**
- **Déduction si les mouvements de difficultés ont été exécutés dans le mauvais ordre**
- **Déclassement de la valeur d'un élément si celui-ci n'est pas réalisé au niveau exigé mais existe en valeur inférieure au niveau réalisé.**

**Attention :** Les fautes suivantes donneront lieu à des pénalités (déductions de points), pouvant aller jusqu'à la disqualification : glissades, pertes de grip (prises des mains ou du corps), hésitations involontaires, trébuchements, chutes, pertes d'équilibre, s'essuyer les mains sur le corps ou sur le costume, dysfonctionnements du costume nudité partielle - volontaire ou non - des parties du corps à caractère intime, accessoire(s) non autorisé(s), non-respect de la durée de la prestation, non-respect du règlement de manière générale, non-présentation sur scène au moment de son passage, thèmes non-autorisés (violence excessive, racisme ou sexisme, sexualité explicite, vulgarité...), feuille de difficulté mal remplie, incorrecte, remplie à la main

# RÈGLEMENT SPORTIF

## CHAPITRE 6 – DISPOSITIONS GENERALES

### 1. ACCESSIBILITE A LA COMPETITION

*Sélection pour toutes compétitions :*

1. L'âge pris en compte est celui que l'athlète aura au cours de l'année civile.
2. Tous les candidats doivent être porteurs d'une licence de la Fédération Française de Danse à jour. (Licence B)
3. Les candidats étrangers résidant en France peuvent participer aux compétitions

*Sélection pour le Championnat de France :*

Le Championnat de France Pole sport et Cerceau sport est ouvert à tous, sans épreuve qualificative préalable.

L'inscription se fait auprès de l'organisation en remplissant le formulaire dédié durant la période prévue à cet effet. Aucune inscription ne pourra être acceptée une fois le tirage au sort de l'ordre de passage effectué.

Étrangers résidant en France :

- Les compétiteurs étrangers peuvent concourir, s'ils sont officiellement résidents, et se qualifier pour l'international, mais ils ne feront pas partie du classement. Un prix spécial du jury pourra cependant leur être attribué, s'ils font partie des meilleurs scores dans leur catégorie.
- Les titres de champion.ne ou vice-champion.ne de France, ainsi que les médailles, ne seront pas attribuées aux candidats étrangers. Ils seront attribués aux compétiteurs de nationalité française suivants dans le classement de la compétition.

### 2. INSCRIPTIONS ET DESISTEMENTS

Les inscriptions pour le Championnat de France se feront directement auprès des organisateurs.

Les frais de participation au Championnat de France sont les suivants :

- o **45€ pour les catégories SOLO**
- o **70€ pour les catégories DUO**

**Désistement :**

Il sera pris en compte jusqu'à 1 mois avant le Sélectif, avec présentation d'un justificatif médical ou professionnel le cas échéant. Au-delà, ou à défaut de justificatif recevable, il sera considéré comme forfait.

### 3. CLASSEMENT ET ATTRIBUTION DES TITRES

Le classement sera établi par le jury suivant les notes obtenues, avec attribution d'une médaille d'or pour les premiers, une médaille d'argent pour les deuxièmes et une médaille de bronze pour les troisièmes.

Lors d'un championnat de France, il faut au minimum 3 candidats participant à la compétition dans une catégorie pour que le titre national soit attribué.

Les titres de champion et vice-champion ainsi que les médailles ne seront pas attribuées aux candidats étrangers. Ils seront attribués aux compétiteurs de nationalité française suivant dans le classement de la compétition.

Étrangers résidant en France :

- Un prix spécial du jury pourra cependant leur être attribué, s'ils font partie des meilleurs scores dans leur catégorie.
- Les titres de champion.ne ou vice-champion.ne de France, ainsi que les médailles, ne seront pas attribuées aux candidats étrangers. Ils seront attribués aux compétiteurs de nationalité française suivants dans le classement de la compétition.

### 4. SELECTIONS AUX CHAMPIONNATS INTERNATIONAUX

- Les 3 premiers de chaque catégorie sont sélectionnés au Championnat d'Europe et au Championnat du Monde de la même année civile
- En cas de forfait de l'un.e des qualifié.e.s sur l'un des championnat international sa place sera proposée par la FFD au suivant dans le classement.
- Un athlète amateur ayant fait un top 3 au Championnat du Monde est automatiquement en division Elite l'année suivante.
- Un athlète amateur ayant une note supérieure à 105 points lors d'une compétition internationale est automatiquement en division Elite l'année suivante.

## CHAPITRE 7 – REGLEMENT DES JUGES

### • COMPOSITION D'UN CORPS ARBITRAL

Pour toute compétition (Sélectif, Championnat, ...), le corps arbitral sera composé de :

- 7 juges :
  - o 2 exécution
  - o 2 difficultés
  - o 3 artistiques (dont 1 président du jury)
- 1 scrutateur (+ 1 assistant optionnel pour le national)

### • SYSTEME DE NOTATION

#### Exécution :

1. Exécution et lignes des mouvements : 0.5pts à chaque fois
2. Transitions : 1pts à chaque fois
3. Mauvais angle d'un élément imposé : 1 pts à chaque fois
4. Manque de synchronicité (duo et trio) : 2 pts à chaque fois ( max 5 pts)
5. Glissade ou perte d'équilibre : 1 pts à chaque fois
6. Se sécher les mains, manipuler le costume ou les cheveux : 2 pts à chaque fois
7. Chute : 5pts
8. Ne pas utiliser les 2 barres de manière égale : 3 pts une fois
9. Ne pas utiliser toute la hauteur de barre : 3 pts une fois

**Déduction maximale possible = 75 points**

#### Head judge:

Les fautes qui donnent lieu à des pénalités (déductions de points), sont les suivantes :

1. 1 point de pénalité : Présentation théâtrale / non présentation sur scène dans les 20 secondes / durée de musique incorrecte de 3 secondes / pas de logique entre le début et la fin de la chorégraphie
2. 3 points de pénalité : Costume incorrect / durée de musique incorrecte de 5 secondes / feuille de difficultés mal remplie
3. 5 points de pénalité : Durée de musique incorrecte de 10 secondes
4. 1 point de pénalité à chaque fois : parler ou chanter sur scène
5. 3 points de pénalités à chaque fois : au-delà de 1 élément acrobatique / arrêt de la performance plus de 10 secondes /
6. 5 points de pénalité à chaque fois : mouvements interdits / contact ou paroles entre le pareur et l'athlète
7. 10 points de pénalité : Thème de la performance non conforme à la Charte Olympique et au Code d'éthique ( violence excessive, racisme ou sexisme, sexualité explicite, vulgarité, religion, ... )

**Artistique :**

1. Originalité de la présentation : 5pts
2. Originalité des transitions et confiance : 5 pts
3. Chorégraphie et musicalité : 5pts
4. Présence scénique et charisme : 5 pts
5. Interprétation, expressions corporelles et faciales : 5pts
6. Equilibre de la chorégraphie : 5pts
7. Dynamisme, flow : 5pts
8. Intensité de la chorégraphie : 5 pts
9. Utilisation de l'espace scénique : 5pts
10. Difficulté du floorwork : 5 pts
11. Cohérence entre le costume et le thème de la performance : 2 pts
12. Bonus utilisation des segments corporels : 2 pts
13. Bonus style des mouvements de danse : 2 pts
14. Bonus mélange des styles de danse
15. Bonus contenu général : 2 pts
16. Portés déclarés (doubles et trios) : 5 pts
17. Equilibre entre les éléments (solos uniquement) : 5 pts
18. Equilibre de la chorégraphie : 5 pts
19. Difficulté du mouvement acrobatique : 5 pts

**Note artistique maximale = 70 points**

**Difficultés :**

1. Valeur des éléments notés si validés
2. Bonus combinaisons, Super Bonus et Bonus Connections
3. Final Element Bonus
4. Bonus CBRF

**Obtention du score final :**

1. Pour la note ARTISTIQUE, c'est le total des notes attribuées par les juges artistiques divisé par 2 (chaque juge attribuant des notes jusqu'à 5 points par critère). La note artistique maximale est de 70
2. Pour la note EXECUTION, c'est le total des notes des juges Execution divisé par 2. Déduction maximale est de 75.
3. Pour la Note Finale, c'est le total des notes calculées Points de l'Artistique et Difficultés, moins déductions de l'Exécution et des pénalités.