



POLE FREAK AERIAL ART CHAMPIONSHIP

AERIAL HOOP, SVILA I HAMMOCK
PRAVILA I PROPISI NATJECANJA

Ova pravila obuhvaćaju discipline aerial hoop, aerial svila i aerial hammock.
Pravila za disciplinu pole dance objavljena su zasebno.



ORGANIZATOR I AUTOR PRAVILA

Pole Dance Studio Phoenix

Zagreb, Hrvatska

1. OSNOVNE NAPOMENE

- Organizator zadržava pravo izmjene i prilagodbe pravila te je o tome dužan pravovremeno obavijestiti natjecatelje.
- Broj natjecatelja po kategorijama je ograničen. Ako se pojedina kategorija popuni prije završetka prijava, organizator ima pravo ranije zatvoriti prijave za tu kategoriju.
- Ako se natjecatelj prijavljuje u više kategorija ili disciplina, za svaku kategoriju i disciplinu ispunjava se zasebna prijava i plaća se zasebna kotizacija.
- Podjela kategorija po spolu (M/Ž) odnosi se na biološki spol.

2. KATEGORIJE

Natjecatelji se dijele u dvije glavne kategorije: **Amater** i **Professional**. Glavne kategorije podijeljene su prema dobi i spolu natjecatelja na sljedeće podskupine:

Podskupina	Dob	Napomena
Mini F/M	4 – 8 godina	samo amater kategorija
Children F	9 – 12 godina	Children M*
Junior F	13 – 17 godina	Junior M*
Adult Female / Adult Male	18 – 39 godina	
Senior Female / Senior Male	40 i više godina	
Mix Doubles Kids	4 – 12 godina	samo amater kategorija
Mix Doubles Junior	17 godina ili manje	
Mix Doubles Adult	18 i više godina	

* Ako se u navedene kategorije prijavi dječak, bit će održana zasebna kategorija za dječake.

Promjena kategorije zbog pogrešne prijave

Ako se natjecatelj prijavi u kategoriju koja nije u skladu s pravilima natjecanja, a to organizatori ili glavni sudac uoče prije zatvaranja prijava, natjecatelj može biti automatski premješten u odgovarajuću kategoriju. Time se osigurava pravednost natjecanja i to da se natjecatelji natječu s drugima slične razine vještina.

Odluka o promjeni donosi se na temelju iskustva i vještina natjecatelja, prema kriterijima natjecanja za amatersku i profesionalnu kategoriju. Natjecateljima se preporučuje da prilikom prijave pažljivo prouče pravila kategorija.

Natjecatelji mlađi od 18 godina mogu sudjelovati na natjecanju isključivo uz pisanu i potpisanu suglasnost roditelja ili zakonskih skrbnika. Dokumentaciju je potrebno predložiti na zahtjev.

3. TRAJANJE GLAZBE PO KATEGORIJAMA

Kategorija	Trajanje glazbe
Mini	2:00 – 2:30 min
Children	2:00 – 2:30 min
Junior	2:30 – 3:30 min
Adult	3:00 – 4:00 min
Senior	3:00 – 4:00 min
Doubles Kids	2:00 – 2:30 min
Doubles Junior	3:00 – 4:00 min
Doubles Adult	3:00 – 4:00 min

4. KOSTIM

- Kostim mora odgovarati temi i priči koreografije.
- Dozvoljeno je skidanje dijelova kostima ako intimni dijelovi tijela ostanu pokriveni (prsa, prepone).
- Kostim ne smije dovesti natjecatelja u opasnost od ozljede (skliznuća, padovi...) te ne smije biti izrađen od materijala koji daje dodatni „grip“ (lateks, guma i sl.).
- Svaki problem s kostimom bit će kažnjen negativnim bodovima, a ako glavni sudac odluči da je kostim neprimjeren za ovaj oblik natjecanja (namjerno isticanje golotinje, rasistička i druga uvredljiva obilježja...), može rezultirati i diskvalifikacijom.
- Kostim ne smije sadržavati ničiji logotip, ime proizvođača ni reklamu. Dozvoljene su samo oznake koje se uklapaju u temu i priču koreografije.
- Obuća je dozvoljena kao dio kostima ako odgovara temi i priči koreografije te ne smije služiti kao dodatna pomoć pri penjanju i izvođenju trikova.
- Zabranjene su čizme/cipele do koljena i bedara.

5. KOSA I ŠMINKA

- Frizura i šminka moraju upotpunjavati temu i priču koreografije.
- Dozvoljen je body paint ako je na bazi vode i ne ostavlja tragove na spravi.

6. REKVIZITI

- Dozvoljeni su svi rekviziti koji se mogu unijeti na pozornicu i iznijeti s nje unutar 1 minute, pri čemu nakon uklanjanja pozornica ostaje u prvobitnom stanju.
- Zabranjeno je bacanje konfeta, šljokica i sličnih sitnih materijala koji se ne mogu lako i brzo ukloniti s pozornice između dviju koreografija.
- **Human prop:** ako je osoba u ulozi rekvizita, njezina interakcija s natjecateljem ne smije uključivati pomoć pri izvođenju obveznih elemenata na zračnoj spravi (hoop, svila, hammock) niti obveznog akro balansa na podu jer time narušava kriterije solo kategorije. Takav će nastup biti kažnjen negativnim bodovima.

- **STROGO** je zabranjeno koristiti vatru i bilo što zapaljivo, kao i opasne, oštre predmete koji mogu ozlijediti natjecatelja.

Svi rekviziti i njihova primjena moraju biti navedeni u prijavi.

7. SIGURNOST U KATEGORIJAMA MINI I CHILDREN

U kategorijama Mini i Children dozvoljeni su spotteri (osobe koje osiguravaju natjecatelja) radi veće sigurnosti tijekom nastupa. Spotter treba stajati u stražnjem dijelu pozornice, a smije se približiti kada natjecatelj izvodi rizičnije elemente.

Tijekom nastupa spotter mora izbjegavati svaki fizički kontakt i verbalne upute, osim u slučaju nezgode. Ako spotter intervenira hvatanjem natjecatelja, glavni sudac ima ovlast prekinuti nastup i po potrebi diskvalificirati natjecatelja. Ako spotter ostvari lagani kontakt (bez hvatanja, pridržavanja, guranja ili druge pomoći pri izvođenju trika), glavni sudac procjenjuje je li kontakt dovoljan razlog za diskvalifikaciju.

Ako natjecatelj treba spottera, mora ga osigurati sam — organizator ne osigurava spottere.

8. SREDSTVA I PROIZVODI ZA BOLJI „GRIP”

Preparati za bolji „grip” dopušteni su sve dok ne ostavljaju vidljive tragove na tijelu. Mogu se primijeniti na ruke i tijelo, a ne smiju se nanositi na samu spravu.

DOPUŠTENI PREPARATI

- smola
- Lupit jastučić za hvatanje
- magnezijev prah
- tekući magnezij

9. OPĆA PRAVILA

PFAAC je umjetničko natjecanje s obveznim temeljnim vještinama na zračnoj spravi, ovisno o kategoriji, prikazanima kroz neki oblik umjetničkog izričaja kao što je priča i/ili interpretacija glazbe kroz pokret. Interpretacija i priča moraju biti jasne te se iz koreografije mora jasno vidjeti o čemu se radi. Naglasak je na jasno interpretiranoj temi koreografije te na jedinstvenosti izvedbe elemenata i kombinacija. Uz obvezne elemente, posebno će se bodovati (bonusima) sve ono što izlazi iz područja već viđenog.

Sprave

Aerial hoop

Kategorija	Promjer	Točke hvatišta
Mini i Children	95 cm	jedna točka
Junior, Adult i Senior	100 cm	jedna točka
Doubles	105 cm	dvije točke

Aerial svila — svila je postavljena na visini od 7 m, a ukupna duljina svile je 8 m. Svila će već biti rastegnuta i pripremljena za sve kategorije natjecatelja.

Aerial hammock

Organizator će objaviti specifikacije hammocka (visina postavljanja, duljina i točke hvatišta) prije završetka kvalifikacija.

Tehnika

1. Obvezni elementi/kombinacije na zračnoj spravi
2. Prijelazi i linije
3. Akrobatsko-plesna sekvenca na podu
4. Ostali elementi i kombinacije

Art

1. Tema
2. Interpretacija teme
3. Iskorištavanje pozornice
4. Ukupan dojam na pozornici (overall stage presence)

50 % bodova donosi tehnička vrijednost koreografije, a drugih **50 %** artistički izričaj. Glavni je fokus na korištenju zračne sprave, no od natjecatelja se očekuje i iskorištavanje prostora pozornice u balansu s koreografijom. Ako se koriste rekviziti, njihova primjena mora biti smisljena.

Pravilno izvođenje elemenata

Priznat će se samo oni elementi koji budu zadržani najmanje 2 sekunde, ne računajući ulaz u element i izlaz iz njega.

10. OPĆI MINUSI I BONUSI

MINUSI

1. pad
2. fleksanje stopala
3. nedovoljno držanje elemenata
4. krive/loše linije nogu

BONUSI

1. kreativnost
2. novi (rijetko izvođeni) elementi*
3. dobro izbalansirana koreografija (balans između zračne sprave i poda)
4. X faktor natjecatelja

* Odnosi se na zahtjevne elemente i/ili kombinacije kojima se pokazuju zavidna snaga i fleksibilnost, te na nove i drugačije kombinacije elemenata kojima se pokazuju inovativnost i kreativnost natjecatelja.

11. PRAVILA PO KATEGORIJAMA

AMATER — MINI I CHILDREN

U ovu kategoriju spadaju sva djeca (M/F) u dobi od 4 do 8 godina (Mini) te djeca od 9 do 12 godina (Children*) koja se nikada nisu natjecala ili nisu osvojila jedno od prva tri mjesta na sličnim aerial art i aerial sport natjecanjima.

* Ako su se natjecali i pobijedili na natjecanjima koja ne zahtijevaju određene vještine na spravi, moguće je sudjelovati u amater kategoriji uz prethodnu konzultaciju s organizatorom. Isto vrijedi ako je natjecatelj/ica osvojio/la 2. ili 3. mjesto, a razina performansa ne prelazi amater kategoriju, te je zadnje natjecanje na kojem je pobijedio/la bilo u istoj natjecateljskoj sezoni.

ZADANA RUTINA

- povezivanje najmanje 2 elemenata u smisleni slijed bez silaska sa sprave
- plesna sekvenca na podu

ZABRANJENO

Pogledajte odjeljak Zabranjeno za amater kategoriju (Junior, Adult i Senior): sva pravila odande vrijede i ovdje. Uz njih, natjecatelji **ne smiju koristiti zadnja 3 m svile** (dozvoljeno je koristiti svilu do najviše 4 m visine, mjereno od poda), a u svakom trenutku izvedbe elemenata na spravi potrebno je imati najmanje dvije dodirne točke. Elementi sa samo jednom dodirnom točkom (gripping point) **STROGO su zabranjeni**.

PROFESSIONAL — CHILDREN

U profesionalnu kategoriju spadaju natjecatelji koji su na sličnim natjecanjima osvojili jedno od prva tri mjesta u amater kategoriji ili su se već natjecali u profesional kategoriji na sličnim natjecanjima. Kategoriji mogu pristupiti svi natjecatelji koji zadovoljavaju kategorijski minimum u smislu sposobnosti izvođenja zadane rutine.

ZADANA RUTINA

1. **Dynamic combo** — povezivanje najmanje 2 elemenata dinamike i/ili snage u smislenu cjelinu bez silaska sa sprave
2. **Flexy combo** — povezivanje najmanje 2 elemenata fleksibilnosti u smislenu cjelinu bez silaska sa sprave
3. **Akrobatsko-plesna sekvenca na podu** — povezivanje akrobatskih i/ili plesnih komponenti u smislenu cjelinu na podu

BONUSI

- deadlift (grip po izboru)
- oversplit
- back bend s ravnim koljenima

AMATER — JUNIOR / ADULT / SENIOR

U amater kategoriju spadaju natjecatelji koji se nikada nisu natjecali ili nikada nisu osvojili jedno od prva tri mjesta u toj kategoriji na sličnim aerial art i aerial sport natjecanjima.

Ako su se natjecali i pobijedili na natjecanjima koja ne zahtijevaju određene vještine na spravi, moguće je sudjelovati u amater kategoriji uz prethodnu konzultaciju s organizatorom. Isto vrijedi ako je natjecatelj/ica osvojio/la 2. ili 3. mjesto, a razina performansa ne prelazi amater kategoriju, te je zadnje natjecanje na kojem je pobijedio/la bilo u istoj natjecateljskoj sezoni.

ZADANA RUTINA

1. **Dynamic / flexy combo** — povezivanje najmanje 2 elemenata snage i/ili fleksibilnosti u smisleni slijed bez silaska sa sprave. To podrazumijeva sljedeće kombinacije, npr.: 2 elementa snage, ili 1 element snage + 1 element fleksibilnosti, ili 2 elementa fleksibilnosti.
2. **Akrobatsko-plesna sekvenca na podu** — povezivanje akrobatskih i/ili plesnih komponenti u smislenu cjelinu na podu. Ova sekvenca **NE SMIJE** uključivati salta, akro premete i slične rotacije od 360° u kojima tijelo nema barem dvije dodirne točke s podom.

ZABRANJENO

- deadlift
- elementi ekstremne fleksibilnosti, kao i oni koji obuhvaćaju istovremenu ekstenziju leđa i špagu od 180°
- flipovi, dropovi i salta bez kontakta s podom
- „catch and release” elementi i trikovi*

* Elementi i trikovi kod kojih natjecatelj pušta spravu (u trenutku puštanja ne postoji kontakt sa spravom) te je ponovno hvata.

DOZVOLJENO

- flexy elementi koji za svoju izvedbu ne zahtijevaju previše snage i dinamike*
- ekstenzije leđa ako koljena nisu u potpunoj ekstenziji prilikom izvođenja
- inverzije, ako se ne izvode s ravnim nogama niti kao deadlift ili aerial deadlift

* Snaga i dinamika pri izvedbi podrazumijevaju ulaz u element, izlaz iz njega i sam izdržaj.

PROFESSIONAL — JUNIOR / ADULT / SENIOR

U profesionalnu kategoriju spadaju natjecatelji koji su na sličnim aerial art i aerial sport natjecanjima osvojili jedno od prva tri mjesta u amater kategoriji ili su se već natjecali u profesional kategoriji na sličnim natjecanjima. Kategoriji mogu pristupiti svi natjecatelji koji zadovoljavaju kategorijski minimum u smislu sposobnosti izvođenja zadane rutine.

ZADANA RUTINA

1. **Aerial deadlift** — grip po izboru; dizanje tijela u inverziju bez momentuma i odraza s poda. Koljena ne moraju biti ravna.
2. **Dinamični/power kombo** — povezivanje najmanje 2 elemenata snage i/ili dinamike u smisleni slijed
3. **Flexy kombo u rotaciji** — povezivanje najmanje 2 elemenata fleksibilnosti (špaga od najmanje 180° i/ili fleksija leđa) u smisleni slijed na zračnoj spravi u rotaciji
4. **Akrobatsko-plesna sekvenca na podu** — uključuje plesne pokrete i/ili akrobatske elemente po izboru

BONUSI

- back bend na spravi s ravnim koljenima
- aerial deadlift s obje noge ravne
- catch and release trik/element
- oversplit

AMATER — MIX DOUBLES KIDS

U ovu kategoriju spadaju dječji parovi u dobi od 4 do 12 godina. Riječ je o jednoj kategoriji za dječje parove u koju spadaju svi parovi do 12 godina, bez obzira na to jesu li se do sada natjecali.

ZADANA RUTINA

1. **Doubles kombo** — povezivanje najmanje 2 doubles i/ili sinkronizirana elementa na zračnoj spravi u smisleni slijed. Prilikom izvođenja kombinacije dozvoljen je kontakt s podom.
2. **Sinkronizirana plesna sekvenca na podu** — mora trajati najmanje 8 brojanja i **NE SMIJE** uključivati salta, akro premete i slične rotacije od 360° u kojima tijelo nema barem dvije dodirne točke s partnerom, podom i/ili zračnom spravom

Oba partnera moraju podjednako biti „hvatač” i „letač” (catcher/base i flyer).

ZABRANJENO

- „release and catch” doubles elementi i trikovi*
- aerial deadlift
- doubles elementi i trikovi u kojima „catcher/base” nema najmanje dvije dodirne točke (gripping point) sa zračnom spravom

* Elementi i trikovi kod kojih hvatač (baza) pušta letača, pri čemu letač nema kontakt sa spravom ni partnerom, te se ponovno hvata za hvatača i/ili spravu.

Ostale zabrane ove kategorije iste su kao i zabrane za amater kategoriju (vidi odjeljke Zabranjeno u kategorijama Mini i Children te Amater Junior/Adult/Senior).

AMATER — MIX DOUBLES JUNIOR / ADULT

U ovu kategoriju spadaju natjecatelji koji se kao par nikada nisu natjecali niti su u paru osvojili jedno od prva tri mjesta na sličnim aerial art i aerial sport natjecanjima.

Ako su se natjecali i pobijedili na natjecanjima koja ne zahtijevaju određene vještine na zračnoj spravi, moguće je sudjelovati u amater kategoriji uz prethodnu konzultaciju s organizatorom. Isto vrijedi ako su osvojili 2. ili 3. mjesto, a razina njihova performansa ne prelazi amater kategoriju, te je zadnje natjecanje na kojem su pobijedili bilo u istoj natjecateljskoj sezoni.

ZADANA RUTINA

1. **Aerial doubles kombo** — povezivanje najmanje 2 doubles elementa u smisleni slijed bez silaska sa sprave
2. **Akrobatsko-plesna sinkronizirana sekvenca na podu** — mora trajati najmanje 8 brojanja i **NE SMIJE** uključivati salta, akro premete i slične rotacije od 360° u kojima tijelo nema barem dvije dodirne točke s partnerom, podom i/ili spravom

Oba partnera moraju podjednako biti „hvatač” i „letač” (catcher/base i flyer).

ZABRANJENO

- „release and catch” doubles elementi i trikovi*
- aerial deadlift
- doubles elementi i trikovi u kojima „catcher/base” nema najmanje dvije dodirne točke (gripping point) sa zračnom spravom

* Elementi i trikovi kod kojih hvatač (baza) pušta letača, pri čemu letač nema kontakt sa spravom ni partnerom, te se ponovno hvata za hvatača i/ili spravu.

Ostale zabrane ove kategorije iste su kao i zabrane za amater kategoriju (vidi odjeljke Zabranjeno u kategorijama Mini i Children te Amater Junior/Adult/Senior).

PROFESSIONAL — MIX DOUBLES JUNIOR / ADULT

U profesionalnu kategoriju spadaju parovi koji su na sličnim aerial art i aerial sport natjecanjima osvojili jedno od prva tri mjesta u amater kategoriji ili su se već natjecali u profesional kategoriji na sličnim natjecanjima. Kategoriji mogu pristupiti svi parovi koji zadovoljavaju kategorijski minimum u smislu sposobnosti izvođenja zadane rutine.

ZADANA RUTINA

1. **Interlocking doubles trick kombo** — povezivanje jednog doubles elementa u kojem su oba partnera isprepletena (interlock) s najmanje još jednim doubles ili sinkroniziranim elementom u smislenu cjelinu, bez silaska sa sprave
2. **Partner hold kombo** — povezivanje jednog doubles elementa u kojem jedan partner drži drugog* s najmanje još jednim doubles ili sinkroniziranim elementom u smislenu cjelinu, bez silaska sa sprave
3. **Akro balans na podu** — izvedba 1 akro balansa na podu u kojem izvođenje figure ovisi o oba partnera povezana u jednu cjelinu

* Letač (flyer) nema kontakt sa spravom.

Oba partnera moraju podjednako biti „hvatač” i „letač” (catcher/base i flyer).

BONUSI

- aerial deadlift na partneru i/ili spravi
- sinkronizirani ili zajednički (interlocking) drop
- „release and catch” trik/element*

* Elementi i trikovi kod kojih hvatač (baza) pušta letača, pri čemu letač nema kontakt sa spravom ni partnerom, te se ponovno hvata za hvatača i/ili spravu.