



**МАРКС**  
международный альянс  
развития культуры и спорта

г. Москва

<http://marks.international/>

# Технические Правила

ДИСЦИПЛИНА:  
ДИСКО

## 1. ХАРАКТЕРИСТИКИ И ДВИЖЕНИЯ

**Диско** – это танцевальное направление, появившееся в середине 70-х годов в Америке. Как клубная танцевальная культура, было систематизировано английским педагогом Анной Джонс и преобразовано в конкурсную форму «Английский фристайл» в конце 70-х. С годами стиль Диско вобрал в себя многообразие движений и элементов из других дисциплин и танцевальных жанров, в основном из джаза, рок-н-ролла, гимнастики и аэробики.

В наше время это танцевальное направление развивается как спортивная конкурсная дисциплина и представляет собой синтезированную форму следующих танцевальных направлений:

- классический танец (апломб, вращения, прыжки, батманы);
- джазовый танец (изоляция, координация, позы, манерность, группа основных и связующих шагов, малые и большие прыжки, вращения);
- модерн танец (контракшн, stretching, уровни расположения исполнителя, волны, изгибы позвоночника);
- действия ног акробатического рок-н-ролла и аэробики (эшапе, kicks, kick ball change);
- элементы гимнастики и акробатики (затяжки, равновесия и т.п.)

## 2. ХАРАКТЕРИСТИКИ МУЗЫКИ

Музыка, под которую исполняется конкурсное диско – это клубная музыка с ровным ритмом, акцентом на счёт 2 и 4 и преобладанием вокальной мелодической партии над электронными эффектами.

### 3. Диско (соло мужчина, женщина).

- Предварительные туры и финал: музыка организатора;
- Время выступления – 1 минута;
- Темп – 34/36 тактов, либо 136/144 удара в минуту;
- Акробатические и гимнастические элементы, исполняемые с переворотом тела через голову **вокруг горизонтальной или сагиттальной оси** (<http://powerclip.ru/modules/articles/article.php?id=9>) (напр. **колесо, рондат, переворот вперед, фляк, сальто, кувырок** и т.п.) **ЗАПРЕЩЕНЫ**. В случае любого отклонения от данного правила, танцор будет **дисквалифицирован**.
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол. За нарушение данного правила следует дисквалификация. Дисквалификация не применяется в случаях, когда часть костюма или аксессуар падает на пол случайно.

### 4. Диско пара/дуэт (два (2) танцора мужчина/мужчина, женщина/женщина, мужчина/женщина)

- Предварительные туры и финал: музыка организатора;
- Время выступления – до 1 минуты.
- Темп – 34/36 тактов, либо 136/144 удара в минуту;
- Акробатические и гимнастические элементы, исполняемые с переворотом тела через голову **вокруг горизонтальной или сагиттальной оси** (<http://powerclip.ru/modules/articles/article.php?id=9>) (напр. **колесо, рондат, переворот вперед, фляк, сальто, кувырок** и т.п.) **ЗАПРЕЩЕНЫ**. В случае любого отклонения от данного правила, дуэт/пара будет **дисквалифицирован (-на)**;
- Поддержки и подъёмы разрешены;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол. За нарушение данного правила следует дисквалификация. Дисквалификация не применяется в случаях, когда часть костюма или аксессуар падает на пол случайно;
- Взаимодействия: дуэтный танец должен содержать как синхронизированные движения, так и различные взаимодействия между партнёрами с использованием теневого, диагональных, зеркальных позиций с захватом и без. Важно сочетание возможных вариантов.

### 5. Диско малая группа от трех (3) до семи (7) танцоров

- Предварительные туры и финал - СВОЯ МУЗЫКА;
- Если малая группа не имеет своей музыки, используется музыка организатора;
- Время выступления – до 2 минут;
- Темп – 34/36 тактов, либо 136/144 удара в минуту;

- Акробатические и гимнастические элементы, исполняемые с переворотом тела через голову **вокруг горизонтальной или сагиттальной оси** (<http://powerclip.ru/modules/articles/article.php?id=9>) (напр. **колесо, рондат, переворот вперед, фляк, сальто, кувырок** и т.п.) **ЗАПРЕЩЕНЫ**. В случае любого отклонения от данного правила, малая группа будет **немедленно дисквалифицирована**;
- Поддержки и подьёмы разрешены;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол. За нарушение данного правила следует дисквалификация. Дисквалификация не применяется в случаях, когда часть костюма или аксессуар падает на пол случайно;
- Во время выступления все танцоры должны находиться на танцевальной площадке;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол;
- Части соло могут быть исполнены, но не должны доминировать.

#### 6. Диска **формейшн** от восьми (8) до двадцати четырех (24) танцоров

- Предварительные туры и финал - СВОЯ МУЗЫКА;
- Если формейшн не имеет своей музыки, используется музыка организатора;
- Время выступления – 2:30-4:00 минуты;
- Темп – 34/36 тактов, либо 136/144 удара в минуту;
- До 30 секунд музыки могут быть за пределами вышеуказанного темпа;
- Акробатические и гимнастические элементы, исполняемые с переворотом тела через голову **вокруг горизонтальной или сагиттальной оси** (<http://powerclip.ru/modules/articles/article.php?id=9>) (напр. **колесо, рондат, переворот вперед, фляк, сальто, кувырок** и т.п.) **ЗАПРЕЩЕНЫ**. В случае любого отклонения от данного правила, формейшн будет **немедленно дисквалифицирован**.
- Поддержки и подьёмы разрешены;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол. За нарушение данного правила следует дисквалификация. Дисквалификация не применяется в случаях, когда часть костюма или аксессуар падает на пол случайно;
- Во время выступления все танцоры должны находиться на танцевальной площадке;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол;
- Части соло могут быть исполнены, но не должны доминировать.

#### 7. Диска **продакшн** от двадцати пяти (25) танцоров и более

- Предварительные туры и финал - СВОЯ МУЗЫКА;
- Если продакшн не имеет своей музыки, используется музыка организатора;
- Время выступления – 2:30-4:00 минуты;
- Темп – 34/36 тактов, либо 136/144 удара в минуту;
- До 30 секунд музыки могут быть за пределами вышеуказанного темпа;
- Акробатические и гимнастические элементы, исполняемые с переворотом тела через голову **вокруг горизонтальной или сагиттальной оси** (<http://powerclip.ru/modules/articles/article.php?id=9>) (напр. **колесо, рондат, переворот вперед, фляк, сальто, кувырок** и т.п.) **ЗАПРЕЩЕНЫ**.

В случае любого отклонения от данного правила, продакшн будет **немедленно дисквалифицирован**.

- Поддержки и подьёмы разрешены;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол. За нарушение данного правила следует дисквалификация. Дисквалификация не применяется в случаях, когда часть костюма или аксессуар падает на пол случайно;
- Во время выступления все танцоры должны находиться на танцевальной площадке;
- Нельзя использовать никакой реквизит, если он не является частью костюма. При использовании реквизита танцоры должны носить его на протяжении всего времени исполнения танца. Им можно пользоваться, но нельзя отбрасывать или класть (ставить) на пол;
- Части соло могут быть исполнены, но не должны доминировать.