

# ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ 2018

## A. ΟΡΓΑΝΑ & ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΝΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

### Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ (Παγκορασίδες)

#### ΧΩΡΙΣ ΟΡΓΑΝΟ

Δυσκολία Σώματος	Συνδυασμός Χορευτικών Βημάτων	Δυναμικά Στοιχεία με Περιστρ
Min. 3 / Max. 9	S Min. 2	R Max. 2
<p><b>Άλματα (min.1-max. 3)</b> <b>Ισορροπίες (min.1-max. 3)</b> <b>Περιστροφές (min.1-max. 3)</b></p> <p>Για τις δυσκολίες, τα γενικά κριτήρια και οι απαιτήσεις είναι <u>ίδιες</u> όπως αναφέρονται στο διεθνή κώδικα βαθμολογίας 2017-2020</p>	<p><b>Min.8''</b></p> <p>Συνεχόμενα συνδεδεμένα χορευτικά βήματα σύμφωνα με το τέμπο και το ρυθμό της μουσικής, με μερική ή ολική μετακίνηση</p>	<p><b>Τουλάχιστον 2</b> βασικές περιστροφές σώματος</p> <p>Όλα τα R πρέπει να είναι διαφορετικά Κάθε περιστροφή μπορεί να εκτελείται μεμονωμένα ή σε σειρά max 1 φορά</p>

#### ΣΧΟΙΝΙ-ΣΤΕΦΑΝΙ-ΜΠΑΛΑ

Στοιχεία Δυσκολίας σε σχέση με Τεχνικά στοιχεία του Οργάνου	Δυσκολία Σώματος	Συνδυασμός Χορευτικών Βημάτων	Δυναμικά Στοιχεία με Περιστροφή	Δυσκολία Οργάνου
Σύμβολο	BD Min. 3 / Max. 7	S Min. 2	R Max. 2	AD Max. 3
Ομάδες Δυσκολίας Σώματος	<p><b>Άλματα - Min.1</b> <b>Ισορροπίες - Min.1</b> <b>Περιστροφές - Min.1</b></p> <p>Για τις δυσκολίες, τα γενικά κριτήρια και οι απαιτήσεις είναι <u>ίδιες</u> όπως αναφέρονται στο διεθνή κώδικα βαθμολογίας 2017-2020</p>	<p><b>Min.8'</b></p> <p>Με <u>ένα</u> τουλάχιστον Βασικό Τεχνικό στοιχείο του Οργάνου</p>	<p><b>Τουλάχιστον 2</b> βασικές περιστροφές σώματος.</p> <p>Όλα τα R πρέπει να είναι διαφορετικά. Κάθε περιστροφή μπορεί να εκτελείται μεμονωμένα ή σε σειρά max 1 φορά.</p>	Κάθε Δυσκολία Οργάνου πρέπει να είναι διαφορετική.

**ΕΠΙΠΕΔΟ Α: D 5.00 + E 10.00 = 15.00**

**ΕΠΙΠΕΔΟ Β: D 4.00 + E 10.00 = 14.00**

**Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ (Κορασίδες)**

**ΣΧΟΙΝΙ-ΣΤΕΦΑΝΙ-ΜΠΑΛΑ-ΚΟΡΙΝΕΣ**

Στοιχεία Δυσκολίας σε σχέση με Τεχνικά στοιχεία του Οργάνου	Δυσκολία Σώματος	Συνδυασμός Χορευτικών Βημάτων	Δυναμικά Στοιχεία με Περιστροφή	Δυσκολία Οργάνου
Σύμβολο	<b>BD</b> Min. 3 / Max. 7	<b>S</b> Min. 2	<b>R</b> Max. 3	<b>AD</b> Max. 4
Ομάδες Δυσκολίας Σώματος	<p><b>Άλματα - Min.1</b> <b>Ισορροπίες - Min.1</b> <b>Περιστροφές - Min.1</b></p> <p>Για τις δυσκολίες, τα γενικά κριτήρια και οι απαιτήσεις είναι <u>ίδιες</u> όπως αναφέρονται στο διεθνή κώδικα βαθμολογίας 2017-2020</p>	<p><b>Min.8''</b></p> <p>Με <u>ένα</u> τουλάχιστον Βασικό Τεχνικό στοιχείο του Οργάνου</p>	<p><b>Τουλάχιστον 2</b> βασικές περιστροφές σώματος.</p> <p>Όλα τα R πρέπει να είναι διαφορετικά. Κάθε περιστροφή μπορεί να εκτελείται μεμονωμένα ή σε σειρά max 1 φορά.</p>	Κάθε Δυσκολία Οργάνου πρέπει να είναι διαφορετική.

**ΕΠΙΠΕΔΟ Α: D 6.00 + E 10.00 = 16.00**

**ΕΠΙΠΕΔΟ Β: D 5.00 + E 10.00 = 15.00**

### Β' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ (Νεάνιδες)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ / ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ
<b>Προγράμματα Ελεύθερης Σύνθεσης</b>  (Αξιολόγηση σύμφωνα με το Διεθνή Κώδικα Βαθμολογίας 2017-20)	 Στεφάνι	Σύμφωνα με το Διεθνή Κώδικα Βαθμολογίας F.I.G. 2017-2020, Κατηγορίας Νεανίδων  Τελική βαθμολογία: Πρόσθεση των βαθμολογιών Δυσκολίας και Εκτέλεσης
	 Μπάλα	
	 Κορίνες	
	 Κορδέλα	

### Α' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ (Γυναίκες)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ / ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ
<b>Προγράμματα Ελεύθερης Σύνθεσης</b>  (Αξιολόγηση σύμφωνα με το Διεθνή Κώδικα Βαθμολογίας 2017-20)	 Στεφάνι	Σύμφωνα με το Διεθνή Κώδικα Βαθμολογίας F.I.G. 2017-2020, Κατηγορίας Γυναικών  Τελική βαθμολογία: Πρόσθεση των βαθμολογιών Δυσκολίας και Εκτέλεσης
	 Μπάλα	
	 Κορίνες	
	 Κορδέλα	

**ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ENSEMBLE Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ 5 ΣΤΕΦΑΝΙΑ**

Στοιχεία Δυσκολίας σε σχέση με Τεχνικά στοιχεία του Οργάνου	Δυσκολία χωρίς Αλλαγές: Δυσκολία Σώματος	Δυσκολία με Αλλαγή: Δυσκολία Αλλαγής	Συνδυασμός Χορευτικών Βημάτων	Δυναμικά Στοιχεία με Περιστροφή	Συνεργασία
Σύμβολα	<b>BD</b> Min. 3	<b>ED</b> Min. 3	<b>S</b> Min.2	<b>R</b> Max.1	<b>C</b> Min. 6
	Max 7 (1 με επιλογή)				
Ομάδες Δυσκολίας Σώματος	Άλματα/αναπηδήσεις -Min.1 Ισοροπίες -Min.1 Περιστροφές-Min.1				

Αξία κάθε Δυσκολίας με και χωρίς Αλλαγή: **0.10 - 0.50**

Δυσκολία (D): 6.00  
Εκτέλεση (E): 10.00

**Άριστα = D + E = 16.00**

**ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ENSEMBLE Δ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ 5 ΜΠΑΛΕΣ**

Στοιχεία Δυσκολίας σε σχέση με Τεχνικά στοιχεία του Οργάνου	Δυσκολία χωρίς Αλλαγές: Δυσκολία Σώματος	Δυσκολία με Αλλαγή: Δυσκολία Αλλαγής	Συνδυασμός Χορευτικών Βημάτων	Δυναμικά Στοιχεία με Περιστροφή	Συνεργασία
Σύμβολα	<b>BD</b> Min. 3	<b>ED</b> Min. 3	<b>S</b> Min.2	<b>R</b> Max.1	<b>C</b> Min. 4
	Max 7 (1 με επιλογή)				
Ομάδες Δυσκολίας Σώματος	Άλματα/αναπηδήσεις -Min.1 Ισοροπίες -Min.1 Περιστροφές-Min.1				

Αξία κάθε Δυσκολίας με και χωρίς Αλλαγή: **0.10 - 0.30**

Δυσκολία (D): 5.00  
Εκτέλεση (E): 10.00

**Άριστα = D + E = 15.00**