ACRO DANCE

Acro dance trebuie să combine clar mișcările acrobatice cu miscari de dans.

Poate include elemente de contorsionare și acroechilibru, atâta timp cât acestea sunt executate în siguranță, cu toate acestea, acestea trebuie să formeze piesele de puzzle ale unui dans și nu pur și simplu să fie o gimnastica cu salturi si contorsionari una dupa alta, fara miscari de dans între ele.

· Calitatea mișcărilor de dans și acrobații trebuie să fie clară, precisă și ritmată.

· Abilitățile acrobatice trebuie demonstrate în siguranță adaptat la nivelul abilitatilor dansatorului.

· Orice elemente de contorsionare trebuie să prezinte putere si poziția potrivită.

· Dansul și mișcările acrobatice ar trebui să se împletească perfect și să creeze o singură piesă care să arate ambele abilități.

· Conștientizarea corpului și calitatea dansatorului în cadrul tehnicii acro ar trebui să fie evidente.

· Pozițiile de acroechilibru a mai multor interpreți ar trebui să fie solide, controlate și adecvate în cadrul mișcării și stilului de dans, și trebuie să fie incadrate ca parte a rutinei.

Muzicalitate (20 de puncte)

· Interpretarea dansatorului/dansatorilor in concordanta cu muzica.

· Dansatorii/dansatorii trebuie să fie capabili să arate diferite dinamici în cadrul muzicii, inclusiv mișcări ascuțite, rapide, precum și lente.

· În duouri/grupuri există utilizări diferite ale interpretării ritmice, inclusiv canoane și unison.

Artă și performanță (30 de puncte)

· Dansatorii/dansatorii trebuie să arate că înțeleg tema dansului și tonul muzicii și să comunice ideea, emoția sau piesa muzicală prin mișcările lor.

· Trebuie să interpreteze piesa cu suflet în mișcările și expresiile faciale.

· Trebuie să dea dovadă de precizie în coregrafie, mai ales în timpul oricărui unison în duo/trio/grupuri.

· În special în grupuri, dansatorii trebuie să acorde atenție piesei în ansamblu, asigurându-se că schimbarile de formatii pe scenă sunt la fel de coregrafiate ca și mișcările.

Coregrafie (20 puncte)

· Mișcările date trebuie să fie adecvate capacității acrodansatorului/dansatorilor.

· Coregrafia ar trebui să fie împletită cu muzica aleasă, arătând crescendo în mișcări alături de cele din muzică (de exemplu) și alegând părți ale muzicii pentru a le sublinia cu mișcările.

· Trebuie să dea dovadă de precizie în coregrafie, mai ales în timpul oricărui unison în duo/trio/grupuri.

Reguli importante:

· Rutinele acro trebuie să includă o combinație egală de acrobație și dans, toate abilitățile și pozițiile acrobatice prezentate fiind legate de mișcări și secvențe de dans potrivite stilului de mișcare.

· Orice dans cu mai mult de 4 mișcări acrobatice trebuie să fie introdusă în secțiunea Acro, nu la alte stiluri de dans!