**Jazz**

1. Muzicalitate și conexiune cu muzica - coregrafia ar trebui să fie o conversație cu muzica - combinând muzica și dansul ca o singură expresie, una hrănindu-l pe cealaltă.

2. Ritm - poliritm; folosind două sau trei ritmuri deodată inclusiv sincopa.

3. Energie și atac, dinamică, accente, explozive și împământare, conectate la muzică.

4. Legătura istorică cu rădăcinile și coregrafii jazzului - de la fundații africane până la stilurile moderne - inclusiv, de exemplu, Ragtime/Charlston/Jitterbug/Swing/Lindy Hop/Golden Age/Hollywood/Broadway.

5. Infuzia de tehnici, genuri și stiluri de dans permite o gamă variată de mișcări, de la fluide și grațioase la ascuțite și explozive, făcând dansul jazz captivant și dinamic.

6. Utilizarea pozițiilor paralele cu claritate și linie, folosind mișcări unghiulare și liniare.

7. Lucrul cu un centru de greutate scăzut într-un plie mai adânc, menținând corpul aproape de pământ, capacitatea de a muta rapid centrul de greutate cu schimbări bruște de direcție și de focalizare.

8. Izolarea părților corpului în mișcare - mișcări inițiate și izolate la anumite părți ale corpului de ex. șolduri, umeri, coaste, șolduri, cu contracții și prelungiri puternice, ascuțite (percusive) ale corpului și ale altor părți ale corpului.

9. Tranziții fără întreruperi între pași – nu este vorba doar de a executa bine pașii individuali, ci și de a ne asigura că aceștia curg împreună într-o performanță coerentă care se conectează la muzică.

10. Trucuri Acro și floor work limitate.

11. Dansul trebuie sa includa abilități tehnice, ritm, mișcare dinamică și interpretare stilistică.

Alegerea muzicii, costumul și stilul/genul/conținutul coregrafic adecvat vârstei interpretului.