

ПРАВИЛНИК НА БЪЛГАРСКИ ЧИРЛИДИНГ СЪЮЗ

За участие в държавните турнири

София
Септември 2026



Съдържание

- I. Цели и задачи
- II. Ръководство и организация
- III. Право на участие в състезанията
- IV. Общи правила
- V. Дисциплини и възрастови групи
- VI. Уреди
- VII. Термини
- VIII. Класиране и награди
- IX. Излъчване и публикуване на видео и снимки
- X. Такса участие
- XI. Състезателни дисциплини
- XII. Състезателни категории
- XIII. Времетраене на съчетанията
- XIV. Структура на изпълнение
- XV. Описание на състезателните дисциплини
- XVI. Приложение – препоръчително съдържание на съчетанията

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1. Състезанията да допринесат за повишаване нивото на чирлидинг и перформанс чир състезателни и подготвителни дисциплини и популяризирането им в България, както и развитието на състезателите, с цел участия в международни спортни събития.
2. Повишаване на квалификацията на треньорските и съдийските кадри.
3. Излъчване на държавни шампиони за съответната година.

II. РЪКОВОДСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ

1. Състезанията се организират и провеждат от Български чирлидинг съюз със съдействието на спортните клубове и съобразно **настоящия правилник**.
2. Държавно първенство се провежда съгласно приетите от Общото събрание и Управителния съвет на Български чирлидинг съюз документи, съгласно Закона за младежта и спорта и наредбите на Министерство на младежта и спорта на Република България.
3. Всяко състезание е с регламентирано участие с точно определени възрастови групи, дисциплини и категории.
4. Всеки спортен клуб, участващ в държавно първенство трябва **да е заплатил членски внос** към БЧС и **индивидуална картотека** на всеки състезател и съответната такса участие.
5. Настоящият правилник **важи за всички състезания**, включени в спортния календар на Български чирлидинг съюз.

III. ПРАВО НА УЧАСТИЕ В СЪСТЕЗАНИЯТА

1. Право на участие в дивизия „Мастърс“ имат всички спортни клубове, които са с изчистени финансови задължения (клубен членски внос и картотеки на спортистите за съответната състезателна година) към Български чирлидинг съюз към деня на състезанието.
2. Принципни заявки се изпращат в **срок не по-кратък от 30 дни** преди провеждането на съответното състезание.

3. Поименни заявки и такса участие се изпращат в **срок най-късно до три седмици (21 дни)** преди провеждането на състезанията. Такса участие се заплаща също до три седмици (21 дни) преди провеждането на състезанията.

4. Необходима информация за **принципна заявка** за участие:

- име на спортния клуб/отбор;
- дивизия, категория и възрастова група – приблизителна бройка участници.

5. Необходима информация за **поименна (окончателна) заявка** за участие:

- име на спортния клуб/отбор;
- дивизия, категория и възрастова група – точна бройка участници;
- поименен списък на участниците и рожден ден на всеки от тях.

6. Всеки треньор/ръководител представя **декларация по образец за уредени авторски права за музикалната фонограма**, на която е поставена композицията/съчетанието.

IV. ОБЩИ ПРАВИЛА

Музиката във всички категории трябва да бъде **изпратена заедно с поименната (окончателната) заявка** на посочен имейл от организатора на турнира, както и да бъде **записана на преносим електронен носител (USB)** за деня на състезанието. Времетраенето на композицията/съчетанието за всички категории започва да тече от първата нота на музиката и завършва с последната нота на музиката.

V. ДИСЦИПЛИНИ И ВЪЗРАСТОВИ ГРУПИ

В настоящия правилник се определят **осем чирлидинг и пърформънс чир дисциплини**:

- ЧИРЛИДИНГ (ниво 1 до ниво 3 включително)
- ЧИРЛИДИНГ (ниво 4 до ниво 6 включително)
- ТЪМБЛИНГ (tumbling)
- ФРИСТАЙЛ ПОМПОНИ
- ФРИСТАЙЛ ДЖАЗ (contemporary, lyrical, jazz modern, modern dance)

- ФРИСТАЙЛ ХИП-ХОП (popping, locking, whacking, krumping, house)
- ФРИСТАЙЛ АКРО (acro dance)
- ГЕЙМДЕЙ (game day)

Следните възрастови групи са валидни за изброените по-горе **осем чирлидинг и пърформънс чир дисциплини**:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

При определяне възрастовата група на състава се **зачита навършването на съответната възраст в годината на провеждане на състезанието**. Във всички възрастови групи и дисциплини могат да участват момичета и момчета.

VI. УРЕДИ

Помпон – топка лентички/ресни, с ширина на всяка лентичка до 5 см. и дължина до 20 см., събрани на едно място. Всеки състезател е необходимо да има два помпона. Помпоните имат шест различни големина (2 до 6 инча), шест различни начина за хващане с ръка и имат различно предназначение в различните дисциплини.

Мегафон – уред, който се използва в първата част на съчетанията по време на скандирането. Не се дефинират размери, но трябва да е комфортен за съответната възрастова. Може да бъде различни цветове. Може да има надпис на клуба/отбора върху него.

Табела – табелата представлява правоъгълно или квадратно парче от лека носена материя и с размери, комфортни за съответната възрастова група. На табелата може да е изписано име на клуба, мото, надхваща дума или да бъде просто цветна табела без текст.

Флаг – флагът представлява парче материал с комфортни за съответната възраст размери и закрепено/закачено от едната страна на батон/дръжка. Флагът може да е с цветовете и логото на спортния клуб, а може и в произволен цвят, който е в съответствие с екипите на състезателите или населеното място където живеят.

VII. ТЕРМИНИ

Лифт - един или няколко съотборници, които са в задължителен контакт със земната повърхност, повдигат свой съотборник над земната повърхност.

Поддръжка – един или няколко съотборници, които са в задължителен контакт със земната повърхност, поддържат във въздуха свой съотборник, който няма контакт със земната повърхност по време на изпълнение на фигурата.

Гимнастическа фигура – упражнение, изпълнено в постоянен контакт със земната повърхност и при което краката и ханшът на състезателя не преминават над главата му в нито един момент от изпълнението му. Примери – шпагат, мост, везна и т.н.

Акробатична фигура – упражнение, изпълнено без постоянен контакт със земната повърхност и при което краката и ханшът на състезателя преминават или се задържат статично над главата му по време на изпълнението. Примери – стойка на ръце, предно/задно/странично колело, флик-флак, предно/задно салто и т.н.

Стънт - един или няколко съотборника, които са в задължителен контакт със земната повърхност, поддържат във въздуха свой съотборник. Стънтът се дефинира като “One Leg” или “Two Legs”, в зависимост от опората на един крак или на два крака на съотборника във въздуха спрямо съотборниците на земната повърхност. Ако опората на съотборника във въздуха не е на един или два крака, стънтът се дефинира като “Two Legs”.

Пирамида - два или повече свързани в контакт стънта.

Тъмблинг – статични или динамични акробатични фигури, изпълнявани индивидуално, синхронно в двойка или синхронно от целия отбор.

Джаз техника – съчетание на класическа, съвременна и джазова хореографски школи със спортни елементи. Характеризира се с танцови преходи между различните хореографски стилове, скокове, пируети, поддръжки, гимнастически и акробатични елементи. Препоръчително е познаване на танцовите техники на Марта Греъм (Graham technique), Хосе Лимон (Jose Limon), Мърс Кънингам (Cunningham technique) и Лестър Хортън (Lester Horton). Препоръчително е запознаване с принципите на построение на класически танц по методика Ваганова.

Спин (twist) - състезателят се завърта на 360 градуса около вертикалната си ос.

VIII. КЛАСИРАНЕ И НАГРАДИ

1. Класирането е за всяка възраст и категория поотделно.
2. Класиралите се до трето място мини формация и формация получават медали и/или купи.
3. Соло и дует (индивидуално и двойка) получават медали от първо до трето място.
4. Домакините могат да осигурят допълнителни награди.

IX. ИЗЛЪЧВАНЕ И ПУБЛИКУВАНЕ НА ВИДЕО И СНИМКИ

1. Състезанията могат да се излъчват в локални, национални или международни платформи и телевизии и социални медии директно, на запис или репортаж.
2. С подаване на поименната заявка за участие **ръководителят** на съответния клуб/отбор **дава съгласието си** за публично представяне на хореографиите или на части от тях, без да има претенции за излъченото. Същото се отнася и за публикуване на снимки от състезанието в социалните медии.

X. ТАКСА УЧАСТИЕ

1. Такса участие се определя **отделно за всяко състезание** в зависимост от ранга му в Държавния спортен календар на Български чирлидинг съюз.
2. Таксата участие бива **индивидуална** и/или **групова**. Тя се определя при обявяване на съответното състезание. След подаване на поименната (окончателна) заявка за участие в **електронен табличен формат** (таблица на Microsoft Excel), се определя общата сума за такса участие на съответния клуб/отбор. Заплаща се към организатора на съответното състезание.
3. Таксата участие в държавно първенство на Български чирлидинг съюз се **заплаща по банков път** към официалната сметка и се **издава счетоводен документ (фактура)**.

XI. СЪСТЕЗАТЕЛНИ ДИСЦИПЛИНИ

- ЧИРЛИДИНГ (ниво 1 до ниво 3 включително)
- ЧИРЛИДИНГ (ниво 4 до ниво 6 включително)
- ТЪМБЛИНГ (tumbling)
- ФРИСТАЙЛ ПОМПОНИ
- ФРИСТАЙЛ ДЖАЗ (contemporary, lyrical, jazz modern, modern dance)
- ФРИСТАЙЛ ХИП-ХОП (popping, locking, whacking, krumping, house)
- ФРИСТАЙЛ АКРО (acro dance)
- ГЕЙМ ДЕЙ (game day)

XII. СЪСТЕЗАТЕЛНИ КАТЕГОРИИ

- ИНДИВИДУАЛНО – 1 състезател
- ДВОЙКА – 2 състезатели
- МИНИ ФОРМАЦИЯ/ОТБОР – 5 – 10 състезатели
- ФОРМАЦИЯ/ОТБОР – 11 състезатели и повече

XIII. ВРЕМЕТРАЕНЕ НА СЪЧЕТАНИЯТА

Дисциплина	Времетраене
Чирлидинг (ниво 1 до ниво 3 включително)	Скандиране – 30 секунди Изпълнение под музикална фонограма - до 2:00 мин.
Чирлидинг (ниво 4 до ниво 6 включително)	Скандиране – 30 секунди Изпълнение под музикална фонограма – до 2:00 мин.
Тъмблинг индивидуално и двойка	До 1:00 минута
Тъмблинг мини формация и формация	До 1:30 минути
Фристайл помпони индивидуално и двойка	До 1:30 минути
Фристайл помпони мини формация и формация	До 2:00 минути
Фристайл джаз индивидуално и двойка	До 1:30 минути
Фристайл джаз мини формация и формация	До 2:00 минути
Фристайл хип-хоп индивидуално и двойка	До 1:30 минути
Фристайл хип-хоп мини формация и формация	До 2:00 минути
Фристайл акро индивидуално и двойка	До 1:30 минути
Фристайл акро мини формация	До 2:00 минути
Гейм Дей мини формация и формация	До 3:00 минути

XIV. СТРУКТУРА НА ИЗПЪЛНЕНИЕ

- вход на състезателната площ след обявяване на водещия, изпълнява се без музика;
- заемане на начална поза;
- изпълнение на композицията. Времетраенето започва от първата нота на музиката;
- финална поза – завършването на изпълнението трябва да съвпада с последната нота на музиката;
- напускането на състезателната площ се извършва без музика.

XV. ОПИСАНИЕ НА СЪСТЕЗАТЕЛНИТЕ ДИСЦИПЛИНИ

ЧИРЛИДИНГ (ниво 1 до ниво 3 включително)

Съчетание което се изпълнява без аксесоари и задължително в спортен екип на собствена избрана музикална фонограма. Съчетанието представлява комбинация от индивидуални и групови статични и динамични гимнастически упражнения с максимална височина на построение гърдите на “базата” (съотборникът в контакт със земната повърхност). Това е максималната височина на стъпалата на “флаера” (съотборникът, който е във въздуха и без допир със земната повърхност). Изпълняват се упражнения и фигури от нива 1, 2 и 3, описани в поименния списък. Задължително е да има “спотър” (съотборник отговарящ за безопасността на “флаера”) зад всеки “флаер”. Съчетанието трябва да показва умения за работа в малка и голяма група съотборници, а също така и основни индивидуални гимнастически упражнения. Движенията трябва да са резки, чисти и прецизни. Отборът следва да е отлично синхронизиран и да представя груповите упражнения в синхрон. Между гимнастическите упражнения трябва да има кратка (до четири осмици) танцова част/части. Визуално съчетанието за да бъде ефективно трябва да включва промени в нивата, групова работа и промени във формацията и картините.

Скандиране: Преди началото на съчетанието в един глас целият отбор трябва да скандира с продължителност 30 секунди. При скандирането могат да се използват помпони, табели, флагове и/или мегафони. Разрешени са стънтове или пирамиди до трето ниво. Текстът трябва да е кратък, отчетлив, разбираем за публиката и съдиите. Повтаря се няколко пъти във времевия отрязък. След приключване на скандирането използваните аксесоари се подреждат по продължение на линията отпред и извън състезателната настилка.

Терминология и видео на упражненията можете да видите на следния линк:
<https://cheerunion.org/cheerleadingglossary/>

Костюми – облеклото на всеки състезател трябва да е в традиционния чирлидинг (спортен) стил и да е съобразено с възрастовата група и характера на композицията. Препоръчителното облекло:

- рокля, пола и топ, къс клин или боксери (момичета);
- спортен панталон и върхна спортна блуза (момчета);
- подходящи „меки“ спортни обувки, които не обхващат глезена; Прическата и гримът трябва да подходат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: мини формация и формация

ЧИРЛИДИНГ (ниво 4 до ниво 6 включително)

Съчетание което се изпълнява без аксесоари и задължително в спортен екип на собствена избрана музикална фонограма. Съчетанието представлява комбинация от индивидуални и групови статични и динамични гимнастически упражнения с минимална височина на построение гърдите на “базата” (съотборникът в контакт със земната повърхност). Максималната височина на стъпалата на “флаера” (съотборник, който е във въздуха и без допир със земната повърхност) е 2 ½ човешки ръста. Изпълняват се упражнения и фигури от нива 4, 5 и 6, описани в поименния списък. Задължително е да има един, два или три “спотър/а” (съотборник отговарящ за безопасността на “флаера”) зад всеки “флаер” и “маунтър” (съотборник, който е във въздуха без допир със земната повърхност и е в контакт с “базата” и “флаера”).

Съчетанието трябва да показва умения за работа в двойка, в малка и голяма група съотборници, а така също и комбинация от най-сложните индивидуални гимнастически упражнения. Движенията трябва да са резки, чисти и прецизни. Отборът следва да е отлично синхронизиран и да представя груповите упражнения като „един“. Между гимнастическите упражнения трябва да има кратка (до четири осмици) танцова част/части. Визуално съчетанието за да бъде ефективно трябва да включва промени в нивата, групова работа и промени във формацията и картините.

Скандиране: Преди началото на съчетанието в един глас целият отбор трябва да скандира с продължителност 30 секунди. При скандирането могат да се използват помпони, табели, флагове и/или мегафони. Разрешени са стънтове или пирамиди до трето ниво. Текстът трябва да е кратък, отчетлив, разбираем за публиката и съдиите. Повтаря се няколко пъти във времевия отрязък. След приключване на скандирането използваните аксесоари се подреждат по продължение на линията отпред и извън състезателната настилка.

Терминология и видео на упражненията можете да видите на следния линк:
<https://cheerunion.org/cheerleadingglossary/>

Костюми – облеклото на всеки състезател трябва да е в традиционния чирлидинг (спортен) стил и да е съобразено с възрастовата група и характера на композицията. Препоръчителното облекло:

- рокля, пола и топ, къс клин или боксери (момичета);

- спортен панталон и върхна спортна блуза (момчета);
- подходящи „меки“ спортни обувки, които не обхващат глезена;
- Прическата и гримът трябва да подходжат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: мини формация и формация

ТЪМБЛИНГ (tumbling)

Упражненията в тъмблинга са разпределени в пет нива, които в последователен ред усложняват демонстрирането на индивидуални или групови качества на атлетите. Преминаването от ниво в ниво трябва да става под зоркото наблюдение на треньора след многократни перфектни изпълнения на всяко едно упражнение от предходното ниво.

Елементите се изпълняват от място или с разбег. Те могат да бъдат изпълнени по едно или в последователност. Могат да бъдат изпълнени от един атлет (individual), от двама атлети (double) или от целия отбор (all team). Изпълнението в свързана последователност е строго регламентирано за всяко едно ниво от Техническата комисия на Международния чирлидинг съюз. Не се разрешават произволни комбинации и отклонения от утвърдения поименен списък.

Забранени елементи във възрастова група BABY KIDS са упражнения от НИВО 2 до НИВО 6, в MINI KIDS – от НИВО 3 до НИВО 6, в JUNIOR – НИВО 6, в SENIOR – няма.

Костюми – облеклото на всеки състезател трябва да е в спортен стил и да е съобразено с възрастовата група и музиката. Подходящи спортни обувки или бос крак. Прическата и гримът трябва да подходжат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: индивидуално, двойки, мини формация

КЛАСИФИКАЦИЯ НА ГИМНАСТИЧЕСКИТЕ УПРАЖНЕНИЯ:

НИВО 1 (LEVEL 1):

1. Forward Roll
2. Backward Roll
3. Handstand (floor) & against the wall (stomach facing wall) 10 sec
4. Standing Bridge to 5 sec hold with kick over to lunge
5. Handstand to bridge with stand up
6. Handstand to 1 leg bridge (mats) with 1 leg kick over
7. Standing bridge (with 1 leg to mat)
8. Cartwheel (straight line)
9. Round off
10. Power Hurdle & 2 step hurdle into Round off
11. Back handspring drill (over roll/shoulder height)
12. Front walkover & Back walkover

НИВО 2 (LEVEL 2) & Back handsprings only:

1. Front walkover
2. Back walkover
3. Round off back handspring
4. Back handspring
5. Back handspring step out (mat)
6. One arm cartwheel
7. Aerial prep (dive cartwheel)
8. Front handspring (mats)
9. Round off 2 back handsprings (mats)
10. Standing 2 back handsprings (mats)
11. Standing 3 back handsprings (anywhere/round off or standing)
12. Back tuck (over roll - shoulder height)
13. Front handspring step out round off back handspring

НИВО 3 (LEVEL 3) & Back tucks only:

1. Round off back tuck
2. Round off back handspring back tuck
3. Standing back handspring Series 3x
4. Front tuck
5. Aerial (off bi-fold)
6. Front handspring punch

7. Standing tuck (mat)
8. Standing back handspring step out round off back handspring back tuck
9. Front handspring step out Round off back handspring back tuck
10. Round off 3 back handsprings to back tuck

НИВО 4 (LEVEL 4) & Twisted tumbling:

1. Lay out
2. X-out
3. Lay out step out
4. Aerial
5. Arabian front
6. Back handspring back tuck
7. Front handspring front tuck
8. Standing tuck
9. Front flip step out round off back handspring to layout
10. Whip back handspring through to layout
11. Whip Layout (tumble trak)

НИВО 5 (LEVEL 5) & Twisted tumbling:

1. Lay out with full twist
2. Back tuck punch-back tuck or whip whip combo
3. Front handspring layout
4. Front tuck punch front tuck
5. Whip combo through to full
6. Back tuck punch front tuck
7. Skip aerial or standing aerial
8. Standing Back handspring full twisting layout
9. Standing full (mat)
10. One and a half twisting layout
11. Double full twisting layout

НИВО 6 (LEVEL 6) & Combination tumbling:

Съгласно решението на Техническата комисия на Международния чирлидинг Съюз за съответната календарна състезателна година

ФРИСТАЙЛ ПОМПОНИ

Съчетание с помпони, със спортен характер и на собствена избрана музикална фонограма. Задължително е използването на помпоните през цялото време на хореографията. Важни характеристики на съчетанието са синхрон и визуални ефекти, изпълнени с точни, чисти резки фигури с помпони, изпълнени с правилна техника. Движенията трябва да са много резки, чисти и прецизни. Отборът следва да е отлично синхронизиран и да се представя като „един“. За да бъде пълноценно, съчетанието трябва да включва промени в нивата, групова работа и промени във формацията и картините. Следва да се има предвид, че съчетанието трябва да показва традиционни помпон техники, когато се ползва музикална фонограма и концепция за джаз и/или хип-хоп.

Движенията трябва да бъдат изпълнени рязко, а фигурите и престоляванията – да са чисти и прецизни. В съчетанието трябва да има пируети, упражнения от място и упражнения с разбег.

Във възрастови групи BABY KIDS и MINI KIDS са забранени построяването на пирамидите и акробатичните елементи, а в KIDS, JUNIOR, SENIOR – построяването на пирамиди.

Терминология и видео на упражненията можете да видите на следния линк (**pom motions**) и (**performance skills**):

<https://www.cheerunion.org/performancecheerglossary/>

Костюми – облеклото на всеки състезател/ка трябва да е в традиционния чирлидинг (спортен) стил и да е съобразено с възрастовата група, музиката и характера на композицията.

Препоръчително облекло:

- рокля, пола и топ, къс клин или боксери (момичета);
- спортен панталон и върхна спортна блуза (момчета); Подходящи спортни обувки, цвички или джазовки;
- Прическата и гримът трябва да подходат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на

треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: индивидуално, двойка, мини формация и формация

ФРИСТАЙЛ ДЖАЗ (contemporary, lyrical, jazz modern, modern dance)

Съчетание, което включва класическа, съвременна и джазова хореографски школи и стилизира движения и комбинации от **lyrical, contemporary, jazz modern, modern dance** танцови стилове. Характеризира се с танцови преходи между различните хореографски стилове, скокове, пируети, поддръжки, гимнастически и акробатични елементи. Препоръчително е познаване на танцовите техники на Марта Греъм (Graham technique), Хосе Лимон (Jose Limon), Мърс Кънингам (Cunningham technique) и Лестър Хортън (Lester Horton). Препоръчително е запознаване с принципите на построение на класически танц по методика Ваганова.

Изпълнението трябва да е със сила, присъствие, промени във формацията, групова работа и чисти технически елементи. Акцентът се поставя върху правилното техническо изпълнение, контрол на тялото, стил, музикална интерпретация, непрекъснатост на движението и синхронизация на индивидуалностите в отбора. Цялостното впечатление трябва да бъде динамично, жизнено, енергично и мотивиращо, като същевременно позволява текстура на движението, съобразена с пълноценното изпълнение на музикалната фонограма. Престрояванията трябва да са изпълнени чисто, стройно, прецизно и динамично. Акцент се поставя и на артистичността, индивидуалното и груповото изпълнение на гимнастически елементи, скокове, пируети.

Във възрастови групи BABY KIDS и MINI KIDS са забранени построяването на пирамидите и акробатичните елементи, а в KIDS, JUNIOR, SENIOR – построяването на пирамиди.

Терминология и видео на упражненията можете да видите на следния линк (**performance skills**): <https://www.cheerunion.org/performancecheerglossary/>

Костюми – облеклото на всеки състезател трябва да е в традиционния джаз стил и да е съобразено с възрастовата група, музиката и характера на композицията. Подходящи спортни обувки, цвички или джазовки. Прическата и гримът трябва да подхождат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: индивидуално, двойка, мини формация и формация

ФРИСТАЙЛ ХИП-ХОП (popping, locking, whacking, krumping, house)

Съчетание, което включва и стилизира движения и комбинации от **popping, locking, whacking, krumping, house** танцови стилове. Акцентът се поставя върху сценично поведение, танцови стилове, креативност, изолация на отделни части на тялото и контрол, еднаквост и синхронизация на участниците във формацията, прецизност на демонстрираните фигури и музикална интерпретация на уличните танци (**street dances**). Допълнителен акцент се поставя върху атлетически умения като скокове, „замръзване“ на тялото, гимнастически и ротационни фигури на земята и други специфични умения. Изпълнението трябва да е със сила, присъствие, промени във формацията, групова работа и чисти технически елементи. Необходимо е сценично облекло и аксесоари, които са характерни за хип-хоп културата. Елементите трябва да бъдат изпълнени чисто, престрояванията – да са динамични и прецизни. Акцент се поставя и върху артистичността. Забранено е построяването на пирамиди във всички възрастови групи.

Терминология и видео на упражненията можете да видите на следния линк (**hip hop skills**): <https://www.cheerunion.org/performancecheerglossary/>

Костюми – облеклото на всеки състезател трябва да е в традиционния хип-хоп стил и да е съобразено с възрастовата група, музиката и характера на композицията. Подходящи спортни обувки, цвички или хип-хоповки. Прическата и гримът трябва да подхождат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- **BABY KIDS** (малки деца): до 7 години
- **MINI KIDS** (малки деца): от 8 до 11 години
- **KIDS** (деца): от 12 до 14 години
- **JUNIOR** (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- **SENIOR** (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: индивидуално, двойка, мини формация и формация

ФРИСТАЙЛ АКРО (acro dance)

Съчетание, което комбинира танзови фигури, гимнастически фигури и акробатични фигури, поставен върху подходяща музика с определено времетраене, прецизност и оригиналност. Хореографията трябва да бъде микс от различни упражнения. Изпълнението на по-сложни елементи, но съизмерими с упражненията от разрешените нива води до бонификация. Разминаване между финална поза и финал на музикалната фонограма се отчита за грешка в хореографията.

Препоръчителни елементи: НИВО 1 (LEVEL 1) до НИВО 3 (LEVEL 3). Забранени елементи: НИВО 4 до НИВО 6 (LEVEL 3 до LEVEL 6)

Музика

Ритъм и темпо на музиката не са предварително определени. Свободен стил по избор на хореографа. Забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал. Музиката трябва да бъде записана на електронна преносима памет (флашка) и да бъде изпратена на предварително посочен от организатора имейл.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: индивидуално, двойка, мини формация и формация

ГЕЙМ ДЕЙ (game day)

Състезателната дисциплина „Гейм Дей“ (Game Day) е специален формат, създаден да пресъздаде атмосферата и енергията на истински спортен мач. За разлика от традиционните чирлидинг състезания, където акцентът е върху сложната хореография и акробатични елементи, основната цел тук е да се покаже как отборът умее да води и мотивира публиката, като поддържа спортния дух и създава усещане за присъствие в спортна зала или на стадион. Съдиите оценяват не толкова техническата трудност, а умението за взаимодействие с феновете, синхронът, енергията и автентичността на изпълнението.

Времето на цялостно представяне на отбора е максимум три минути. Времето на представяне на всяка една от съставните части е както следва:

Първа част - хореография на маршова музика – максимум 60 секунди;

Втора част – скандиране и подкрепа на отбор – максимум 30 секунди;

Трета част – танцова част – максимум 60 секунди.

Първата част от състезателната дисциплина (**Band Chant**) е хореография на маршова музика (аудиозапис), която е изпълнена от духов оркестър. Оригиналното решение е ако учебното заведение има химн и участниците маршируват на него – хореография с **максимална продължителност 60 секунди**, опростена и лесно запомняща се. В ръцете си състезателите могат да имат помпони, батони, знамена и табели с името или слогана (девиза) на учебното заведение, което представляват. Съдиите оценяват синхрон на изпълнение, редици и линии в идеално положение, излъчване на състезателите и визуална комуникация с публиката. Изпълнението трябва да е динамично и да създава настроение.

Втората част от състезателната дисциплина (**Situational Sideline**) е хореография, която може да бъде изпълнена с музикална фонограма или без. Целта е да се демонстрира подкрепа за любимия отбор до страничната линия на състезателния терен и изпълнява подходящи скандирания и движения, както би се случило по време на истински мач. Хореографията се изпълнява в една или в две линии, което симулира подкрепа на любимия отбор до страничната линия на състезателната площадка/поле и е с **максимална продължителност 30 секунди**. Условието за опростеност, лесно запомняне и възможност за възпроизвеждане е в сила и в тази част на състезателната дисциплина. В ръцете си състезателите може да имат само и единствено помпони или абсолютно нищо. Когато в ръцете на състезателите няма нищо, имат право и е желателно да направят елементарни

базови поддръжки/стънтове от първо, второ или трето ниво, които задължително да са построени в една линия. Когато в ръцете на състезателите има помпони, имат право на фигури и динамична хореография, изпълнена в една до три линии.

Третата част от състезателната дисциплина (**Performance Routine**) е хореография изпълнена на музикална фонограма (аудиозапис). Състезателите представят в опростена, линейна, изчистена от пируети, скокове и сложни фигури хореография с помпони, която може да завършва, но не задължително с финална поза поддръжки/стънтове от първо, второ или трето ниво. В ръцете си състезателите могат да имат само помпони и хореографията е с **максимална продължителност 60 секунди**. Съдиите оценяват синхрон на изпълнение, редици и линии в идеално положение, излъчване на състезателите и визуална комуникация с публиката. Изпълнението трябва да е динамично и да създава настроение.

Костюми – облеклото на всеки състезател трябва да е в традиционния чирлидинг (спортен) стил и да е съобразено с възрастовата група и характера на композицията. Препоръчителното облекло:

- рокля, пола и топ, къс клин или боксери (момичета);
- спортен панталон и върхна спортна блуза (момчета);
- подходящи „меки“ спортни обувки, които не обхващат глезена; Прическата и гримът трябва да подхождат на възрастовата група.

Музика – ритъм и темпо на музикалната фонограма са по избор на треньорския/хореографския екип. Може да е свободен стил и се забранява лош език, мръсни думи, обиди и расизъм в текста при наличие на вокал.

Възрастови групи:

- BABY KIDS (малки деца): до 7 години
- MINI KIDS (малки деца): от 8 до 11 години
- KIDS (деца): от 12 до 14 години
- JUNIOR (девойки/младежи): от 15 до 18 години
- SENIOR (жени/мъже): от 16 години и повече

Категории: мини формация и формация

ПРИЛОЖЕНИЕ

Препоръчително съдържание на съчетанията

ЧИРЛИДИНГ НИВО 1-3	
БЕЙБИ КИДС	• минимум 3 престоивания; • индивидуални гимнастически упражнения от ниво 1 и ниво 2;
МИНИ КИДС	• минимум 5 престоивания; • индивидуални гимнастически упражнения от ниво 1 и ниво 2;
КИДС	• минимум 7 престоивания; • чисто изпълнени техники с две ръце; • минимум 2 единични скока от място; • акробатични фигури с разбег (tumbling).
ДЖУНИЪР, СЕНЬОР	• минимум 7 престоивания; • чисто изпълнени техники с две ръце; • минимум 3 единични скока от място; • минимум 1 скок, изпълнен минимум 2 пъти без прекъсване; • акробатични фигури с разбег (tumbling).
ЧИРЛИДИНГ НИВО 4-6	
ДЖУНИЪР, СЕНЬОР,	• минимум 7 престоивания; • чисто изпълнени техники с две ръце; • минимум 3 единични скока от място; • минимум 1 скок, изпълнен минимум 2 пъти без прекъсване; • акробатични фигури с разбег (tumbling).
ТЪМБЛИНГ	
БЕЙБИ КИДС	• НИВО 1 (LEVEL 1)
МИНИ КИДС	• НИВО 1 (LEVEL 1) и НИВО 2 (LEVEL 2)
КИДС	• НИВО 1 (LEVEL 1) до НИВО 3 (LEVEL 3)
ДЖУНИЪР	• НИВО 1 (LEVEL 1) до НИВО 5 (LEVEL 5)
СЕНЬОР	• НИВО 1 (LEVEL 1) до НИВО 5 (LEVEL 5)
ФРИСТАЙЛ ПОМПОНИ	
БЕЙБИ КИДС	• минимум 3 престоивания; • чисто изпълнени техники с двете ръце с помпони; • минимум 1 един скок от място или с разбег; • минимум 1 един пирует.
МИНИ КИДС	• минимум 5 престоивания; • чисто изпълнени техники с двете ръце с помпони; • минимум 1 единични скока от място или с разбег; • минимум 1 различни единични пируета.
КИДС	• минимум 10 престоивания; • чисто изпълнени техники с двете ръце с помпони; • минимум 3 единични скока от място или с разбег; • минимум 2 различни единични пируета.
ДЖУНИЪР, СЕНЬОР	• минимум 12 престоивания; • чисто изпълнени техники с двете ръце с помпони; • минимум 4 единични скока от място или с разбег; • минимум 2 различни единични пируета; • минимум 1 пирует, изпълнен минимум 2 пъти без прекъсване;
ФРИСТАЙЛ ДЖАЗ	
БЕЙБИ КИДС	• минимум 3 престоивания; • чисто изпълнени джаз техники, независимо от избрания стил; • минимум 1 един скок от място или с разбег; • минимум 1 един пирует.

МИНИ КИДС	• минимум 5 престроявания; • чисто изпълнени джаз техники, независимо от избрания стил; • минимум 1 единични скока от място или с разбег; • минимум 1 различни единични пируета.
КИДС	• минимум 10 престроявания; • чисто изпълнени джаз техники, независимо от избрания стил; • минимум 2 единични скока от място или с разбег; • минимум 2 различни единични пируета; • минимум 1 пирует, изпълнен минимум 2 пъти без прекъсване
ДЖУНИЪР	• минимум 12 престроявания; • чисто изпълнени джаз техники, независимо от избрания стил; • минимум 4 единични скока от място или с разбег; • минимум 2 различни единични пируета; • минимум 1 пирует, изпълнен минимум 2 пъти без прекъсване.
СЕНЬОР	• минимум 15 престроявания; • чисто изпълнени джаз техники, независимо от избрания стил; • минимум 4 единични скока от място или с разбег; • минимум 2 различни единични пируета; • минимум 1 пирует, изпълнен минимум 2 пъти без прекъсване;
ФРИСТАЙЛ ХИП-ХОП	
БЕЙБИ КИДС	• минимум 3 престроявания; • чисто изпълнени хип-хоп техники, независимо от избрания стил; • минимум 1 един хип-хоп стил;
МИНИ КИДС	• минимум 5 престроявания; • чисто изпълнени хип-хоп техники, независимо от избрания стил; • минимум 1 хип-хоп стил.
КИДС	• минимум 8 престроявания; • чисто изпълнени хип-хоп техники, независимо от избрания стил; • минимум 2 хип-хоп стила; • минимум 2 акробатични фигури в двойка или група.
ДЖУНИЪР	• минимум 10 престроявания; • чисто изпълнени хип-хоп техники, независимо от избрания стил; • минимум 3 хип-хоп стила; • минимум 3 акробатични фигури в двойка или група.
СЕНЬОР	• минимум 12 престроявания; • чисто изпълнени хип-хоп техники, независимо от избрания стил; • минимум 3 хип-хоп стила; • минимум 3 акробатични фигури в двойка или група.
ФРИСТАЙЛ АКРО	
БЕЙБИ КИДС, МИНИ КИДС, КИДС, ДЖУНИЪР, СЕНЬОР	НИВО 1 (LEVEL 1) до НИВО 3 (LEVEL 3)