



Aerobik sportowy – regulamin techniczny

I. PROGRAM I SYSTEM ZAWODÓW

1. Program zawodów wg przepisów stanowiących załącznik do regulaminu technicznego.
2. Zawody są rozgrywane w czterech konkurencjach:
 - a. trójki - 3 kobiety lub 3. mężczyzn lub grupa mieszana
 - b. jedynki – kobiety
 - c. jedynki – mężczyźni
 - d. pary - kobieta + mężczyzna
3. Wymogi dotyczące kompozycji układów:
 - dowolny podkład muzyczny
 - czas układu - 2 minuty, z tolerancją ± 5 sek.

Kompozycja układu powinna składać się z:

- trzech elementów obowiązkowych (compulsory)
- minimum czterech elementów do wyboru (obligatory)

Wszystkie ww. elementy powinny być połączone różnego typu krokami tanecznymi, podskokami, obrotami, różnymi formami ćwiczeń charakterystycznymi dla aerobiku.

II. UCZESTNICTWO

1. Każda uczelnia może wystawić dowolną liczbę zawodników we wszystkich konkurencjach oraz dwie osoby towarzyszące (kierownik i trener).
2. Jeden zawodnik ma prawo startu w różnych konkurencjach.
3. Zgodnie z Regulaminem Ogólnym DLM 2010/2011
4. Zawody będą rozgrywane w ramach Akademickich Mistrzostw Polski 2010/2011 zgodnie z terminarzem podanym na stronie www.amp.azs.pl

III. PUNKTACJA

1. Do punktacji drużynowej Uczelni zaliczane są wyniki najwyższej sklasyfikowanej solistki, solisty, pary i trójki z danej Uczelni wg zasady:
 - n+1 - I miejsce w konkurencji, n-1 - II miejsce w konkurencji, n-2 - III miejsce w konkurencji, gdzie n - stanowi liczbę solistek/solistów/par/trójek startujących w zawodach z terenu Dolnego Śląska.
- Wynik końcowy Uczelni stanowi suma punktów uzyskana we wszystkich konkurencjach.

