



# Regulamin Lig Tanecznych Polskiej Federacji Tańca

v.1/2025

**OPRACOWANIE:**

***Michał GAWRON, Jacek SENNEWALD, Szymon KOWALEWSKI, Andrzej KUŹNICKI***

*Stan na: 22.02.2024 r. (wszelkie prawa zastrzeżone)*

## CEL

Głównym celem ligi PFT jest upowszechnienie tańca i rywalizacji tanecznej wśród dzieci i młodzieży poprzez organizowanie turniejów, w których jak największa ilość tancerzy może rywalizować na swoich poziomach zaawansowania i w swoich kategoriach wiekowych, zainteresowanie zawodami jak największej liczby tancerzy niezależnie od przynależności federacyjnej.

## CHARAKTERYSTYKA

Tancerze/zawodnicy uczestniczący w turniejach ligowych PFT są dzieleni na stosowne poziomy zaawansowania i wiekowe. Na każdym z turniejów uczestnicy zdobywają miejsca i otrzymują punkty za dany turniej. Uzyskanie odpowiedniej ilości punktów daje awans do kolejnej ligi.

## SOLO

### - PODZIAŁ NA LIGI – POZIOMY ZAAWANSOWANIA (PUNKTY LIGOWE PFT)

| STYL        | LIGA | OPIS                                                                              | STRÓJ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | MAKIAŻ                                                                                                                                                                                                     | DODATKOWE INFO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DISCO DANCE | E    | Debiut - poziom początkujący - pierwszy start w jakichkolwiek zawodach tanecznych | Strój powinien być dostosowany do wieku i klasy tancerza. Kostium musi zakrywać intymne części ciała (część od linii bioder do linii zakończenia pośladków oraz linia biustu muszą być zakryte). Miejsca te muszą być zakryte materiałem nieprześwitującym. W kategorii dzieci niewłaściwe są materiały typu skóra, skóropodobne, latex i stosowanie strojów typu bikini (zalecane kostiumy zabudowane). W stroju tancerza niedozwolone są stringi, majtki w kolorze cielistym. | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Biżuteria i inne części kostiumu muszą być dobrze umocowane i nie mogą stwarzać zagrożenia dla innych tancerzy. Zgodny z przepisami IDO. | <u><b>Liga E i D:</b></u><br>zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp. Zabrania się używania kostiumów i strojów z ozdobami, szytymi specjalnie do tańca oraz ozdób typu kamienie, cekiny, frędzle, pióra. Zalecana jest prosta fryzura.<br><br><u><b>Liga C, B, A, S:</b></u><br>Strój dowolny zgodny z przepisami IDO. Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12. |
|             | D    | Tancerze początkujący                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | C    | Tancerze początkujący i średniozaawansowani                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | B    | Tancerze średniozaawansowani                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | A    | Tancerze zaawansowani                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | S    | Tancerze o najwyższym poziomie zaawans.                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| HIP HOP     | E    | Debiut - poziom początkujący - pierwszy start w jakichkolwiek zawodach tanecznych | Strój dowolny zgodny z przepisami IDO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Zgodny z przepisami IDO.                                                                                                                 | -----                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|             | D    | Tancerze początkujący                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | C    | Tancerze początkujący i średniozaawansowani                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | B    | Tancerze średniozaawansowani                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | A    | Tancerze zaawansowani                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | S    | Tancerze o najwyższym poziomie zaawans.                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| PA IMPRO    | E    | Debiut - poziom początkujący - pierwszy start w jakichkolwiek zawodach tanecznych | Bez względu na poziom zaawansowania kostium przylegający, tylko koloru czarnego, bez żadnych ozdób. Zgodny z przepisami IDO.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Zgodny z przepisami IDO.                                                                                                                 | -----                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|             | D    | Tancerze początkujący                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | C    | Tancerze początkujący i średniozaawansowani                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | B    | Tancerze średniozaawansowani                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | A    | Tancerze zaawansowani                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|             | S    | Tancerze o najwyższym poziomie zaawans.                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## DUETY

### - PODZIAŁ NA LIGI – POZIOMY ZAAWANSOWANIA (BEZ PUNKTÓW LIGOWYCH PFT)

| STYL                          | LIGA | OPIS                            | STRÓJ                                                                                                                                       | MAKIAŻ                                                                                     | DODATKOWE INFO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------|------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DISCO<br>DANCE<br><br>HIP HOP | E+D  | Tancerze początkujący           | <u>Liga E+D:</u><br>Strój treningowy bez żadnych ozdób (dot. Disco Dance)<br><br><u>Liga C+B i A+S:</u><br>Dowolny, zgodny z przepisami IDO | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Zgodny z przepisami IDO. | <u>Liga E i D:</u><br>zabronione jest stosowanie makijażu. Zabronione jest używanie sztucznych rzęs, sztucznych włosów, lakierów koloryzujących, brokatów itp.<br>Zabrania się używania kostiumów i strojów z ozdobami, szytymi specjalnie do tańca oraz ozdób typu kamienie, cekiny, frędzle, pióra. Zalecana jest prosta fryzura.<br><br><u>Liga C, B, A, S:</u><br>Strój dowolny zgodny z przepisami IDO. Makijaż dowolny z wyłączeniem wszystkich kategorii do lat 12. |
|                               | C+B  | Tancerze średniozaawansowane    |                                                                                                                                             |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                               | A+S  | Tancerze zaawansowani           |                                                                                                                                             |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                               | OPEN | Wszystkie poziomy zaawansowania | Dowolny, zgodny z przepisami IDO                                                                                                            | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Zgodny z przepisami IDO. | ----                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## SOLO/DUETY

### - PODZIAŁ NA LIGI – POZIOMY ZAAWANSOWANIA (BEZ PUNKTÓW LIGOWYCH PFT)

| STYL                        | LIGA | OPIS                            | STRÓJ                                                                                                                    | MAKIAŻ                                                                                     | DODATKOWE INFO                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------|------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| JAZZ<br>DANCE<br><br>MODERN | E+D  | Tancerze początkujący           | <u>Liga E+D:</u><br>Strój treningowy bez żadnych ozdób<br><br><u>Liga C+B i A+S:</u><br>Dowolny, zgodny z przepisami IDO | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Zgodny z przepisami IDO. | <b>System 2 rund:</b> eliminacje i finał<br><br><u>Liga E+D, C+B:</u><br>Eliminacje - max. 1:00 min.<br>Finał – max 1:00 min.<br><br><u>Liga A+S:</u><br>Eliminacje - max. 1:00 min.<br>Finał – max 1:00 min. lub 2:15 min. |
|                             | C+B  | Tancerze średniozaawansowane    |                                                                                                                          |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                             |
|                             | A+S  | Tancerze zaawansowani           |                                                                                                                          |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                             |
| SHOW<br>DANCE               | OPEN | Wszystkie poziomy zaawansowania | Dowolny, zgodny z przepisami IDO                                                                                         | Makijaż i kostium muszą być odpowiednie do wieku i płci tancerza. Zgodny z przepisami IDO. | <b>System 2 rund:</b> eliminacje i finał<br><br>Eliminacje - max. 1:00 min. lub max. 2:15 min.<br>Finał – max 1:00 min. lub max. 2:15 min                                                                                   |

## KATEGORIE, W KTÓRYCH BĘDĄ ROZGRYWANE ZAWODY LIGOWE PFT

| STYL        | KONKURECJA | KATEGORIA WIEKOWA | LIGA |      |      |      |      |      |
|-------------|------------|-------------------|------|------|------|------|------|------|
| DISCO DANCE | SOLO       | 8-                | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 9-10              | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 11-12             | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 13-14             | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 15+               | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 12-               | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 13-14             | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 15-16             | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 17+               | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             | DUETY      | 12-               | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
|             |            | 13-14             | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
|             |            | 15-16             | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
|             |            | 17+               | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
| HIP HOP     | SOLO       | 8-                | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 9-10              | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 11-12             | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 13-14             | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 15+               | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 12-               | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 13-14             | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 15-16             | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 17+               | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             | DUETY      | 12-               | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
|             |            | 13-14             | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
|             |            | 15-16             | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
|             |            | 17+               | E+D  |      | C+B  |      | A+S  |      |
| PA IMPRO    | SOLO       | 8-                | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 9-10              | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 11-12             | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 13-14             | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 15+               | E    | D    | C    | B    | ---- | ---- |
|             |            | 12-               | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 13-16             | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |
|             |            | 17+               | ---- | ---- | ---- | ---- | A    | S    |

### NALICZANIE PUNKTÓW (TYLKO SOLO – DISCO DANCE, HIP HOP, PA IMPRO)

Reguły naliczania punktów i zdobywania wyższych lig tanecznych PFT:

- za każdy start w turnieju zawodnik otrzymuje 5 punktów;
- miejsca na podium są dodatkowo punktowane: 15 pkt za 1 miejsce, 10 pkt za 2 miejsce, 5 pkt za 3 miejsce.
- zawodnik otrzymuje również punkty za każdego pokonanego startującego

Przykład:

Jeśli w turnieju w danej kategorii wzięło udział 40 uczestników to wygrywający otrzymuje:

5 punktów za start (a)

15 punktów za 1 miejsce (b)

40 uczestników minus 1 miejsce równa się 39 punktów (c)

**Czyli razem otrzymuje: 5 + 15 + 39 = 59 punktów.**

Zawodnik zachowuje punkty zmieniając kategorię wiekową. Zmieniając ligę taneczna punkty są zerowane i zbierane od początku. Do uzyskania wyższej ligi tanecznej zawodnik potrzebuje **250 punktów**

**W Lidze E można wystąpić tylko raz. Po pierwszym starcie następuje automatyczny awans do Ligi D.**

## **SPOSÓB ROZGRYWANIA TURNIEJU (DISCO DANCE, HIP HOP, PA IMPRO)**

W każdej rundzie tancerze/zawodnicy prezentują się trzy razy\*:

1. krótka prezentacja zbiorowa, nieoceniana przez komisję sędziowską – czas prezentacji **ok. 10 sek.**
2. prezentacja główna, gdzie ilość podmiotów na parkiecie zależy od kategorii wiekowej i ligi, np.:
  - liga **E, D, C do 6** podmiotów jednocześnie w eliminacjach, w finale do **4** podmiotów  
czas prezentacji solo **do 40 sek.**
  - Liga **B, A do 6** podmiotów jednocześnie w eliminacjach, w finale do **2** podmiotów;  
czas prezentacji solo **do 50 sek.**
  - Liga **S do 6** podmiotów jednocześnie w eliminacjach, w finale **1** podmiot na parkiecie,  
czas prezentacji solo **do 60 sek.**
3. prezentacja zbiorowa oceniana przez komisję sędziowską, czas prezentacji **ok. 30 sek.**

\* jeśli w lidze E, D, C, B, A jest 2 lub 3 podmioty – rozgrywane są dwie prezentacje oceniane przez komisję sędziowską (główna i końcowa); jeżeli jest 1 podmiot – rozgrywana jest tylko runda główna

## **SPOSÓB ROZGRYWANIA TURNIEJU (JAZZ DANCE, MODERN, SHOW DANCE)**

1. W każdej rundzie tancerze/zawodnicy prezentują się jeden raz.
2. Rozgrywane są 2 rundy (eliminacje i finał) \*
- \* zastrzegamy możliwość rozegrania zawodów w formule festiwalowej – 1 runda - FINAŁ
3. Czas prezentacji:
  - a) Jazz Dance / Modern - max. 1:00 min. (ewentualnie w finale A+S – max. 2:15 min.)
  - b) Show Dance – max. 1:00 min. lub max. 2:15 min.

## **UWAGI**

- o przynależności do kategorii wiekowej w solo decyduje rok urodzenia tancerza
- o przynależności do kategorii wiekowej w duetach decyduje rok urodzenia tancerza (starszego z partnerów)

## **UWAGI KOŃCOWE**

Wszelkie sprawy dotyczące regulaminu rozwiązuje Zarząd PFT.