

## **Требования к исполнению танца программы «BASIC» на официальных соревнованиях в 2025 году**

### **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. Общие требования**
- 2. Особенности музыкального исполнения приоритетных фигур**
  - 2.1. Венский вальс**
  - 2.2. Медленный фокстрот**
  - 2.3. Квикстеп**
  - 2.4. Румба**
  - 2.5. Пасодобль**
  - 2.6. Джайв**
- 3. Перечни приоритетных фигур**
- 4. Примерные вариации для исполнения танцев программы «Basic»**
- 5. Формуляры ЗГС для контроля исполнения обязательных фигур в танцах программы «Basic»**
- 6. Заявочный лист**

### **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ**

1.1. Согласно п. 3.23 Правил вида спорта «танцевальный спорт» (Далее – Правил), танец «Basic», состоящий из фигур классов мастерства «С», «D», «E», исполняется в возрастных группах «мужчины и женщины», «юниоры и юниорки (16 – 18 лет)», «юниоры и юниорки (16 – 20 лет)», «юноши и девушки (14 – 15 лет)», «юноши и девушки (12 – 13 лет)» в спортивных дисциплинах: «европейская программа», «латиноамериканская программа» и «двоеборье»; с продолжительностью исполнения – 60 секунд во всех турах.

Год	Официальное спортивное соревнование	Тур соревнования	Танец «BASIC»	Примечания согласно Правилам вида спорта «танцевальный спорт»
2025	Чемпионат России, первенства России	В ¼ финала и в ½ финала	Венский вальс, Румба	В ¼ не более 7 пар в одном заходе. В ½ исполняется сначала каждой парой в отдельности, а затем совместно в один заход
	Кубок России, всероссийские соревнования		Медленный фокстрот, Пасодобль	
	Чемпионат федерального округа, чемпионат двух и более федеральных округов, чемпионат и первенства Москвы, чемпионат и первенства Санкт-Петербурга	В ½ финала	Квикстеп, Джайв	В ½ исполняется сначала каждой парой в отдельности, а затем совместно в один заход. Очередность выхода пар устанавливается в соответствии с порядком возрастания стартовых номеров.
	Чемпионат субъекта Российской Федерации, первенства субъекта Российской Федерации	В финале	Квикстеп, Джайв	Исполняется по заходам, но не более 3-х пар в одном заходе. Замечания паре фиксируются в «Протоколе замечаний», а также указываются в отчете главного судьи соревнований. Присуждение последнего места в финале чемпионата, Кубка, первенства субъекта Российской Федерации за нарушения в танце «Basic» не производится.
	Кубок субъекта Российской Федерации	В финале	Медленный фокстрот, Пасодобль	

1.2. Согласно п. 3.25 Правил, ежегодно, не позднее 15 ноября текущего года, на официальном сайте ОСФ публикуется список обязательных фигур для исполнения танцев «Basic» в следующем году или список вариаций с обязательной хореографией.

1.3. Парам необходимо составить вариации для исполнения танца «Basic» из фигур, представленных в приложениях № 3 и № 4 к Правилам вида спорта «танцевальный спорт» с учетом представленного списка приоритетных фигур или использовать соответствующую вариацию, предлагаемую в качестве примера Образовательным комитетом ФТСАРР. Вариация не должна меняться от тура к туру. Вариация может меняться от тура к туру только при наличии замечаний к паре со стороны главной судейской коллегии соревнований.

1.4. Обязательные фигуры могут выбираться парами самостоятельно в количестве не менее 6 (шести) различных фигур из представленных Перечней приоритетных фигур, составленных отдельно для каждого танца «Basic».

1.5. При выборе конкурсной версии каждой обязательной фигуры необходимо учитывать требования к музыкальной длительности и таймингу ее исполнения, отраженные в перечнях приоритетных фигур и в формулярах ЗГС.

1.6. Значение темпа музыкального сопровождения танца «Basic», в соответствии с Таблицей № 16 Правил, одинаковое для всех пар независимо от тура, в котором он исполняется.

1.7. Если на соревнованиях используется вариант музыкального сопровождения, не соответствующий темпу, ритму или характеру данного танца, главный судья соревнований имеет право остановить соревнования и потребовать от звукорежиссера замены музыкального сопровождения.

1.8. Количество заместителей главного судьи соревнований определяется по количеству пар в одном заходе. Замечания паре фиксируются в «Протоколе замечаний», а также указываются в отчете главного судьи соревнований.

1.9. Танец «Basic», исполняемый парами, оценивается судьями как шестой танец в европейской и латиноамериканской программах соответственно.

1.10. В случае, если танец «Basic» исполняется только в финале по заходам, но не более 3-х пар в одном заходе, то линейный судья должен выставлять окончательную оценку исключительно после повторного последующего исполнения этого танца всеми парами финала одновременно в одном заходе в течение одной минуты.

## **2. ОСОБЕННОСТИ МУЗЫКАЛЬНОГО ИСПОЛНЕНИЯ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР**

При составлении вариаций для программы “Basic” необходимо пользоваться только той литературой, которая отражена в приложениях № 3 и № 4 Правил вида спорта «танцевальный спорт». В качестве видеоисточника следует использовать лекции Образовательного проекта ФТСАРР, размещенные в разделе ОБРАЗОВАНИЕ на сайте ФТСАРР.

С целью получения равных возможностей для составления хореографии программы «Basic» с максимально выверенным таймингом по критерию музыкальность Образовательным комитетом ФТСАРР принято решение об использовании всеми спортсменами единых версий приоритетных фигур, особенности исполнения которых указаны в табличной форме в рекомендованных литературных источниках, приведенных в таблицах отдельно для каждого танца программы «Basic». Все остальные фигуры могут быть исполнены в любой версии, описанной в любом из литературных источников, указанных в приложениях № 3 и № 4 Правил вида спорта «танцевальный спорт».

Важно понимать, что степени поворота и особенности работы стоп на некоторых шагах как в различных литературных источниках, так и в лекциях Образовательного проекта ФТСАРР, могут отличаться между собой, что обусловлено прежде всего разнообразием используемого взаимодействия, а также осознанным изменением тайминга с целью достижения большей исполнительской музыкальности.

Также необходимо учитывать, что диалектика взаимоотношений между спортсменами в паре находится в тесной взаимосвязи с изначальными (природными) и приобретенными (наработанными на тренировках) биофизическими характеристиками каждого спортсмена и определяется качеством использования техники, созданной для отражения музыкальной гармонии через специфические для каждого танца действия в рамках специально разработанных комбинаций шагов, называемых основными фигурами.

При формировании основы для развития совокупности эмоционально-психических способностей (харизмы) каждого из спортсменов в паре Образовательным комитетом ФТСАРР было отобрано по девять характерных для каждого танца

приоритетных фигур с целью соединения их в примерные вариации, позволяющие направленно через отработку музыкального взаимодействия избавиться от неопределенности ведения и сопутствующих проблем, способствующих развитию функционального когнитивного диссонанса в процессе совместного исполнения каждого конкретного танца.

## **2.1. ВЕНСКИЙ ВАЛЬС**

2.1.1. Важно понимать, что простейшие вращения в танце на месте являются основой развития техники различных поступательных вращений. Именно по этой исторически сложившейся традиции некорректно рассматривать музыкальное исполнение танца Венский вальс без использования таких основных фигур, как **Правый флекерл (Natural Fleckerl)** и **Левый флекерл (Reverse Fleckerl)**. Именно практическая отработка вращений на месте в паре позволила сформировать существенные характеристики таких важных понятий для взаимодействия сторон как «правая к правой» и «левая к левой».

2.1.2. Специфика танцевания в паре через взаимодействие сторон по принципу «правая к правой» в свою очередь сформировала технические и музыкальные особенности исполнения вращения вправо – как естественного (Natural – натурального), и вращения влево – как обратного (Reverse – реверсивного).

2.1.3. В европейской танцевальной традиции деление танцевальной мелодии на такты создает взаимосвязь (как бы диалог «вопрос – ответ») внутри ближайших двух тактов, создавая как бы гендерную взаимосвязь - наделяя нечетный такт сильной (мужской) настойчивостью, а четный – ответным музыкально выраженным слабым сопротивлением (женственностью).

2.1.4. Составление хореографии танца Венский вальс, как и любого другого танца европейской программы, должно учитывать исторически сложившиеся технические и музыкальные особенности взаимодействия спортсменов в паре.

2.1.5. В отличие от **Правого поворота (Natural Turn)** исполнение шагов **1–3 Левого поворота** должно начинаться с первой доли любого слабого такта музыкального квадрата.

2.1.6. Исполнение шагов **1–3 Правого флекерла (Natural Fleckerl)** необходимо начинать с первой доли любого сильного такта музыкального квадрата. Исполнение шагов **1–3 Левого флекерла (Reverse Fleckerl)** необходимо начинать с первой доли любого слабого такта музыкального квадрата.

2.1.7. Основной задачей исполнения фигуры **Контра чек (Contra Check)** является создание контрастного перехода между исполнением **Левого флекерла** и **Правого флекерла**.

## **2.2. МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ**

2.2.1. При исполнении фигуры **Перо шаг (Feather Step)** важно учитывать, что аналог этой фигуры, исполненный из ПП, имеет свое наименование – **Перо из ПП (Feather Ending)** и не относится к числу Приоритетных фигур.

2.2.2. При исполнении фигуры **Левый пивот (Reverse Pivot)**, не входящей в число приоритетных фигур, в Фокстроте разрешен любой из трех вариантов тайминга: **М, Б, и**.

2.2.3. При исполнении фигуры **Закрытый телемарк (Closed Telemark)** следует использовать тайминг **МББ** или **ББМ** в зависимости от того, каким образом данная фигура наиболее корректно должна отразить музыкальный замысел исполняемой вариации.

2.2.4. При исполнении фигуры **Левый фоллэвэй и слип пивот (Fallaway Reverse and Slip Pivot)** с целью достижения максимальной исполнительской музыкальности разрешены пять вариантов варьирования тайминга: **МиББ, МБиБ, МББи, МББМ, ББББ**.

2.2.5. Медленный фокстрот имеет в своей основе блюзовые корни с 12-тактовым квадратом первые 4 такта которого опираются на тонику. Этим и обусловлено появление именно 4-тактовых «золотых вариаций», исполняемых в начале первой фразы, одна из которых: **Перо шаг - Левый поворот - Тройной шаг**. Для большей музыкальности в таких вариациях спортсменами может применяться дополнительная компрессия на второй доле каждого такта, что и станет корректной музыкально-технической основой для подчеркивания значимости слабых долей внутри первых тактов.

## 2.3. КВИКСТЕП

2.3.1. Квикстеп является быстрой формой исполнения фокстрота, поэтому его иногда называют Быстрым фокстротом (Quick-time Foxtrot). В танце Квикстеп так же, как и в танце Медленный фокстрот, для создания большей музыкальности на первых четырех тактах музыкальной фразы при исполнении «золотых вариаций» спортсменами (например: **Правый спин поворот - Поступательное шассе влево**) может использоваться дополнительная компрессия на второй доле первого такта и на четвертой доле второго такта у партнера, а также на четвертой доле третьего такта у партнерши, что при темпе 46-52 такта в минуту будет приводить к резкому отрыву каблука от паркета на второй части медленного шага вперед. Нарботка именно этой особенности исполнения базовых фигур будет способствовать формированию последующей корректной демонстрации прыжковых элементов без отрыва стоп от паркета.

2.3.2. При исполнении **Бегущего правого поворота (Running Right Turn)** в рамках музыкального квадрата необходимо использовать основной тайминг **МББММММББМ**. В случае, если в вариации предусмотрено исполнение дополняющего шага с ПН в конце фигуры, необходимо использовать тайминг **МББММББМББ**, подразумевая, что дополнительный шаг будет исполнен в тайминге М и записан в заявочном листе как – Шаг ПН вперед в ППДК сбоку П (RF fwd CBMP, OP). Первый - четырехтактный вариант тайминга, применим для формирования ПП в конце фигуры, но в этом случае ПП требует особого отношения к музыкальной реализации взаимодействия в паре и корректного хореографического решения с опорой на **шаффл-тайминг (Shuffle Timing)** для использования соединения с последующей фигурой.

2.3.3. При исполнении фигур: **Правый спин поворот (Natural Spin Turn)**, **Правый пивот поворот (Natural Pivot Turn)** на углу зала следует использовать меньшую степень поворота на 4 шаге (Пивот) до 3/8 с тем, чтобы закончить движение лицом ДС по новой линии танца. В этом случае для фигуры **Правый спин поворот (Natural Spin Turn)** в

заявочном листе следует сделать уточнение изменив название фигуры на **Правый спин поворот с меньшей степенью поворота на углу зала (Underturned Natural Spin Turn at a corner)**.

2.3.4. При исполнении фигуры **Бегущее кросс шассе (Running Cross Chasse)** необходимо учитывать ее положение в рамках музыкального квадрата и использовать вариант тайминга **ММББ** если окончание такта приходится на 2 шаг, а тайминг **МББМ** если окончание такта приходится на 1 или 3 шаг. Оба варианта тайминга применимы для формирования ПП в конце фигуры, но в этом случае ПП требует особого отношения к музыкальной реализации взаимодействия в паре и корректного хореографического решения с опорой на **шаффл-тайминг (Shuffle Timing)** для использования соединения с последующей фигурой.

2.3.5. При исполнении фигуры **Закрытый телемарк (Closed Telemark)** следует использовать тайминг **МББ** если фигуру требуется вписать в один музыкальный такт, во всех же остальных случаях следует использовать тайминг **МММ**.

2.3.6. При исполнении фигуры **Левый пивот (Reverse Pivot)**, не входящей в число приоритетных фигур, в Квикстепе разрешены только два варианта тайминга: «М» или «Б».

2.3.7. При использовании в хореографии фигур **Правый поворот на углу зала (Natural Turn at a corner)**, **Правый пивот поворот (Natural Pivot Turn)**, **Правый спин поворот (Natural Spin Turn)** и **Правый поворот с хэзитэйшн (Natural Turn with Hesitation)** следует обратить внимание на специфику их музыкального исполнения в сочетании с последующими фигурами для обеспечения корректного отражения структуры музыкального квадрата.

## **2.4. РУМБА**

2.4.1. Большинство основных фигур танца Румба исполняется в рамках **двухтактового квадрата - 2,3,4.1,2,3,4.1**. Цифры 2, 3, 4 этого счета обозначают моменты начала воздействия рабочей стопы на паркет для инициации последующего корпусного движения с целью отражения музыки в рамках соответствующей музыкальной доли двухтакта. Грани исполнительской музыкальности позволяют контролировать остинатные (содержащие многократно повторяющуюся

ритмическую конструкцию) **ритмы клав**е 2–3 или 3–2, которые указывают на особенности движения веса партнера или партнерши. Например, исполнение задержанных шагов.

2.4.2. **Ритм клав**е (обычно 3–2), создает особое дыхание в танце, заставляя партнера проявить настойчивость на 1-й доле первого такта, а затем контролировать легкую естественную латентность со стороны партнерши с задержанным переносом веса на 2-й доле (счет-2и), а также возвратным задержанным шагом на 4-й доле (счет-4и) первого такта. На втором такте партнерша, соблюдая базовые принципы взаимодействия, исполняет характерные шаги, соблюдая тайминг на 2-й и 3-й долях этого такта.

2.4.2.1. В фигуре **Три алеманы (Three Alemanas)** использование **ритма клав**е 3–2 позволяет существенно улучшить характеристики музыкального взаимодействия в паре, используя контраст с переносом веса на шагах партнерши.

2.4.3. **Хабанера-ритм**, являясь разновидностью пунктирного ритма (после долгого звука звучит короткий), меняет ритмическую структуру второго такта двутактового квадрата, заставляя первую ноту второго такта звучать вполнину «на точку дольше», а следующую ноту вполнину меньше, формируя ритмическую структуру - **2,3,4.1.2, и,3,4.1**.

2.4.4. Поворот на 3-й доле второго такта для партнерши является вынужденным, поэтому исполняется на второй половине 3-й доли (счет **и** или **а**).

2.4.4.1. В фигуре **Хоккейная клюшка (Hockey Stick)** на втором такте партнерша проявляет свой характер используя базовые принципы взаимодействия в исполнении шагов слева направо перед партнером на 2-й и 3-й долях второго такта с вынужденным поворотом во второй половине 3-й доли (**и** или **а**).

2.4.4.2. В фигуре **Алемана (Alemana)** партнерша к началу второго такта не доходит до партнера, исполняя задержанный шаг ЛН (хореографическая интерпретация Хабанера-ритма) продолжает свое движение на последующих шагах вперед, возвращаясь после свивла на второй половине 3-й доли с шагом к партнеру на четвертой доле в закрытую позицию, контролируя на каждом шаге полный спектр взаимодействий через соединение своей ПР с ЛР партнера.

2.4.5. Для достижения большей вязкости корпусного движения в контрасте с быстрым движением стоп на каждом шаге следует стремиться использовать последние четверти первой, второй и третьей долей такта с исполнением затактовых действий на 4, таким образом получая - **4и1иа – 2иа – 3иа – 4и...**

## 2.5. ПАСОДОБЛЬ

2.5.1. Благодаря характерному для марша с музыкальному размеру – 2/4, темпу 58-60 тактов в минуту и особому драматическому характеру танца, для демонстрации особенностей музыкального исполнения фигур пасодобля используются различные варианты счета: по шагам равной (1.2.3.4.5.6.) и различной (1.2. и. а. 5.6.) длительности, по музыкальным долям (1.2.1.2.), хореографический - по двутактам (1.2.3.4.) или музыкальным квадратам (1.2.3.4.5.6.7.8.), относительной музыкальной длительности (1,1/2,1/4,1/4), либо таймингу (1.2. и. а.), что равнозначно варианту (МББи).

2.5.2. В фигуре **Твисты (Twists)** хореографический счет фигуры выглядит так – **1.2.3.4.5. и. 6.7.8. и. 9.10.11. и. 12**, хореографический счет по двутактам – **1.2.3.4.1. и. 2.3.4. и. 1.2.3. и. 4**, счет по относительной музыкальной длительности – **1,1,1,1/2,1/2,1,1,1/2,1/2,1,1,1/2,1/2,1**, либо таймингу – **1.2.1.2.ББММББММББМ**, что также равнозначно варианту тайминга – **ММММББММББММББМ**. Таким образом, мы получаем пример вписывания 15 шагов фигуры в 6 тактов музыки или 12 метрических долей, где каждая нечетная доля сильная, а каждая четная – слабая. Исходя из двутактовых построений хореографии, при условии начала исполнения фигуры с первой доли музыкальной фразы, можно заметить, что основное акцентирование придется на 3, 8 и 13 шаги, причем 3 и 8 необходимо исполнить в тайминге «М», а 13 шаг – в тайминге «Б».

2.5.3. Вступительная (с Minor highlight) и первая (с первым Major highlight) музыкальные части Spanish Gipsy Dance и Espana Cani построены соответственно на 36 и 52 ударах. Длительность каждого удара равна длительности музыкальной доли.

2.5.4. Фигуры построены таким образом, чтобы исполнение каждой из них от начала до конца можно было вписать в хореографию с учетом особенностей музыкального фразирования.

## 2.6. ДЖАЙВ

2.6.1. основополагающей особенностью джайва является исполнение шассе с использованием пунктирного ритма на первых и третьих музыкальных долях, в рамках которых первый шаг шассе исполняется на  $1/16$  дольше, а второй на  $1/16$  короче, третий шаг исполняется строго в соответствии с длительностью музыкальной доли, то есть на  $1/4$ , создавая хорошо известное соотношение в длительностях трех шагов шассе:  $3/4 - 1/4 - 1$ . Именно этот ритмический рисунок создает смещение музыкального акцента за счет длительности исполнения шагов с сильных долей 1 и 3 на слабые доли 2 и 4.

2.6.2. Исполнение шагов типа «меренга» и шагов типа «контра поинт» построено на принципе пунктирных ритмов, поэтому хорошо вписывается в музыкальную структуру танца Джайв.

2.6.3. В шагах рок используется другой принцип смещения акцента с сильной доли на слабую – это перемещение веса только рабочего бедра и частично таза на первом шаге назад с легким сдерживанием всего остального веса в исходной позиции для создания последующего упругого акцентированного шага на месте на слабой доле музыкального такта.

2.6.4. В фигуре **Носок-каблук свивлы /медленные и быстрые/ (Toe Hill Swivels /Slow and Quick/)** принцип смещения акцента с сильной доли на слабую преобразуется в **Брэйк джайва (Jive Breaks)** с использованием задержанного действия на ПН партнера (ЛН партнерши) дополнительно на  $3/4$  доли с оставшимся коротким ( $1/4$  доли) переходом на ЛН (используется три варианта – назад, с частичным свинговым движением ЛН к ПН или свинговым движением в приставку к ПН) и последующим переносом веса вперед на ПН (партнерша на ЛН) на полностью оттанцованной слабой доле. Музыкально-техническая реализация указанной ритмической конструкции возможна только при корректном вписывании указанной фигуры в рамки музыкального квадрата, на что настраивают именно медленные шаги **Носок-каблук свивлов**, исполненные на третьей и седьмой долях первого или третьего двутакта музыкальной фразы.

### **3. ПЕРЕЧНИ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР НА 2025 ГОД**

Перечни приоритетных фигур составлены таким образом, чтобы обеспечить максимальную вовлеченность спортсменов и тренеров в процесс разбора простейших действий и взаимосвязей на примере соединений основных фигур, содержащих наиболее характерные шаги для каждого танца программы «Basic».

Каждая из фигур, выбранных в качестве приоритетных, изначально была создана, чтобы нести определенную смысловую нагрузку, описывая совокупность основных шагов и действий для возникновения диалога между спортсменами в паре с целью формирования взаимодействий, погружающих в исторически сложившуюся музыкальную и техническую специфику исполняемых танцев.

Осознанный выбор приоритетной фигуры в качестве обязательной должен основываться на хореографической целесообразности ее исполнения в конкретной части вариации с тем, чтобы наиболее полно отразить эмоционально-психическое состояние спортсменов в характерной для каждого танца манере с использованием наработанных технических навыков музыкального взаимодействия.

Для наиболее полного понимания используемого материала в таблицах помимо названий фигур указаны: музыкальные длительности исполнения фигур и/или разрешенный тайминг, ссылки на материалы Образовательного проекта ФТСАРР и литературные источники, содержащие допустимые версии приоритетных фигур.

Важно понимать, что разрешенный тайминг величина не статичная, а динамичная - подверженная влиянию музыкального сопровождения на демонстрацию ответной способности в реализации технических возможностей как каждого спортсмена, так и пары в целом с опорой на характерные для каждого танца построения, позиции в паре и действия.

### 3.1. ПЕРЕЧЕНЬ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР

по танцу ВЕНСКИЙ ВАЛЬС программы “BASIC” на 2025 год

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Музыкальная длительность исполнения фигуры	Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР, включающий демонстрацию приоритетной фигуры в танце Венский вальс	Источник, содержащий описание допустимой версии фигуры, взятый из списка литературы, приведенного в п. 1.4. Приложения № 3 ПВС ТС
1	Natural Turn	Правый поворот	6 тактов (не менее)	06м 26с -08м 18с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
2	Reverse Turn	Левый поворот	6 тактов (не менее)	03м 38с -06м 26с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
3	RF Forward Change Step — Natural to Reverse	Перемена вперед с ПН — из правого поворота в левый	1 такт	08м 18с -08м 46с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
4	LF Forward Change Step — Reverse to Natural	Перемена вперед с ЛН — из левого поворота в правый	1 такт	08м 46с -09м 19с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
5	LF Backward Change Step — Natural to Reverse	Перемена назад с ЛН — из правого поворота в левый	1 такт	09м 19с -09м 47с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
6	RF Backward Change Step — Reverse to Natural	Перемена назад с ПН — из левого поворота в правый	1 такт	09м 47с -10м 17с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
9**	Reverse Fleckerl	Левый флекерл	3 такта (не менее)	15м 09с -16м 38с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
10**	Natural Fleckerl	Правый флекерл	3 такта (не менее)	16м 38с -18м 38с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.
11**	Contra Check	Контра чек	1 такт	18м 38с -19м 12с	Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD, 2001 год.

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня приоритетных фигур;

\*\* дополнительные приоритетные фигуры, разобранные в материалах Образовательного проекта ФТСАРР наряду с литературным источником, рекомендованным Правилами вида спорта «танцевальный спорт».

**3.2 ПЕРЕЧЕНЬ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР**  
по танцу МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ программы “BASIC” на 2025 год

<b>№ п/п по ПВС ТС*</b>	<b>Английское название</b>	<b>Русское название</b>	<b>Разрешенный тайминг</b>	<b>Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР, включающий демонстрацию приоритетной фигуры в танце Медленный фокстрот</b>	<b>Источник, содержащий описание допустимой версии фигуры, взятый из списка литературы, приведенного в п. 1.4. Приложения № 3 ПВС ТС</b>
1	<b>Feather Step</b>	Перо шаг	<b>МББ</b>	<b>04м 07с -04м 52с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год.
2	<b>Reverse Turn</b>	Левый поворот	<b>МББМББ</b>	<b>04м 52с -05м 44с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
6	<b>Closed Impetus Turn</b>	Закрытый импетус поворот	<b>МББ</b>	<b>08м 27с -09м 08с</b>	The Ballroom Technique – ISTD, 10 издание, исправленное, 1994 год
13	<b>Closed Telemark</b>	Закрытый телемарк	<b>МББ (ББМ)</b>	<b>14м 08с -14м 44с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
27	<b>Hover Cross</b>	Ховер кросс	<b>МББББББ</b>	<b>23м 05с -23м 53с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
24	<b>Natural Twist Turn</b>	Правый твист поворот	<b>МБиБМББ</b>	<b>23м 53с -25м 01с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
28	<b>Curved Feather</b>	Изогнутое перо	<b>МББ</b>	<b>25м 01с -25м 12с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
31	<b>Fallaway Reverse and Slip Pivot</b>	Левый фоллэвэй и слип пивот	<b>МиББ, МБиБ, МББи, МББМ, ББББ</b>	<b>26м 47с -27м 41с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
32	<b>Bounce (Lilting) Fallaway with Weave Ending</b>	Баунс фоллэвэй с плетение окончанием	<b>МиББББББ</b>	<b>27м 41с -28м 40с</b>	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур и соединений из приведенного Перечня приоритетных фигур

**3.3. ПЕРЕЧЕНЬ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР**  
по танцу КВИКСТЕП программы “BASIC” на 2025 год

<b>№ п/п по ПВС ТС*</b>	<b>Английское название</b>	<b>Русское название</b>	<b>Разрешенный тайминг</b>	<b>Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР, включающий демонстрацию приоритетной фигуры в танце Квикстеп</b>	<b>Источник, содержащий описание допустимой версии фигуры, взятый из списка литературы, приведенного в п. 1.4. Приложения № 3 ПВС ТС</b>
6	Natural Turn with Hesitation	Правый поворот с хэзитэйшн	МББМММ	08м 22с -08м 50с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год.
19	Closed Impetus Turn	Закрытый импетус поворот	МММ	26м 38с -27м 03с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
22	Quick Open Reverse Turn	Быстрый открытый левый поворот	МББ	21м 52с -22м 58с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
23	Running Right Turn	Бегущий правый поворот	МББММММББМ (МББММББМББ)	12м 04с -13м 08с	The Ballroom Technique – ISTD, 10 издание, исправленное, 1994 год
24	Four Quick Run	Четыре быстрых бегущих	МБББМ	19м 52с -20м 58с	The Ballroom Technique – ISTD, 10 издание, исправленное, 1994 год
25	Closed Telemark	Закрытый телемарк	МББ (МММ)	10м 46с -12м 04с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
36	Fishtail	Фиштэйл	МБББМ	14м 11с -15м 18с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
41	Rumba Cross	Румба кросс	ББМ	39м 15с -39м 30с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год
42	Running Cross Chasse	Бегущее кросс шассе	ММББ (МББМ)	15м 42с -17м 04с	Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур и соединений из приведенного Перечня приоритетных фигур.

### 3.4. ПЕРЕЧЕНЬ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР по танцу РУМБА программы “BASIC” на 2025 год

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Музыкальная длительность исполнения фигуры, (разрешенный тайминг)	Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР, включающий демонстрацию приоритетной фигуры в танце Румба	Источник, содержащий описание допустимой версии фигуры, взятый из списка литературы, приведенного в п. 1.4. Приложения № 3 ПВС ТС
11	<b>Hockey Stick**</b>	Хоккейная клюшка	2 такта	38м 04с -40м 58с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
20	<b>Opening Out to Right and Left</b>	Раскрытие вправо и влево	2 такта	43м 56с -46м 22с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
30	<b>Spiral***</b>	Спираль	2 такта	56м 00с -57м 42с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
31	<b>Curl</b>	Локон	2 такта	57м 42с -58м 34с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
32	<b>Rope Spin</b>	Роуп спин	2 такта	59м 46с – 1ч 02м 49с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
36	<b>Habanera Rhythm****</b>	Хабанера-ритм	2,3,4.1.2, и,3,4.1	58м 34с -59м 05с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
41	<b>Three Alemanas</b>	Три алеманы	4 такта	1ч 06м 27с -1ч 08м 12с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
42	<b>Continuous Hip Twist</b>	Непрерывный хип твист	2 такта	1ч 03м 32с -1ч 04м 52с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
43	<b>Continuous Circular Hip Twist*****</b>	Непрерывный хип твист по кругу	4 такта	1ч 04м 52с -1ч 06м 26с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня приоритетных фигур;

\*\* 5-й шаг исполняется с использованием действия «Шаг вперед с поворотом»;

\*\*\* заканчивается в открытой позиции, ЛР соединена с ПР партнерши;

\*\*\*\* Хабанера-ритм может применяться на последнем такте двутактовых фигур, исполнение которых заканчивается в веерной позиции;

\*\*\*\*\* заканчивается в веерной позиции.

**3.5. ПЕРЕЧЕНЬ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР**  
по танцу ПАСОДОБЛЬ программы “BASIC” на 2025 год

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Музыкальная длительность исполнения фигуры, (разрешенный тайминг)	Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР, включающий демонстрацию приоритетной фигуры в танце Пасодобль	Источник, содержащий описание допустимой версии фигуры, взятый из списка литературы, приведенного в п. 1.4. Приложения № 3 ПВС ТС
12	Promenade Close	Променадная приставка	<u>1.2.1.2.</u> (2 такта)	31м 39с - 33м 03с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
16	Huit	Восемь	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u> (4 такта)	36м 39с - 37м 31с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
22	Twist Turn	Твист поворот	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u> (4 такта)	42м 52с - 43м 50с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
23	Promenade to Counter Promenade	Променад в контр променад	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u> (4 такта)	43м 50с - 45м 14с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
30	Spanish Line	Испанская линия	12 ударов (6 тактов)	52м 40с – 53м 43с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
32	Twists	Твисты	<u>1.2.1.2. ББМ</u> <u>МББММББМ</u> (6 тактов)	59м 04с - 1ч 00м 16с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
34	Syncopated Travelling Spins from PP	Синкопированные вращения в продвижении из ПП	<u>1.2.3.4.</u> <u>и.5. и.6.7.8.</u> (4 такта)	1ч 01м 11с -1ч 02м 42с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
40	Coup de Pique Couplet	Двойной удар пикой	12 ударов (6 тактов)	1ч 07м 17с -1ч 07м 59с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
41	Left Foot Variation	Вариация с ЛН	<u>1.2.1.2. а.1.2.1.2</u> (4 такта)	1ч 09м 26с -1ч 10м 07с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня приоритетных фигур.

**3.6. ПЕРЕЧЕНЬ ПРИОРИТЕТНЫХ ФИГУР**  
по танцу ДЖАЙВ программы “BASIC” на 2025 год

<b>№ п/п по ПВС ТС*</b>	<b>Английское название</b>	<b>Русское название</b>	<b>Музыкальная длительность исполнения фигуры, (разрешенный тайминг)</b>	<b>Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР, включающий демонстрацию приоритетной фигуры в танце Джайв</b>	<b>Источник, содержащий описание допустимой версии фигуры, взятый из списка литературы, приведенного в п. 1.4. Приложения № 3 ПВС ТС</b>
10	Promenade Walks (Quick)	Променадный ход (быстрый)	1,5 такта ББББББ	32м 24с - 33м 13с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
13	Double Cross Whip	Двойной кросс хлыст	1,5 такта БББББаБ	26м 47с - 27м 04с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
16	Toe Hill Swivels (Slow and Quick)	Носок-каблук свивлы (медленные и быстрые)	4,5 такта ББББМББМ БББББББаБ	29м 22с - 31м 24с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
24	Overtuned Change of Place Left to Right	Перекрученная смена мест слева направо	1,5 такта БББаББаБ	12м 19с – 13м 35с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
27	Mooch	Муч	5 тактов ББ БББББББаБ ББ БББББББаБ	43м 11с – 44м 45с	WDSF Latin Technique Books – WDSF, 2018 год
30	Windmill	Ветряная мельница	1,5 такта БББаББаБ	37м 39с - 39м 13с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
31	Chicken Walks	Шаги цыпленка	5 тактов ММММБаББаБ БББББаББаБ	39м 13с - 40м 05с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
32	Rolling off the Arm	Раскручивание	2 такта БББаББББаБ	44м 45с -46м 10с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.
33	Spanish Arms	Испанские руки	3 такта БББаББаБ БББаББаБ	34м 43с -36м 19с	The Laird Technique of Latin Dancing, 7-е издание, 2014 год.

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня приоритетных фигур.

## 4. ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАЦИИ ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦЕВ ПРОГРАММЫ «BASIC»

### 4.1. ПРИМЕРНАЯ ВАРИАЦИЯ

#### ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦА ВЕНСКИЙ ВАЛЬС В ПРОГРАММЕ «BASIC» НА 2025 ГОД

<u>Natural Turn*</u>	<u>7 тактов</u>	<u>Правый поворот</u>
<u>LF Backward Change Step — Natural to Reverse**</u>	<u>1 такт</u>	<u>Перемена назад с ЛН — из правого поворота в левый</u>
<u>Reverse Turn commenced with 4-6 Reverse Turn</u>	<u>8 тактов</u>	<u>Левый поворот, начатый с шагов 4-6 Левого поворота</u>
<u>Reverse Fleckerl commenced with 4-6 Reverse Fleckerl</u>	<u>3 такта</u>	<u>Левый флекерл, начатый с шагов 4-6 Левого флекерла</u>
<u>Contra Check***</u>	<u>1 такт</u>	<u>Контра чек</u>
<u>Natural Fleckerl</u>	<u>4 такта</u>	<u>Правый флекерл</u>
Natural Turn	8 тактов	Правый поворот
<u>RF Forward Change Step — Natural to Reverse</u>	<u>1 такт</u>	<u>Перемена вперед с ПН — из правого поворота в левый</u>
Reverse Turn	6 тактов	Левый поворот
<u>LF Forward Change Step — Reverse to Natural</u>	<u>1 такт</u>	<u>Перемена вперед с ЛН — из левого поворота в правый</u>

\* фигура Natural Turn (Правый поворот) начинает исполняться с первого музыкальной фразы;

\*\* обязательные фигуры в количестве 8 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием;

\*\*\* фигура Contra Check (Контра чек) должна исполняться по возможности ближе к центру площадки.

## 4.2. ПРИМЕРНАЯ ВАРИАЦИЯ

### ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦА МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ В ПРОГРАММЕ «BASIC» НА 2025 ГОД

<u>Feather* Step**</u>	<u>МББ</u>	<u>Перо шаг</u>
<u>Reverse Turn ***</u>	<u>МББ-МББ</u>	<u>Левый поворот</u>
Three Step	МББ	Тройной шаг
<u>Hover Cross</u>	<u>МББ-ББББ</u>	<u>Ховер кросс</u>
<u>Bounce (Lilting) Fallaway with Weave Ending</u>	<u>МиББ-ББББ</u>	<u>Баунс фоллэвэй с плетение окончанием</u>
1-4 Reverse Wave followed by Weave	МББ-МББ-ББББ	1–4левой волны. Плетение
1–12 Extended Reverse Wave	МББ-МББ-МББ-МББ	1–12 Продолженной левой волны
<u>Closed Impetus Turn</u>	<u>МББ</u>	<u>Закрытый импетус поворот</u>
Reverse Pivot	и	Левый пивот
<u>Closed Telemark***</u>	<u>МББ</u>	<u>Закрытый телемарк</u>
<u>Natural Twist Turn</u>	<u>МБиМББ</u>	<u>Правый твист поворот</u>
<u>Fallaway Reverse and Slip Pivot</u>	<u>МББМ</u>	<u>Левый фоллэвэй и слип пивот</u>
Change of Direction	МММ	Смена направления
<u>Curved Feather</u>	<u>МББ</u>	<u>Изогнутое перо</u>
Open Impetus Turn**	МББ	Открытый импетус поворот

\* обязательные фигуры в количестве 9 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием;

\*\* заменив фигуру, указанную в начале - Feather Step на Feather Ending, исполнение вариации можно продолжить, начав заново;

\*\*\* каблучный поворот исполняется на подушечке ПН до момента переноса веса на каблук

### 4.3. ПРИМЕРНАЯ ВАРИАЦИЯ

#### ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦА КВИКСТЕП В ПРОГРАММЕ «BASIC» НА 2025 ГОД

<u><i>Natural Turn with Hesitation*</i></u>	<u><i>МББМММ</i></u>	<u><i>Правый поворот с хэзитэйшн</i></u>
<u><i>Quick Open Reverse Turn</i></u>	<u><i>МББ</i></u>	<u><i>Быстрый открытый левый поворот</i></u>
Progressive Chasse	МББМ	Поступательное шассе
<u><i>Running Cross Chasse</i></u>	<u><i>ММББ</i></u>	<u><i>Бегающее кросс шассе</i></u>
Tipple Chasse to Left	МББМ	Типпл шассе влево
Tipsy to Right and Tipsy to Left	БиББиБ	Типси вправо и типси влево
2–4 Backward Lock Step	ББМ	2-4 Лок степа назад
<u><i>Closed Impetus Turn</i></u>	<u><i>МММ</i></u>	<u><i>Закрытый импетус поворот</i></u>
Reverse Pivot	М	Левый пивот
<u><i>Closed Telemark</i></u>	<u><i>МББ</i></u>	<u><i>Закрытый телемарк</i></u>
Forward Lock Step	МББМ	Лок степ вперед
Natural Pivot Turn	МББМ	Правый пивот поворот
<u><i>Running Right Turn</i></u>	<u><i>МББММММББМ</i></u>	<u><i>Бегающий правый поворот</i></u>
<u><i>Fishtail</i></u>	<u><i>МББББМ</i></u>	<u><i>Фиштэйл</i></u>
Underturned Natural Spin Turn at a corner	МББМММ	Правый спин поворот с меньшей степенью поворота на углу зала
<u><i>Four Quick Run</i></u>	<u><i>МББББМ</i></u>	<u><i>Четыре быстрых бегающих</i></u>
Natural Pivot Turn	МББМ	Правый пивот поворот
RF fwd down LOD**	М	Шаг ПН вперед по линии танца
<u><i>Rumba Cross</i></u>	<u><i>ББМ</i></u>	<u><i>Румба кросс</i></u>
5–10 Running Right Turn	МММББМ	5–10 Бегающего правого поворота

\* обязательные фигуры в количестве 9 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием;

\*\* Шаг ПН может быть исполнен диагонально к стене по новой линии танца если Правый пивот поворот исполнен на углу зала.

#### 4.4. ПРИМЕРНАЯ ВАРИАЦИЯ

##### ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦА РУМБА В ПРОГРАММЕ «BASIC» НА 2025 ГОД

<u><i>Habanera Rhythm</i></u> * Open Hip Twist	<u><i>2,3,4.1.2, и,3,4.1</i></u>	<u><i>Хабанера-ритм</i></u> Открытый хип твист
<u><i>Three Alemanas</i></u>	<u><i>4 такта</i></u>	<u><i>Три алеманы</i></u>
Spiral Cross	на счет 1 последнего шага предыдущей фигуры	Спиральный кросс
<u><i>Rope Spin</i></u>	<u><i>2 такта</i></u>	<u><i>Роуп спин</i></u>
<u><i>Continuous Hip Twist</i></u>	<u><i>2 такта</i></u>	<u><i>Непрерывный хип твист</i></u>
<u><i>Opening Out to Right and Left</i></u>	<u><i>2 такта</i></u>	<u><i>Раскрытие вправо и влево</i></u>
<u><i>Continuous Circular Hip Twist</i></u> **	<u><i>4 такта</i></u>	<u><i>Непрерывный хип твист по кругу</i></u>
Alemana	2 такта	Алемана
<u><i>Spiral</i></u> ***	<u><i>2 такта</i></u>	<u><i>Спираль</i></u>
<u><i>Curl</i></u>	<u><i>2 такта</i></u>	<u><i>Докон</i></u>
<u><i>Hockey Stick</i></u> ****	<u><i>2 такта</i></u>	<u><i>Хоккейная клюшка</i></u>

---

\* Приоритетные фигуры в количестве 9 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием;

\*\* заканчивается в позиции веера;

\*\*\* заканчивается в открытой позиции, ЛР соединена с ПР партнерши;

\*\*\*\* 5-й шаг выполняется с использованием действия «Шаг вперед с поворотом».

## 4.5. ПРИМЕРНАЯ ВАРИАЦИЯ

ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦА ПАСОДОБЛЬ В ПРОГРАММЕ «BASIC» НА 2025 ГОД

Пауза	2 такта	Пауза
<u>Promenade Close</u> *	<u>1.2.1.2.</u> **	<u>Променадная приставка</u>
<u>Promenade to Counter Promenade</u>	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8.</u> ***	<u>Променад в контрпроменад</u>
<u>Huit</u>	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u>	<u>Восемь</u>
<u>Syncopated Travelling Spins from PP</u>	<u>1.2.3.4. и 5. и 6.7.8.</u>	<u>Синкопированные вращения в продвижении из ПП</u>
<u>Spanish Line</u>	<u>1.2.1.2.</u> minor highlight ***** <u>1.2.1.2.1.2.1.2</u>	<u>Испанская линия</u>
<u>Twist Turn</u>	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u>	<u>Твист поворот</u>
<u>Twists</u>	<u>1.2.1.2. ББММББММБМ</u> *****	<u>Твисты</u>
<u>Left Foot Variation</u>	<u>1.2.1.2. а.1.2.1.2</u>	<u>Вариация с ЛН</u>
Chasses to Right	2 такта	Шассе вправо
<u>Coup de Pique Couplet</u>	<u>1.2.3.4. 5.6.7.8. 1.2.1.2.</u> major highlight *****	<u>Двойной удар пикой</u>

\* Приоритетные фигуры в количестве 9 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием;

\*\* указан счет по долям для музыкального размера 2/4;

\*\*\* указан хореографический счет четырехтактового музыкального квадрата;

\*\*\*\* указан счет по долям для музыкального размера 2/4 с обозначением тайминга основной части фигуры;

\*\*\*\*\* указаны вступительная и первая музыкальные части Spanish Gipsy Dance и Espana Cani. Minor highlight разделяет фигуру Испанская линия (Spanish Line) на две части – в два и четыре музыкальных такта.

## 4.6. ПРИМЕРНАЯ ВАРИАЦИЯ

### ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ТАНЦА ДЖАЙВ В ПРОГРАММЕ «BASIC» НА 2025 ГОД

<u><i>Overtured Change of Place Left to Right</i></u> * Simple Spin	<u><i>БББаББаБ</i></u> ** ББ	<u><i>Перекрученная смена мест слева направо</i></u> Простой спин
Change of Place Left to Right <u><i>Toe Hill Swivels (Slow and Quick)</i></u>	БББаББаБ <u><i>ББ ББМББМ БББББББаБ</i></u>	Смена мест слева направо <u><i>Носок-каблук свивлы (медленные и быстрые)</i></u>
3-8 Fallaway Throwaway 1-5 Link	БаББаБ БББаБ	3-8 Фоллэвэя троуэвэя 1-5 Звена
<u><i>Double Cross Whip</i></u> <u><i>Promenade Walks (Quick)</i></u> 3-8 Overtured Fallaway Throwaway	<u><i>БББББаБ</i></u> <u><i>ББББББ</i></u> БаББаБ	<u><i>Двойной кросс хлыст</i></u> <u><i>Променадный ход (быстрый)</i></u> 3-8 Перекрученного фоллэвэя троуэвэя
<u><i>Chicken Walks</i></u> <u><i>Spanish Arms</i></u>	<u><i>ММММ БаББаБББББ БаББаБ</i></u> <u><i>БББаББаБББ БаББаБ</i></u>	<u><i>Шаги цыпленка</i></u> <u><i>Испанские руки</i></u>
Link <u><i>Much</i></u> <u><i>Windmill</i></u> <u><i>Rolling off the Arm</i></u>	ББ БаББаБ <u><i>ББ БББББББаБ ББ БББББББаБ</i></u> <u><i>БББаББаБ</i></u> <u><i>БББаББББаБ</i></u>	Звено <u><i>Муч</i></u> <u><i>Ветряная мельница</i></u> <u><i>Раскручивание</i></u>

\* Приоритетные фигуры в количестве 9 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием;

\*\* указан тайминг для каждого шага фигуры.

## 5. ФОРМУЛЯРЫ ЗГС ДЛЯ КОНТРОЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ ФИГУР В ТАНЦАХ ПРОГРАММЫ «BASIC»

### 5.1. ФОРМУЛЯР ЗГС

по танцу ВЕНСКИЙ ВАЛЬС программы “BASIC”

тур \_\_\_\_\_

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Номера пар, участвующих в туре													Музыкальная длительность исполнения фигуры	
1	Natural Turn	Правый поворот															7 тактов (не менее)
2	Reverse Turn	Левый поворот															6 тактов (не менее)
3	RF Forward Change Step — Natural to Reverse	Перемена вперед с ПН — из правого поворота в левый															1 такт
4	LF Forward Change Step — Reverse to Natural	Перемена вперед с ЛН — из левого поворота в правый															1 такт
5	LF Backward Change Step — Natural to Reverse	Перемена назад с ЛН — из правого поворота в левый															1 такт
6	RF Backward Change Step — Reverse to Natural	Перемена назад с ПН — из левого поворота в правый															1 такт
9	Reverse Fleckerl	Левый флекерл															4 такта (не менее)
10	Natural Fleckerl	Правый флекерл															3 такта (не менее)
11	Contra Check	Контра чек															1 такт

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) фигур из приведенного Перечня;

\*\* дополнительные приоритетные фигуры, разобранные в материалах Образовательного проекта ФТСАРР наряду с рекомендованным Правилами вида спорта «танцевальный спорт» литературным источником.

## 5.2. ФОРМУЛЯР ЗГС

по танцу МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ программы "BASIC"

тур \_\_\_\_\_

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Номера пар, участвующих в туре													Музыкальная длительность исполнения фигуры (тайминг)
1	Feather Step	Перо (Перо шаг)														1 такт (МББ)
2	Reverse Turn	Левый поворот														2 такта (МББМББ)
6	Closed Impetus Turn	Закрытый импетус поворот														1 такт (МББ)
13	Closed Telemark	Закрытый телемарк														1 такт (МББ или ББМ)
27	Hover Cross	Ховер кросс														2 такта (МББББББ)
24	Natural Twist Turn	Правый твист поворот														2 такта (МБиМБББ)
28	Curved Feather	Изогнутое перо														1 такт (МББ)
31	Fallaway Reverse and Slip Pivot	Левый фоллэвэй и слип пивот														1 или 1,5 такта (МиББ, МБиБ, МББи, ББББ, МББМ)
32	Bounce Fallaway with Weave Ending	Баунс фоллэвэй с плетение окончанием														2 такта (МиББББББ)

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня.

### 5.3. ФОРМУЛЯР ЗГС

по танцу КВИКСТЕП программы “BASIC”

тур \_\_\_\_\_

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Номера пар, участвующих в туре													Музыкальная длительность исполнения фигуры (тайминг)
6	Natural Turn with Hesitation	Правый поворот с хэзитэйшн														2,5 такта (МББМММ)
19	Closed Impetus Turn	Закрытый импетус поворот														1,5 такта (МММ)
22	Quick Open Reverse Turn	Быстрый открытый левый поворот														1 такт (МББ)
23	Running Right Turn	Бегущий правый поворот														3,5 или 4 такта МББММММББМ (МББММББМББ)
24	Four Quick Run	Четыре быстрых бегущих														2 такта (МБББМ)
25	Closed Telemark	Закрытый телемарк														1 или 1,5 такта (МББ или МММ)
36	Fishtail	Фиштэйл														2 такта (МБББМ)
41	Rumba Cross	Румба кросс														1 такт (ББМ)
42	Running Cross Chasse	Бегущее кросс шассе														1,5 такта (ММББ или МББМ)

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня.

## 5.4. ФОРМУЛЯР ЗГС

по танцу РУМБА программы “BASIC”

тур \_\_\_\_\_

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Номера пар, участвующих в туре												Музыкальная длительность исполнения фигуры, (тайминг)	
11	Hockey Stick**	Хоккейная клюшка														2 такта
20	Opening Out to Right and Left	Раскрытие вправо и влево														2 такта
30	Spiral***	Спираль														2 такта
31	Curl	Локон														2 такта
32	Rope Spin	Роуп спин														2 такта
36	Habanera Rhythm	Хабанера-ритм														2,3,4.1.2, и,3,4.1
	Хабанера-ритм может применяться на последнем такте двутактовых фигур, исполнение которых заканчивается в веерной позиции															
41	Three Alemanas	Три алеманы														4 такта
42	Continuous Hip Twist	Непрерывный хип твист														2 такта
43	Continuous Circular Hip Twist****	Непрерывный хип твист по кругу														4 такта

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня;

\*\* пятый шаг исполняется с использованием действия «Шаг вперед с поворотом»;

\*\*\* заканчивается в открытой позиции, ЛР соединена с ПР партнерши;

\*\*\*\* заканчивается в веерной позиции.

## 5.5. ФОРМУЛЯР ЗГС

по танцу ПАСОДОБЛЬ программы “BASIC”

тур \_\_\_\_\_

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Номера пар, участвующих в туре												Музыкальная длительность исполнения фигуры (тайминг)	
12	Promenade Close	Променадная приставка														2 такта <u>1.2.1.2.</u>
16	Huit	Восемь														4 такта <u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u>
22	Twist Turn	Твист поворот														4 такта <u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u>
23	Promenade to Counter Promenade	Променад в контр променад														4 такта <u>1.2.3.4. 5.6.7.8</u>
30	Spanish Line	Испанская линия														6 тактов 12 ударов
32	Twists	Твисты														6 тактов <u>1.2.1.2. ББМ</u> <u>МББММББМ</u>
34	Syncopated Travelling Spins from PP	Синкопированные вращения в продвижении из ПП														4 такта <u>1.2.3.4.</u> <u>и.5. и.6.7.8.</u>
40	Coup de Pique Couplet	Двойной удар пикой														6 тактов 12 ударов
41	Left Foot Variation	Вариация с ЛН														4 такта <u>1.2.1.2. а.1.2.1.2</u>

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня.

## 5.6. ФОРМУЛЯР ЗГС

по танцу ДЖАЙВ программы “BASIC”

тур \_\_\_\_\_

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Номера пар, участвующих в туре												Музыкальная длительность исполнения фигуры (тайминг)
10	Promenade Walks (Quick)	Променадный ход (быстрый)													1,5 такта ББББББ
13	Double Cross Whip	Двойной кросс хлыст													1,5 такта БББББаБ
16	Toe Hill Swivels (Slow and Quick)	Носок-каблук свивлы (медленные и быстрые)													4,5 такта ББББМББМ БББББББаБ
24	Overturned Change of Place Left to Right	Перекрученная смена мест слева направо													1,5 такта БББаББаБ
27	Mooch	Муч													5 тактов ББ БББББББаБ ББ БББББББаБ
30	Windmill	Ветряная мельница													1,5 такта БББаББаБ
31	Chicken Walks	Шаги цыпленка													5 тактов ММММБаББаБ БББББаББаБ
32	Rolling off the Arm	Раскручивание													2 такта БББаББББаБ
33	Spanish Arms	Испанские руки													3 такта БББаББаБ БББаББаБ

\* должно быть исполнено не менее 6 (шести) различных фигур из приведенного Перечня.

**БЛАНК ЗАЯВОЧНОГО ЛИСТА**  
**с описанием вариации программы «BASIC»**  
 по танцу Медленный фокстрот

Возрастная группа: Юноши и девушки (14–15 лет)

Дисциплина: Европейская программа

Стартовый номер: 123

№ п/п по ПВС ТС*	Английское название	Русское название	Музыкальная длительность. Разрешенный тайминг (только для обязательных фигур)	Наименование литературы, из которой взята данная фигура. Временной интервал лекционного материала Образовательного проекта ФТСАРР (только для обязательных фигур)
<u>1</u>	<u>Feather Step</u>	<u>Перо шаг</u>	<u>1 такт</u> <u>МББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (04м 07с -04м 52с)</i>
<u>2</u>	<u>Reverse Turn</u>	<u>Левый поворот</u>	<u>2 такта</u> <u>МББМББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (04м 52с -05м 44с)</i>
3	Three Step	Тройной шаг	1 такт	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год</i>
<u>27</u>	<u>Hover Cross</u>	<u>Ховер кросс</u>	<u>2 такта</u> <u>МББББББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (23м 05с -23м 53с)</i>
<u>32</u>	<u>Bounce Fallaway with Weave Ending</u>	<u>Баунс фоллэвэй с плетение окончанием</u>	<u>2 такта</u> <u>МиББББББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (27м 41с -28м 40с)</i>
9, 10	1-4 Reverse Wave followed by Weave	1–4 Лево́й волны. Плетение	3 такта	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год.</i>
34	1–12 Extended Reverse Wave	1–12 Продолженной лево́й волны	4 такта	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год.</i>
<u>6</u>	<u>Closed Impetus Turn</u>	<u>Закрытый импетус поворот</u>	<u>1 такт</u> <u>МББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (08м 27с -09м 08с)</i>
26	Reverse Pivot	Левый пивот	0,125 такта и	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год.</i>
<u>13</u>	<u>Closed Telemark</u>	<u>Закрытый телемарк</u>	<u>1 такт</u> <u>МББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (14м 08с -14м 44с)</i>
<u>24</u>	<u>Natural Twist Turn</u>	<u>Правый твист поворот</u>	<u>2 такта</u> <u>МБиМБББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (23м 53с -25м 01с)</i>
<u>31</u>	<u>Fallaway Reverse and Slip Pivot</u>	<u>Левый фоллэвэй и слип пивот</u>	<u>1,5 такта</u> <u>МББМ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (58м 26с -58м 30с)</i>
11	Change of Direction	Смена направления	1,5 такта	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год</i>
<u>28</u>	<u>Curved Feather</u>	<u>Изогнутое перо</u>	<u>1 такт</u> <u>МББ</u>	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год. (25м 01с -25м 12с)</i>
17	Open Impetus Turn**	Открытый импетус поворот	1 такт	<i>Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 7-е издание, 2016 год</i>

\* обязательные фигуры в количестве 9 фигур выделены жирным курсивом с подчеркиванием. Здесь проставляется номер фигуры по Перечню основных фигур Правил вида спорта «танцевальный спорт»;

\*\* заменив фигуру, указанную в начале - Feather Step на Feather Ending, исполнение вариации можно продолжить, начав заново.

