

УТВЕРЖДЕНО
решением Президиума ФАРР МО
от __ марта 2023 г. (протокол № __)

**ПРАВИЛА
соревнований в дисциплине «А дуэт»**

1. Настоящие Правила вида спорта «акробатический рок-н-ролл» для дисциплина «А дуэт» (далее – Правила) разработаны в соответствии с утверждаемыми Министерством спорта Российской Федерации Правилами вида спорта «акробатический рок-н-ролл» и предназначены для организации и проведения соревнований в дисциплине «А дуэт».

2. В дисциплине «А дуэт» проводятся личные соревнования в рамках межклубных соревнований, а также в рамках соревнований регионального и межрегионального уровней.

3. Настоящие Правила устанавливают требования к участникам соревнований и соревновательным программам в дисциплине «А дуэт». Ко всем остальным вопросам организации и проведения соревнований в дисциплине «А дуэт» применяются Правила вида спорта «акробатический рок-н-ролл» для дисциплин массового спорта, утверждёнными Президиумом ФТСАРР.

4. Вид программы:

Дисциплина	Возрастная группа	Возраст партнера (лет)	Возраст партнерши (лет)
А дуэт	Женщины		13 и старше
	Юниорки		10-17

5. Темп музыки и продолжительность программ:

Дисциплина	Возрастная группа	Темп, такт/ми н.	Продолжительность
А дуэт	Женщины	47-49	1'15"-1'30"
	Юниорки	47-49	1'15"-1'30"

6. Требования к программам «А дуэт».

Должно быть исполнено минимум 1 (один) акробатический элемент, но не более 4 (четырёх) акробатических элементов.

Ограничения по сложности:

– разрешены касания пола любой частью тела (шпагаты, танцевальные фигуры с опорой на руки, колени и так далее), в том числе в финальной позе;

– разрешены перекаты, кувырки, перекидки, колеса и другие акробатические элементы, исполняемые самостоятельно на полу, а также любые фигуры, исполненные одной партнёршей с помощью другой партнерши;

– запрещены седы на плечи, руки, бедра партнерши, лицом или спиной;

– запрещены силовые элементы (подъемы нижней партнёршей верхней партнёрши);

– запрещены статические фигуры с удержанием нижней партнёршей верхней партнёрши.

Спортсмены обязаны продемонстрировать максимальное разнообразие базовой техники ног и базовых танцевальных фигур.

Должно быть исполнено минимум 4 (четыре) полных основных хода одновременно обеими спортсменками. Под полным основным ходом понимается исполнение кик-бол-чендж + кик-степ + кик-степ – только в этом порядке.

Должно быть исполнено не менее 2 (двух) классических вариаций основного хода: диагональные броски, одиночные и двойные, броски, «кресты», «маятниковый ход» и т.д. Вариация должна начинаться с «кик-бол-чендж» и иметь длительность не менее 6 счетов (1,5 такта).

Контактные парные танцевальные фигуры, исполненные на основном ходу (см. Правила ФТСАРР для основных дисциплин, танцевальные фигуры 1 группы) могут быть исполнены только 2 (два) раза за программу.

Не допускается исполнение вульгарных и / или нарочито сексуальных танцевальных движений (танцевальных фигур, акробатических элементов).