

### Уровни безопасности акробатических элементов в международных дисциплинах.

Уровни безопасности – ограничения, определяющие разрешенные способы выполнения акробатических элементов и танцевальных фигур. Уровни безопасности имеют номера от 5 до 0 по мере нарастания сложности выполняемых элементов и танцевальных фигур в следующих спортивных дисциплинах и соревновательных программах:

- УБ 5 – «А класс-микст» мальчики и девочки, программа «техника ног» в дисциплинах «М класс-микст» мужчины и женщины и «А класс-микст» мужчины и женщины;
- УБ 4 – «В класс-микст» юноши и девушки;
- УБ 3 – «В класс-микст» юниоры и юниорки, «Формейшн-микст» юниоры и юниорки, «Формейшн» девушки;
- УБ 2 – «Формейшн» женщины»
- УБ 1 - «А класс-микст» мужчины и женщины;
- УБ 0 – «М класс-микст» мужчины и женщины, «Формейшн-микст» мужчины и женщины.

			А продольная (вертикальная) ось			В фронтальная (горизонтальная) ось			С сагиттальная (горизонтальная) ось		
			0-90°	90°<270°	270° <	0-90°	90°<270°	270° <	0-90°	90°<270°	270 <
Контакт	Крепкий хват	Ниже плеч	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2
		Выше плеч	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ1	УБ1	УБ2	УБ1	УБ1
	Хват	Ниже плеч	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ1	УБ2	УБ2	УБ1
		Выше плеч	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1
	Без контакта	Ниже плеч	УБ2	УБ2	УБ2	УБ2	УБ1	УБ0	УБ2	УБ1	УБ0
		Выше плеч	УБ1	УБ1	УБ1	УБ1	УБ0	УБ0	УБ1	УБ0	УБ0

Уровень безопасности	Дисциплина	Кол-во элементов	Ограничение по сложности.	Группы элементов
УБ 5	«А класс-микст» мальчики и девочки	0	Разрешаются только фигуры, которые могут быть исполнены спортсменом самостоятельно, включая финальную позу. Перевороты (сальтовые элементы, например, арабское, бочка и так далее) более чем на 180° вокруг горизонтальных осей тела в контакте или без контакта с полом не допускаются.	нет
	«М класс-микст» муж и жен. Техника ног		Разрешаются только фигуры, которые могут быть исполнены спортсменом самостоятельно, или если есть постоянный контакт между полом и, по крайней мере, одной ногой. За исключением финальной позы.	
	«А класс-микст» муж и жен. Техника ног		Перевороты (сальтовые элементы, например, арабское, бочка и так далее) более чем на 180° вокруг горизонтальных осей тела в контакте или без контакта с полом не допускаются.	
УБ 4	«В класс-микст» юноши и девушки	2 из двух обязательных групп	Специфика: без фиксации позы, Разрешенный хват: за талию. Ограничение: бедра не выше плеч партнера.	1.Подъем партнерши при сохранении вертикального положения ее корпуса.
			Специфика: вариации стойки на руках и опорные перевороты на 360 градусов. Разрешенный хват: постоянный хват и контакт с полом.	2.Стойки на руках и перевороты с опорой на пол
УБ 3	«В класс-микст» юниоры и юниорки,	Количество элементов – 4 (без учета финальной позы), не более одного из каждой	Разрешено исполнение не более одной комбинаций без ограничения количества элементов в ней. Комбинацией считаются следующие случаи: - несколько элементов исполняются один за другим без приземления на пол;	1.подъем партнерши с прыжка с постоянным хватом;

		из групп.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в процессе исполнения элемента один вид хвата сменяется другим;</li> <li>- после приземления на пол следующий элемент выполняется без исполнения танца между ним и предыдущим элементом;</li> <li>- повторение одного и того же элемента.</li> </ul> <p>Исключение: вращения «тарелка», «вертушка», если не было смены хвата.</p> <p>Элементы, исполненные в комбинации, засчитываются как элементы соответствующих групп.</p> <p>Ограничения по сложности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ни один из партнеров не должен выполнять более 1/2 переворота вокруг горизонтальных осей, не касаясь пола, кроме фигур-исключений;</li> <li>- запрещены элементы, исполняемые в позиции «спина к спине», кроме фигур-исключений;</li> <li>- не разрешается исполнение прокачки партнерши между ног партнера или сбоку от ног партнера;</li> <li>- в случае когда при исполнении элемента бедра партнерши находятся на уровне ее головы или выше, ее таз не должен быть выше головы партнера;</li> <li>- все элементы должны исполняться с хватом, крепким хватом или скользящим хватом.</li> </ul> <p>Возможные хваты: за кисти рук, одной рукой за запястье или за руку от кисти до локтя, двумя руками с двух сторон за корпус. Недопустим хват кистями рук за шею или за ноги, если отсутствует одновременный иной разрешенный хват.</p> <p>При исполнении элементов хват, крепкий хват или скользящий хват должны сохраняться в течение всего времени с момента отрыва от пола до момента приземления на пол.</p> <p>Элементы-исключения: переворот назад из положения сидя в</p>	<p>2.статические позы с подъемом партнерши;</p> <p>3.перевороты на 360 градусов с постоянным хватом и контактом с полом +</p> <p>4.элементы-вращения («тарелка», «вертушка» и т.п.);</p> <p>5.элементы, исполняемые с бедер партнера («колодец» и т.п.);</p> <p>6.Другие элементы, не входящие в описанные выше группы, но соответствующие УБ 3.</p>
	«Формейшн-микст» юниоры и юниорки	Максимальное количество элементов – 4 (без учета финальной позы),		
	«Формейшн» девушки;	Максимальное количество элементов – 2		

			руках партнера назад через стойку на руках, переворот боком (колесо с опорой на бедра партнера), перекат по спине партнера, мюнхен.	
УБ 2	«Формейшн» женщины»	Максимальное количество элементов – 5 (без учета финальной позы)	<p>Разрешены:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Элементы, при которых бедра партнерши находятся на уровне ее головы или выше, а ее таз при этом выше головы нижней партнерши.</li> <li>2. Любые повороты вокруг вертикальной оси тела в контакте или без контакта с полом.</li> <li>3. Отдельные виды переворотов вокруг горизонтальной оси тела в соответствии с таблицей Уровней безопасности.</li> <li>4. Акробатические элементы из, утвержденного WRRC документа «Acrobatic rock'n'roll safety levels», раздел «Couple dance show, Ladies formation» <a href="https://www.wrrc.org/documents/rr/SAFETY_LEVELS_2019.pdf">https://www.wrrc.org/documents/rr/SAFETY_LEVELS_2019.pdf</a></li> </ol>	нет
УБ 1	«А класс-микст» мужчины и женщины	5 – в турах, предшествующих полуфиналу, 6 – в полуфинале и финале	<p>Разрешены заходы с фуса, беттарини и заход с фазой отрыва (взлета) из любого поднятого положения, когда стопы партнерши находятся в руках партнера;</p> <p>в отборочном туре, туре надежды, а также других турах, предшествующих полуфиналу, пары не должны исполнять более двух винтовых элементов. В полуфинале и финале пары не должны исполнять более трех винтовых элементов. Винтовыми элементами считаются сальтовые элементы, в которых одновременно с вращением вокруг горизонтальной оси тела происходит вращение вокруг вертикальной оси тела, а также тодесы, исполняемые с поворотом партнерши вокруг вертикальной оси тела;</p> <p>повороты вокруг вертикальной оси тела более чем на 360 градусов (более одного полного винта) во время исполнения сальто запрещены;</p> <p>разрешено исполнение бесконтактных элементов, кроме</p>	<p>Разрешено исполнение элементов 1, 2, 3, 4, 5 и 6 групп:</p> <p>группа 1: элемент с переворотом (вращением) партнерши вперед;</p> <p>группа 2: элемент с переворотом (вращением) партнерши назад;</p> <p>группа 3: тодесы в контакте;</p> <p>группа 4: вращения;</p> <p>группа 5:</p>

			<p>переворота вокруг горизонтальной оси тела (сальтовые элементы), которые должны быть исполнены с хватом как минимум на протяжении 270 градусов.</p>	<p>комбинации; группа 6: прочее: прыжки ноги врозь, повороты вокруг вертикальной оси тела на 180°, 360°, 540°, 720°. <b>Обязательные группы: 1 – 4</b></p>
УБ 0	<p>«М класс-микст» мужчины и женщины,</p>	<p>5 – в турах, предшествующих полуфиналу, 6 – в полуфинале и финале</p>	<p>парам не разрешается исполнять больше чем 2 свободных вращения вокруг горизонтальной оси тела (двойное сальто). Не разрешено исполнение двойного сальто в комбинации, а также в сочетании с вращением вокруг вертикальной оси тела (с винтами). Вход для двойного сальто разрешен только с фуса или с беттарини; разрешено исполнение в программе одного двойного сальто назад и одного двойного сальто вперед; в отборочном туре, туре надежды, а также в других турах, предшествующих полуфиналу, парам не разрешается исполнять более одного. свободного вращения вокруг горизонтальной оси тела (одинарного сальто). Разрешено исполнять полтора сальто, если его теоретическая оценка не превышает 10 баллов</p>	<p>Разрешено исполнение элементов 1, 2, 3, 4, 5 и 6 групп: группа 1: сальто вперед; группа 2: сальто назад; группа 3: полетные тодесы; группа 4: вращения; группа 5: комбинации; группа 6: прочее (боковое (арабское) сальто в группировке, согнувшись, прогнувшись). <b>Обязательные группы: 1 – 4</b></p>
	<p>«Формейшн-</p>	<p>Не менее 6, не более 8</p>	<p>Группам не разрешается исполнять больше чем 2 свободных вращения вокруг горизонтальной оси тела (двойное сальто).</p>	<p>Разрешено исполнение</p>

	микст» мужчины и женщины.		<p>Не разрешено исполнение двойного сальто в комбинации, а также в сочетании с вращением вокруг вертикальной оси тела (с винтами).</p> <p>Заход на двойное сальто разрешен только с рук (с фуса или из положения стоя на руках партнера/партнеров) или с беттарини.</p> <p>Не разрешено исполнение двойного сальто с приземлением иначе, чем на пол, за исключением двойного сальто назад, приземление с которого может осуществляться в руки тех же двух партнеров, которые выполняли бросок партнерши;</p> <p>разрешено исполнение в программе одного двойного сальто назад и одного двойного сальто вперед;</p> <p>разрешено исполнение в программе не более трех винтовых элементов;</p> <p>в отборочном туре, туре надежды, а также в других турах, предшествующих полуфиналу, группам не разрешается исполнять более одного свободного вращения вокруг горизонтальной оси тела (одинарного сальто). Разрешено исполнять полтора сальто, если его теоретическая оценка не превышает 10 баллов</p>	<p>элементов 1, 2, 3, 4, 5 и 6 групп:</p> <p>группа 1: сальто вперед;</p> <p>группа 2: сальто назад;</p> <p>группа 3: тодесы;</p> <p>группа 4: вращения;</p> <p>группа 5: комбинации;</p> <p>группа 6: прочее (другие акробатические элементы).</p> <p><b>Обязательные группы:</b> 1 – 4</p>
--	---------------------------------	--	--	--