

\*A SER APROVADO NA PRIMEIRA ASSEMBLEIA GERAL A REALIZAR DEPOIS DA CONSTITUIÇÃO DA ASSOCIAÇÃO

# REGU LAMEN TO SOLO & EQUIPAS PDA2021



PORTUGAL DANCE ACADEMY -  
ASSOCIAÇÃO DE TODOS PARA TODOS  
RUA DA ALDEIA, 337, BLOCO2, 1.º DTO.  
4410-459 ARCOZELO, VILA NOVA DE GAIA

geral@pda.com.pt  
www.pda.com.pt  
910 500 720



## Conteúdo

CAPÍTULO I- PRINCÍPIOS GERAIS .....	2
Artigo 1º (Definição e Âmbito de aplicação).....	2
Artigo 2º (Descrição).....	2
CAPÍTULO II- COMPETIÇÕES .....	2
Artigo 3º (Formatos).....	2
Artigo 4º (Escalões Etários).....	3
Artigo 5º (Composição) .....	3
Artigo 6º (Graus de Secção).....	3
Artigo 7º (Secções & Danças).....	4
7.1.    JUVENIL .....	4
7.2.    JUNIOR, JUVENTUDE, ADULTOS .....	4
Artigo 8º (Figuras Permitidas).....	4
Artigo 9º (Regras Gerais).....	5
9.1.    SOLO DANCE & DUETOS .....	5
9.2.    TEAM SINCRO.....	5
Artigo 10º (Infrações - Indumentária).....	6
Artigo 11º (Sanções) .....	7
Artigo 12º (Aferição).....	7
Artigo 13º (Avaliação e Critérios para TEAM SINCRO) .....	7
Artigo 14º (Regras de Inscrição numa Competição) .....	7
Artigo 15º (Promoções e Rankings) .....	7

## REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO SOLO E EQUIPAS

### CAPÍTULO I- PRINCÍPIOS GERAIS

#### Artigo 1º (Definição e Âmbito de aplicação)

- A. **Definição** – O presente documento define o Regulamento aplicável para as secções de Solo e Equipas da PDA
- B. **Aplicabilidade**
- a) Estas regras serão aplicadas em Portugal Continental e Insular, que inclui Portugal, Madeira e Açores
  - b) Estas regras serão aplicadas a qualquer pessoa que visite Portugal e participe em competições organizadas pela PDA, por toda a duração da sua estadia
  - c) Qualquer questão que não esteja expressamente coberta por estas Regras será endereçada à Direção da Associação, cujas decisões serão finais
- C. **Revisões das Regras** – Todas as propostas deverão ser endereçadas à Direção da PDA para análise. Todas as propostas recebidas serão colocadas na agenda da seguinte reunião da Direção da PDA.

#### Artigo 2º (Descrição)

- A. **GROUP DANCE** – grupo de dançarinos executando de forma sincronizada uma performance específica, nas disciplinas de Latino-Americanas ou Ballroom.
- B. **SOLO DANCE** – competição destinada a elementos individuais, masculinos ou femininos, que executam passos de dança a solo nas disciplinas de Latino-Americanas e/ou Ballroom

### CAPÍTULO II- COMPETIÇÕES

#### Artigo 3º (Formatos)

Estas provas competitivas poder-se-ão realizar em 3 formatos:

1. **SOLO** – elemento individual
2. **DUETOS** – destinadas a equipas de dois (2) elementos
3. **TEAM SINCRO** – destinadas a equipas de quatro (4) a oito (8) elementos, todos femininos, todos masculinos ou mistos

### Artigo 4º (Escalaões Etários)

As provas de Solo Dance e Group Dance são destinadas a dançarinos Amadores de acordo com os seguintes escalões:

- A. **JUVENIL:** Aberto a dançarinos que completam o 11º aniversário, ou menos, nessa época.
- B. **JUNIOR:** Aberto a dançarinos que completam o 12º, 13º, 14º ou 15º aniversário nessa época
- C. **JUVENTUDE:** Aberto a dançarinos que completam o 16º, 17º ou 18º aniversário nessa época
- D. **ADULTO:** Aberto a dançarinos que atingem o 19º aniversário, ou mais, nessa época.

### Artigo 5º (Composição)

1. As provas de GROUP DANCE deverão respeitar as seguintes regras de composição:

#### A. DUETOS

- a) Ambos os elementos do mesmo sexo e pertencentes ao mesmo escalão etário e de grau de competência.

#### B. TEAM SINCRO

Cada equipa pode incluir:

- a) 1 elemento do escalão etário imediatamente inferior ou superior, se for constituída por 4 elementos
  - b) Até 2 elementos do escalão etário imediatamente inferior ou superior, se for constituída por 5 ou 6 elementos
  - c) Até 3 elementos do escalão etário imediatamente inferior ou superior, se for constituída por 7 ou 8 elementos
  - d) Uma equipa poderá conter elementos de grau imediatamente inferior ou superior, desde que esse valor não ultrapasse 1/3 da constituição total da equipa
2. Os dançarinos (as) poderão competir em qualquer um destes formatos, desde que não pertencendo a equipas que compitam entre si no mesmo escalão etário.
3. Os dançarinos (as) que compitam em qualquer um dos formatos integrados neste documento poderão competir em quaisquer outras provas regulares de Latino-Americanas, Ballroom ou 10 Danças
4. Em qualquer fase da competição, 3 Membros da Equipa poderão ser substituídos por até 3 Membros suplentes, desde que o motivo se prenda por questões de indisponibilidade física de qualquer ordem.

### Artigo 6º (Graus de Secção)

Nas provas de SOLO e GROUP DANCE consideram-se as seguintes categorias de acordo com o nível de experiência:

- A. **BEGINNER** com trabalho técnico de Beginner
- B. **NOVICE** com trabalho técnico de Novice
- C. **OPEN** com trabalho de Freestyle

## Artigo 7º (Secções & Danças)

### 7.1. JUVENIL

#### A. SOLO DANCE & DUETOS

BALLROOM BEGINNER: Valsa Lenta, Tango e Quickstep  
BALLROOM NOVICE: Valsa Lenta, Tango, Slowfox e Quickstep  
LATINAS BEGINNER: ChaChaCha, Rumba e Jive  
LATINAS NOVICE: ChaChaCha, Samba, Rumba e Jive

#### B. TEAM SINCRO

BALLROOM BEGINNER: Valsa Lenta, Tango e Quickstep  
BALLROOM NOVICE: Valsa Lenta, Tango, Slowfox e Quickstep  
LATINAS BEGINNER: ChaChaCha, Rumba e Jive  
LATINAS NOVICE: ChaChaCha, Samba, Rumba e Jive

### 7.2. JUNIOR, JUVENTUDE, ADULTOS

#### A. SOLO DANCE & DUETOS

BALLROOM BEGINNER: Valsa Lenta, Tango e Quickstep  
BALLROOM NOVICE: Valsa Lenta, Tango, Valsa Vienense, Slowfox e Quickstep  
BALLROOM OPEN: 5 Danças com trabalho de Freestyle  
LATINAS BEGINNER: ChaChaCha, Rumba e Jive  
LATINAS NOVICE: ChaChaCha, Samba, Rumba, Paso Doble e Jive  
LATINAS OPEN: 5 Danças com trabalho de Freestyle

#### B. TEAM SINCRO

BALLROOM BEGINNER: Valsa Lenta, Tango e Quickstep  
BALLROOM NOVICE: Valsa Lenta, Tango, Valsa Vienense, Slowfox e Quickstep  
BALLROOM OPEN: 5 Danças com trabalho de Freestyle  
LATINAS BEGINNER: ChaChaCha, Rumba e Jive  
LATINAS NOVICE: ChaChaCha, Samba, Rumba, Paso Doble e Jive  
LATINAS OPEN: 5 Danças com trabalho de Freestyle

## Artigo 8º (Figuras Permitidas)

- A. Toda e qualquer secção de SOLO DANCE e GROUP DANCE obedece ao regulamento de figuras permitidas para cada escalão, a consultar no Livro de Regras PDA.
- B. Nas categorias de OPEN não existem restrições mas o carácter de cada dança e de cada estilo deverá estar claramente vincado.

## Artigo 9º (Regras Gerais)

### 9.1. SOLO DANCE & DUETOS

- A. Destinam-se, e só, a elementos masculinos e femininos que dançarão ao mesmo tempo, executando passos de dança a solo dos ritmos propostos.
- B. Nos DUETOS, os dois elementos não se poderão tocar. Permitidas Posições de *Side by Side* e *Shadow* e trabalho coreográfico absolutamente sincronizado.
- C. Respeitarão o Código de Indumentária em vigor no Livro de Regras PDA.

### 9.2. TEAM SINCRO

- A. As secções de TEAM SINCRO LATINAS E BALLROOM destinam-se, e só, a elementos masculinos e femininos que executarão passos de dança em grupo dos ritmos propostos.
- B. As secções de TEAM SINCRO LATINAS E BALLROOM respeitarão o Código de Indumentária em vigor no Livro de Regras PDA.

### ESTILOS DE DANÇA

As coreografias terão de incluir todos os estilos de dança da respetiva disciplina e escalão, com uma média otimizada de cerca de 12-16 *bars of music* de cada ritmo.

### COMPOSIÇÃO COREOGRÁFICA

- a) A coreografia terá de compreender, obrigatoriamente, 90% das figuras/ações características dos diferentes estilos utilizados, sem desvirtuar o seu caráter não podendo ser alterado com outras formas/estilos de dança.
- b) Não poderão existir intervalos entre a apresentação dos estilos de dança nem nas passagens musicais. Não é permitida a execução a par em *Closehold*. A deslocação em pista deverá, tanto quanto possível, obedecer aos princípios gerais de construção coreográfica das Danças de Salão.

### MÚSICA

- a) Da responsabilidade de cada grupo, devidamente enquadrado na atuação, no estilo proposto e de efeito contínuo.
- b) O suporte musical deverá ser entregue ao Presidente de Júri em formato digital USB assim como uma cópia de segurança em formato CD
- c) É da responsabilidade de cada grupo verificar e testar a sua música de forma antecipada, antes da sua apresentação, bem como o acompanhamento da mesma durante a prova.
- d) É da responsabilidade de cada grupo garantir a qualidade máxima do ficheiro a reproduzir

### DURAÇÃO

A duração mínima de cada atuação é de 3m30s e a máxima de 5 minutos, com entradas e saída da pista de dança consideradas.

### LIFTS “LEVANTAMENTOS”

Só permitido nas categorias de OPEN e no máximo de três (3) em cada apresentação, não excedendo os 5s por cada “levantamento”.

### **ADEREÇOS CÉNICOS**

Não são permitidos quaisquer efeitos visuais, adereços de palco, etc. As condições de Luz e Som são as gerais da própria competição.

### **ADEREÇOS DE COREOGRAFIA – BEGINNER E NOVICE**

Não são permitidos quaisquer adereços cenográficos, seja na entrada, saída ou durante a apresentação no guarda-roupa, nem acessórios de qualquer espécie.

### **ADEREÇOS DE COREOGRAFIA – OPEN**

Não são permitidos quaisquer adereços cenográficos, seja na entrada, saída ou durante a apresentação. São permitidos adereços que de alguma forma façam parte integrante da temática da performance desde que devidamente incluídos no guarda-roupa durante toda a atuação. Qualquer objeto que seja colocado ou deixado no chão da pista será considerado adereço cenográfico.

### **ORDEM DE ATUAÇÃO**

Por sorteio em momento anterior ao início de cada secção, efetuado pelo Presidente de Júri e com a presença de um representante de cada equipa.

## **Artigo 10º (Infrações - Indumentária)**

- a) Se o Código de indumentária não for respeitado por um dançarino (a), ou por um dos elementos de um grupo, estes deverão ser advertidos pelo Presidente de Júri, com a finalidade de regularizarem a situação no final da sua atuação assim como ao Professor responsável;
- b) Os (as) dançarinos (as) deverão aceitar a decisão do Presidente de Júri e cumprir este regulamento. De outra forma serão imediatamente desclassificados;
- c) Alguém que tenha sido advertido ou eliminado de uma competição por uso de indumentária não permitida, poderá ser imediatamente eliminado se repetir a indumentária em secções posteriores;
- d) A eliminação corresponde à não atribuição de lugar e de pontuação na secção que se encontra a disputar. Neste caso, o(a) dançarino(a) ou Equipa não será chamado á pista aquando da entrega de prémios.
- e) Poderá ser considerada infração, se assim for determinado pelo Presidente de Júri, o uso de qualquer material, cor, modelo ou outro artifício com o aspeto de não estar conforme com as regras de indumentária
- f) Poderão ser impostas sanções adicionais ao (à) dançarino (a) e ao Professor responsável, incluindo a suspensão a reincidentes.

NOTA: É da total responsabilidade dos atletas e professores, em caso de dúvida, consultarem o Presidente de Júri sobre a indumentária permitida aquando da inscrição e/ou antes do início da secção em disputa.

### **Artigo 11º (Sanções)**

Em provas de TEAM SINCRO, quaisquer infrações nos itens referidos de seguida implicam a desclassificação imediata da Equipa, sendo soberano todas as decisões do Presidente de Júri:

- a) Número de danças apresentadas, inferior ao regulamentando para cada escalão
- b) Duração da apresentação inferior ou superior ao previsto
- c) Número de “levantamentos” superior ao permitido
- d) Duração dos “levantamentos” superior á permitida
- e) Existência de elementos coreográficos e cénicos não permitidos e/ou desajustados do nível e escalão em questão.

### **Artigo 12º (Aferição)**

- A. A aferição das secções de SOLO DANCE e GROUP DANCE é idêntica às provas regulares de pares da PDA, sendo utilizado o sistema de *Skating System*
- B. A avaliação de cada TEAM SINCRO é feita desde o início da música da coreografia até ao seu final.
- C. As entradas e saídas deverão ser céleres.
- D. Cabe a cada Equipa decidir o local, dentro da pista de dança, onde inicia, executa e termina a sua apresentação não sendo permitidas saídas de pista no decorrer da mesma.

### **Artigo 13º (Avaliação e Critérios para TEAM SINCRO)**

- A. Nas finais, as equipas serão colocadas por Ordem de Mérito
- B. Composição coreográfica, sincronização dos elementos, relações espaciais e adequação artística ao tema se aplicável
- C. Qualidades técnicas expectáveis e de acordo com cada grau de secção de dança
- D. Relação do movimento com a música, carácter rítmico de cada dança e sincronização musical geral
- E. Seleção musical adequada com sentido estético e impacto artístico

### **Artigo 14º (Regras de Inscrição numa Competição)**

- A. A inscrição de qualquer elemento solo ou integrado em equipas é efetuada de acordo com os regulamentos gerais de inscrição da PDA, incluídos no Livro de Regras
- B. O professor/escola é responsável no ato da inscrição pela correta verificação das regras de composição incluídas no Artigo 5 deste documento.

### **Artigo 15º (Promoções e Rankings)**

- A. As secções de SOLO DANCE, DUETOS e TEAM SINCRO seguirão as regras de promoção idênticas às secções BEGINNER e NOVICE a par.
- B. As categorias de OPEN estão sujeitas ao Ranking em vigor á data, não sendo categorias promocionais, sendo de igual modo atribuídos os títulos correspondentes.