

**«СОГЛАСОВАНО»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Президент  
Общероссийской  
общественной организации  
«Российский Танцевальный Союз»



**С.Г.Попов**

Ответственный за координацию проведения  
фестивалей-соревнований среди танцоров любителей  
членами Российского Танцевального Союза  
Вице-президент ООО РТС



(20.11.2018)

**А.В.Машков**

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**Об открытом танцевальном Фестивале «Кубок Главы Г.О. Подольск »,  
Открытом Всероссийском Этапе Кубка Российского Танцевального Союза  
2018-2019 г.г. среди любителей,  
Открытых межрегиональных соревнованиях в группе Rising Stars  
по Положению Массового спорта РТС,  
Открытых классификационных Первенствах  
Московской Федерации Спортивного Танца среди солистов,  
Открытом Фестивале Школ Танца Российского Танцевального Союза,**

### **1. Цели и задачи.**

Соревнования проводятся в целях:

- Усиления пропаганды и популяризации бальных спортивных танцев как важного средства духовного и физического воспитания;
- Привлечения широких слоёв населения и, прежде всего, детей и молодёжи к занятиям бальными спортивными танцами;
- Усиления позиций Российского Танцевального Союза о свободном участии танцоров в открытых соревнованиях вне зависимости от принадлежности к каким-либо общественным организациям;
- Совершенствования работы Российского Танцевального Союза на контакте с региональными отделениями.

Соревнования ставят задачи:

- Повышение эффективности работы региональных спортивно-танцевальных коллективов РФ в осуществлении социально значимых программ в сфере культуры и спорта;
- Контроль выполнения классификационных требований по технико-тактической подготовке в соответствии с требованиями Единой Классификации Танцоров Любительской Лиги, принятыми Российским Танцевальным Союзом;

- Совершенствование работы судейского корпуса региональных отделений РТС в соответствии с Положением о квалификационных категориях представителей жюри по бальным спортивным танцам Российского Танцевального Союза, утверждённым Президиумом РТС в 2008 г.

- Содействие в подготовке спортивных резервов и повышение уровня танцевального мастерства;

## **2. Руководство и судейская коллегия.**

Общее руководство осуществляет МОО Московская Федерация Спортивного Танца Российского Танцевального Союза.

Непосредственное руководство возлагается на Председателя Коллегии судей РТС Печерникова Андрея Александровича руководителя СТК «Макс-Классик» МОО МФСТ, г.Подольск (мкр.Климовск) и Главную судейскую коллегия соревнований.

Главный судья соревнований:

Вице-президент РТС, Президент МОО МФСТ, Основоположник кафедры теории и методики танцевального спорта РГУФКСМиТ, Представитель жюри Международной категории РТС

Машков Александр Викторович.

Заместитель главного судьи:

- член РТС, Вице-президент МОО МФСТ, старший преподаватель кафедры ТиМ танцевального спорта РГУФКСМиТ, Представитель жюри Международной категории РТС

Михайлов Илья Александрович.

Заместитель главного судьи на правах организатора соревнований:

-Руководитель Народного спортивно-танцевального коллектива «Макс-классик», член президиума РТС, Председатель коллегии судей РТС, Председатель комитета судей МОО МФСТ Всероссийской и Международной категорий РТС, Представитель жюри Международной категории РТС

Печерников Андрей Александрович.

Главный секретарь соревнований:

- Заслуженный учитель танца РТС, Представитель жюри Международной категории РТС

Машкова Анна Михайловна.

Судейская коллегия формируется по усмотрению организатора соревнований при согласовании с Председателем Коллегии судей РТС, прежде всего, из судей, имеющих право на судейство межрегиональных, всероссийских и международных турниров в соответствии с Положением о квалификационных категориях представителей жюри (спортивных судьях) по бальным спортивным танцам Российского Танцевального Союза,

Руководители региональных отделений РТС, чьи пары участвуют в данном турнире, могут номинировать судей при согласовании с организатором соревнований.

Командировочные расходы по проезду и проживанию иногородних судей (за исключением Москвы и Московской области), номинированных от регионального отделения, региональной организации не более двух в один день соревнований за

счёт организатора турнира, при условии не менее пяти пар на одного судью от организации. В ином случае командировочные расходы за счёт командирующих организаций или по согласованию с организатором турнира.

Ответственность за распределение судей по бригадам, оценивающим исполнительское мастерство пар, несёт Главный судья турнира.

День приезда 18 Января 2019 г., день отъезда 21 Января 2019 г.

Согласование формирования судейской коллегии соревнований с организатором проходит до 20 Декабря. по e-mail: [PECHERNIKOV@MAIL.RU](mailto:PECHERNIKOV@MAIL.RU)

Непосредственный организатор соревнований готовит и формирует организационный состав судейской коллегии соревнований: комендант соревнований, врач соревнований, секретариат (председатель счетной комиссии, судьи на регистрации, судьи- секретари счетной комиссии, операторы компьютерной обработки результатов), судьи при участниках, судья на музыкальном сопровождении (звукооператор), судья информатор (ведущий).

### **3. Место, сроки и время проведения соревнований.**

Соревнования проводятся в мкр. Климовск ДС «Юность» пр.Юности д.1  
19-20 Января 2019г.

Заезд для иногородних 18 Января, отъезд 21 января 2019г., информация по размещению и бронированию гостиницы на сайте [MAKSCLASSIC.RU](http://MAKSCLASSIC.RU)

Проезд: г. Москва Курский вокзал, пл. Текстильщики, пл. Царицыно до станции Весенняя (35-60 мин) выход из первого вагона далее через жел. дор полотно в сторону ул. Заводская. По ул. Заводской через 200 метров УСЦ Юность.

На личном автотранспорте по Симферопольскому Шоссе трасса М2, по указателям на город Климовск(20\_25 мин.). При въезде в город на круговом движении 2-й съезд, далее на 2-ом светофоре налево под стрелку, через 200м. по левой стороне УСЦ Юность.

Обязательна предварительная регистрация участников на сайте: [www.rdu.ru](http://www.rdu.ru) или [www.russianmaster.ru](http://www.russianmaster.ru) до 18 Января 2019г., в заявке указать: танцевальный коллектив, город, регион или региональная организация РТС, фамилия имя, дата рождения, класс танцоров, тренеры.

Окончательная регистрация в дни проведения соревнований по указанному времени в программе.

### **4. Участвующие организации, участники, условия и порядок проведения соревнований.**

В соревнованиях могут принимать участие спортивно-танцевальные пары и солисты из танцевальных коллективов различных организаций РФ и других стран.

Допуск на соревнования проходит по классификационным книжкам любых организаций, в которых должен быть проставлен класс программы сложности, дата рождения и оплата взноса в соответствующую общественную организацию за 2019 г.

#### **В рамках танцевального фестиваля проводятся:**

- Открытый этап Кубка РТС 2018-2019 г.г. Форма проведения соревнований классификационно-рейтинговая, т.е. лучшие 6-8 пар в классе, отобранные судейской коллегией соревнований, имеют право принять участие в более высоком классе.

Начиная с ¼ финала турнир в каждом возрасте и программе проходит по отдельным танцам.

Соревнования проводятся по следующим возрастным группам и классам:

Ювеналы-1 "Е" "D" классы

Ювеналы-2 "Е" "D" "С" классы;

Юниоры-1 "Е" "D" «С» «В» классы;

Юниоры-2 "Е" "D" "С" "В+А" классы;

Молодёжь-1 "Е" "D" "С" "В" "А+S" классы и международный класс;

Молодёжь-2 + Взрослые "Е" "D" "С" "В" "А+S" классы и международный класс.

Программа танцев:

"Е" класс ST- медленный вальс, танго, квик; LA – ча-ча-ча, румба, джайв;

"D" класс ST- медленный вальс, танго, слоу, квик; LA – ча-ча-ча, самба, румба, джайв;

"С" класс и выше полная программа танцев.

Танцевальные пары "Е" "D" "С" классов, выступая в данных классах, исполняют только фигуры международной базисной программы (см. Приложение).

Порядок проведения соревнований определяется Правилами РТС и Положением об открытых международных, всероссийских, межрегиональных региональных фестивалях-соревнованиях среди танцоров-любителей территориальных подразделений Российского Танцевального Союза /РТС/ и организаций, работающих на контакте с РТС.

- Открытые межрегиональные соревнования **в группе Rising Stars** (Турнир Восходящие звезды) по рейтинговой форме – открытому классу, свободная программа исполняемых фигур и вариаций (соревнования, проводимые совместно для танцоров разных классов, в определенных возрастных группах):

Ювеналы-2 "Е" "D" классы;

Юниоры-1 "Е" "D" "С" классы;

Юниоры-2 "Е" "D" "С" классы;

Молодёжь-1 "Е" "D" "С" "В" классы;

Взрослые "Е" "D" "С" "В" "А" классы.

- Открытые Классификационные Первенства Московской Федерации Спортивного Танца среди солистов проводятся 20 января 2019 г. (см. отдельное Положение).

Межрегиональные соревнования в группе Rising Stars (Турнир Восходящие звезды) и классификационные Первенства МФСТ среди солистов проводятся в соответствии с Правилами РТС и Положением об открытых соревнованиях по Массовому Танцевальному Спорту Региональных отделений, территориальных подразделений Общероссийской общественной организации «Российский Танцевальный Союз» (РТС) и организаций, работающих с РТС на договорной основе (см. на сайте РТС: [www.rdu.ru](http://www.rdu.ru) ).

- Открытый Фестиваль Школ Танца Российского Танцевального Союза проводится 19 января 2019 г. в соответствии с общероссийским Положением утверждённым 09.07.2018 г. (см. на сайте РТС: [www.rdu.ru](http://www.rdu.ru) ).

Партнёрши в обязательном порядке должны иметь накаблучники. При их отсутствии пары будут сняты с соревнований.

## **5. Условия зачёта и награждение.**

Личное первенство определяется в каждом виде спортивных танцев: стандарт, латина, 10 танцев в каждой возрастной группе

Лучшие 6-8 пар в каждом классе, возрастной группе в стандарте и латине, награждаются дипломами.

1-3 места в возрастной группе в каждом виде спортивных танцев награждаются кубками, медалями, все финалисты награждаются дипломами.

Рейтинг Кубка РТС определяется в соответствии с Единой Классификацией Танцоров РТС по стабильности качества результата (СКР) на основании пяти лучших результатов показанных на календарных международных фестивалях и российских соревнованиях, включённых в официальный календарь мероприятий РТС (см. на сайте: [www.rdu.ru](http://www.rdu.ru)).

Финалисты Классификационного Первенства среди солистов и межрегиональных соревнований по группе Rising Stars награждаются фирменными дипломами, призёры медалями.

На Фестивале Школ Танца Российского Танцевального Союза Команды, занявшие 1-3 места, награждаются Кубками и дипломами Лауреатов открытого общероссийского Фестиваля Школ Танца. Организатором Фестиваля может быть предусмотрено фотографирование всей команды с наградами Лауреата, которые вручаются представителю – капитану команды.

Представителям – капитанам команд-участников Фестиваля вручаются дипломы Дипломантов открытого общероссийского Фестиваля Школ Танца.

Призёры или финалисты соревнований на лучшее исполнение объявленных организатором танцев и отдельных танцев по программе Школы Конкурсного Танца награждаются памятными жетонами и дипломами, которые вручаются представителю – капитану команды при награждении за командный результат.

## **6. Финансовые условия.**

Соревнования проводятся при поддержке Московской федерации спортивного танца Российского Танцевального Союза.

Все организационные и наградные расходы за счёт собственных и привлечённых средств. Взносы с участников и зрителей определяются непосредственным организатором с учётом сметы расходов на определённое Положением мероприятие.

Взнос на уставные цели с участника этапа Кубка РТС: 1000-1100 рублей за одну программу в одном возрасте.

Взнос со зрителя на уставные цели: 1000-1100 рублей за один день соревнований.

Взнос на уставные цели с участника классификационных Первенств МФСТ среди солистов 700 рублей с человека за программу, со зрителя 1000 руб. за один день фестиваля.

Взнос на уставные цели с участника за один день Фестиваля Школ Танца 700 рублей, со зрителя: 700 рублей.

Взнос на уставные цели за участие в конкурсе по одному танцу Фестиваля Школ Танца: 200 рублей с человека.

Командировочные расходы за счёт командирующих организаций.

## 7. Программа соревнований

		19 Января 2019 г.			
<b>ФЕСТИВАЛЬ ШКОЛ ТАНЦА РТС</b>		Регистрация: 9.00 Начало: 10.30			
<b>Всероссийский этап Кубка РТС, Межрегиональные соревнования в группе Rising Stars</b>		Пер: 11:30 Нач: 13.00	Пер: 13:30 Нач: 15:00	Пер: 15:00 Нач: 16:30	Пер: 16:30 Нач: 18:00
ла	Взрослые 21 и ст. (с допуском Молодежь-2 19-20 лет)	E,D,C	B	RS	A+S+M
ст	Молодежь-1 16-18 лет (с допуском Юниоры-2 14-15 лет)	E,D,C	B	RS	A+S+M
ст	Юниоры-2 14-15 лет (с допуском Юниоры-1 12-13 лет)	E, D	RS	C	B+A
ст	Юниоры-1 12-13 лет (с допуском Ювеналы-2 10-11 лет)	E, D	RS	C	B
ла	Ювеналы-2 10-11 лет (с допуском Ювеналы-1 9 лет и мл.)	E,, RS	D	C	
ла	Ювеналы-1 9 лет и мл.		E	D	
		20 Января 2019 г.			
<b>Классификационные Первенства МФСТ среди солистов (на двух паркетах)</b>		Регистрация: 9.00 Начало: 10.30			
<b>Всероссийский этап Кубка РТС, Межрегиональные соревнования в группе Rising Stars</b>		Пер: 12:00 Нач: 13.30	Пер: 14:00 Нач: 15:30	Пер: 15:30 Нач: 17:00	Пер: 17:00 Нач: 18:30
ст	Взрослые 21 и ст. (с допуском Молодежь-2 19-20 лет)	E,D,C	B	RS	A+S+M
ла	Молодежь-1 16-18 лет (с допуском Юниоры-2 14-15 лет)	E,D,C	B	RS	A+S+M
ла	Юниоры-2 14-15 лет (с допуском Юниоры-1 12-13 лет)	E, D	RS	C	B+A
ла	Юниоры-1 12-13 лет (с допуском Ювеналы-2 10-11 лет)	E, D	RS	C	B
ст	Ювеналы-2 10-11 лет (с допуском Ювеналы-1 9 лет и мл.)	E,, RS	D	C	
ст	Ювеналы-1 9 лет и мл.		E	D	

## Приложение

Российский Танцевальный Союз определяет базисной международной программой исполняемых фигур и вариаций программу Британского Танцевального Совета, что соответствует решению Всемирного Танцевального Совета. Данная программа имеет большое значение для подготовки начинающих танцоров и, особенно, для возрастной группы Ювеналы, так как для них, фактически, «Открытым Чемпионатом Мира» является Юниорский Международный Фестиваль в Блекпуле (Англия), который проводится по Правилам Британского Танцевального Совета. Правила Британского Танцевального Совета обновляются один раз в три года.

Данная программа в полном объёме без разделения на классы применяется на международных классификационных соревнованиях РТС и классификационно-рейтинговых турнирах РТС по «Е», «D», «С» классам, а также в возрастной группе Ювеналы.

### **Фигуры международной базисной программы в стандартных танцах**

#### **для исполнения в классах:**

#### **«Е» -Beginner; «D» - Novice; «С» - Advanced и возрастной группе ювеналы**

**на 2018 – 2019 г.г.**

Данная программа составлена на базе последних изданий следующих учебников:

- a) The Revised Technique by Alex Moore
- b) The Ballroom Technique of the Imperial Society (ISTD)
- c) Technique of Ballroom Dancing by Guy Howard (IDTA)
- d) The UKA Ballroom Book.

В программе разрешены к исполнению все фигуры и вариации, описанные в указанных учебниках, включая примечания; кроме фигур, исключенных Британским Танцевальным Советом. Фигуры исполняются только в тех танцах, в которых приводится их описание. Не разрешено танцевать части фигур, если они не оговорены в учебниках.

**«Флик»** - замах ноги в кросс или в какой-либо другой позиции базисным техническим действием не является.

(Все дополнения и изменения выделены жирным шрифтом.)

### **МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС**

- |  |                               |
|--|-------------------------------|
| 1. Закрытые перемены с ПН и ЛН         | ClosedChanges                 |
| 2. Натуральный поворот                 | NaturalTurn                   |
| 3. Обратный поворот                    | ReverseTurn                   |
| 4. Натуральный спин поворот            | NaturalSpinTurn               |
| 5. Виск вперед                         | Whiskfwd                      |
| 6. Шассе из ПП (Синкопированное шассе) | ChassefromPP                  |
| 7. Перемена хезитейшн                  | Hesitation Change (Associate) |
| 8. Прогрессивноешассенаправо           | Progressive Chasse to R       |
| 9. Импетус (Закрытый импетус)          | Impetus (Closed Impetus)      |

10. Внешняяперемена	Outside Change
11. Обратноекорте	Reverse Corte
12. Вискназад	Back Whisk
13. Основноеплетение	Basic Weave
13а.Плетениевритмевальса	Weave in Waltz time
14. Двойнойобратныйспин	Double Reverse Spin
15. Обратный пивот	Reverse Pivot
16. Локкназад	Backward Lock
17. Локквперед	Forward Lock
18. Плетение из ПП	Weave from PP
19. Телемарк (Закрытый телемарк)	Telemark (Closed Telemark)
20. Открытый телемарк (Телемарк в ПП)	Open Telemark
21. Кросс хезитейшн	Cross Hesitation
22. Крыло	Wing
23. Открытый импетус (Импетус в ПП)	OpenImpetus
24. Внешний спин	OutsideSpin
25. Поворотный локк	Turning Lock
26. Дрег хезитейшн	Drag Hesitation
27. Поворотный локк направо (Перекрученный поворотный локк)	Turning Lock toR
28. Закрытое крыло	ClosedWing
29. Обратный фолловей и слип пивот	Fallaway Reverse and Slip Pivot
30. Ховер корте	Hover Corte
31. Натуральный фолловей поворот (Ховард) или Натуральный фолловей (А.Мур)	Fallaway Natural Turn or Natural Fallaway
32. Бегущий спин поворот (1,2,3,1,2и3)	Running SpinTurn (1,2,3,1,2и,3и),
33. Фолловей виск (после 1-3 Натур.Поворота)	Fallaway Whisk (after 1-3 Natural Turn)
34. Открытый натуральный поворот из ПП	Open Natural Turn from PP
- <b>Левый виск(Отменен Брит.С.)</b>	<b>Left Whisk</b>
- <b>Контра чек (Отменен Брит.С.)</b>	<b>Contra Check</b>
- « <b>Левый поворот</b> » - некоторые тренеры ошибочно называют «Переменной из ПП». Данная фигура описана в учебнике популярных вариаций Алекса Мура и базисной не является.	
- « <b>Боковой кросс</b> » - Исполнение третьего шага в фигуре «Левый поворот» или шестого шага в фигуре «Обратный поворот» в кросс к базисным техническим действиям не относится.	



## ТАНГО

- |  |   |
|--|---|
| 1. Ход с ЛН и ПН ( <b>вперёд, назад, с ПН в ПП</b> )                                 | Walk  |
| 2. Прогрессивный боковой шаг   | Progressive Side Step                           |
| 3. Прогрессивное звено   | Progressive Link                                |
| 4. Закрытый променад   | Closed Promenade                                |
| 5. Натуральный рокк поворот  | Natural Rock Turn                               |
| 6. Закрытое окончание  | Closed Finish                                   |
| 7. Открытый обратный поворот,<br>партнерша вне партнера                              | Open Reverse Turn,<br>Lady Outside              |
| 8. КORTE назад   | Back Corte                                      |
| 9. Открытое окончание  | Open Finish                                     |
| 10. Открытый обратный поворот,<br>партнерша в линию                                  | Open Reverse Turn,<br>Lady in Line              |
| 11. Обратный поворот<br>на прогрессивном боковом шаге                                | Progressive Side Step<br>Reverse Turn           |
| 12. Открытый променад  | Open Promenade                                  |
| 13. Роки на ЛН и ПН  | L.F. and R.F. Rocks                             |
| 14. Натуральный твист поворот  | Natural Twist Turn                              |
| 15. Натуральный променадный поворот  | Natural Promenade Turn                          |
| 16. Натуральный променадный<br>поворот в рокк поворот                                | Natural Promenade Turn to<br>Rock Turn          |
| 17. Променадное звено  | Promenade Link                                  |
| 18. Форстеп  | Four Step                                       |
| 19. Открытый променад назад  | Back Open Promenade                             |
| 20. Внешний свивл после открытого променада<br><b>(с поворотом влево или вправо)</b> | Outside Swivel after Open Promenade             |
| 21. Внешний свивл после открытого окончания<br><b>(с поворотом влево или вправо)</b> | Outside Swivel after Open Finish                |
| 22. Внешний свивл после<br>1-2 шага обратного поворота                               | Outside Swivel after<br>1 and 2 of Reverse Turn |
| 23. Променад фоллоуей  | Fallaway Promenade                              |
| 24. Форстеп перемена   | Four Step Change                                |
| 25. Браш теп   | Brush Tap                                       |
| 26. Фоллоуей форстеп   | Fallaway Four Step                              |
| 27. Основной обратный поворот<br><b>(ББМББМ), (ББиББМ)</b>                           | Basic Reverse Turn                              |

28. Чейс

The Chase

**варианты окончаний:**

- в ПП (М);

- в ЗП (М);

- после 5-ого шага с поворотом вправо:

**Шассе направо в Виск и Теп в ПП (БиБ;М;ББ) или (БиБ;Б;БМ),**

**Шассе направо в Виск и 2-3 шага Променадного Звена (БиБ;М;ББ) или (БиБ;Б;БМ),**

**Шассе направо в Виск и подставка ПН к ЛН с выходом в ПП (БиБ;Ми,М),**

**Шассе направо в Прогрессивное звено (БиБ,ББ)**

29. Обрат. Фоллоуей и слип пивот

Fallaway Reverse and Slip Pivot

30. Файвстеп (поворотный А.Мур)

Five Step

31. Мини файвстеп (без поворотов по Ховарду)

Mini Five Step

- **Оверсвей(Отменен Брит.С.)**

**Oversway**

- **Контра чек (Отменен Брит.С.)**

**Contra Check**

- **Левый виск(Отменен Брит.С.)**

**Left Whisk**

- **Запрещается изменение ритма основных фигур**, не имеющее описание в основополагающих учебниках Алекса Мура, Гая Ховарда, Имперского общества учителей танца, на которых базируются Правила Британского Танцевального Совета. К превышению относятся: Последние шаги «Закрытого променада», «Закрытого окончания», «Натурального променадного поворота», «Чейса», исполненные в ритме «быстро» и т.п.; 4-6 шага «Основного обратного поворота», исполненные в ритме «ББи».
- **Первый шаг «Корте назад»** по описанию не может выполняться в ПДК. Данное действие является «Контра чеком назад на ЛН» и, следовательно, является превышением.
- **Выпад на первом шаге «Натурального рок поворота» на смягчённую ногу** - это «Ландж линия», **выпад на последнем шаге «Открытого променада», «Открытого окончания» на смягчённую ногу с поворотом корпуса влево** - это «Чеа», данные действия не входят в описание основных фигур и являются превышением программы сложности.

### ВЕНСКИЙ ВАЛЬС

1. Натуральный поворот

Natural Turn

2. Обратный поворот

Reverse Turn

3. Шаги перемены вперед с ПН и ЛН

Forward Change Steps

(Reverse to Natural, Natural to Reverse)

4. Шаги перемены назад с ПН и ЛН

Backward Change Steps

(Reverse to Natural, Natural to Reverse)

## ФОКСТРОТ

- |   |   |
|---|---|
| 1. Ход ( <b>вперёд, назад</b> )   | Walk “S”  |
| 2. Перо   | Feather “S”   |
| 3. Тройнойшаг   | Three Step “S”  |
| 4. Натуральный поворот  | Natural Turn “S”  |
| 5. Обратный поворот   | Reverse Turn “S”  |
| 6. Перо окончание   | Feather Finish “S”  |
| 7. Импетус (Закрытый импетус)   | Impetus (Closed Impetus) “S”                                      |
| 8. Натуральное плетение   | Natural Weave “A”   |
| 9. Перемена направления   | Change of Direction “A”   |
| 10. Основное плетение   | Basic Weave “A”   |
| 10а. Плетение после 1-4 шага обратной волны   | Weave after 1-4 Reverse Wave “A”                                  |
| 11. Телемарк (Закрытый телемарк)  | Telemark (Closed Telemark)  |
| 12. Открытый телемарк (Телемарк в ПП)   | Open Telemark   |
| 13. Окончание Перо из ПП  | Feather Ending from PP  |
| 14. Топ спин  | Top Spin  |
| 15. Ховер перо  | Hover Feather   |
| 16. Ховер телемарк  | Hover Telemark  |
| 17. Натуральный телемарк  | Natural Telemark  |
| 18. Ховер кросс   | Hover Cross   |
| 19. Открытый телемарк в натуральный поворот<br>и внешний свивл, законченный пером   | Open Telemark, Natural Turn,<br>Outside Swivel and Feather Ending |
| 20. Открытый импетус (Импетус в ПП)   | Open Impetus  |
| 21. Плетение из ПП  | Weave from PP   |
| <b>22. Натуральное плетение из ПП</b>   | <b>Natural Weave from PP</b>                                      |
| 23. Обратная волна  | Reverse Wave  |
| 24. Натуральный твист поворот<br>в Парящее перо по ЛТ (МБиБМББ);<br>в Перо окончание (МБиББМББ);<br>во 2-7 шаги Натурального плетения (МБиБМБББББ). | Natural Twist Turn  |
| 25. Обратный пивот (М; Б; и)  | Reverse Pivot   |
| 26. Быстрый открытый обратный<br>с ЛН (МБиБББ), (БиБМББ);<br>с ПН (МБиБМББ).  | Quick open Reverse  |
| 27. Быстрое натуральное плетение из ПП<br>(МБиБМББ)   | Quick Natural Weave from PP                                       |

28. Изогнутое перо	Curved Feather
29. Перо назад	Back Feather
30. Изогнутое перо из ПП	Curved Feather from PP
31. Изогнутое перо в перо назад	Curved Feather to Back Feather
32. Натуральный зиг-заг из ПП (МББББ)	Natural Zig-Zag from PP
33. Обрат. Фолловей и слип пивот	Fallaway Reverse and Slip Pivot
34. Натуральный ховер телемарк (МББМББ) или (МиММББ)	Natural Hover Telemark
35. Пружинистый фолловей и окончание Плетение (МиБББББМ)	Bounce Fallaway and Weave Ending
36. Продолженная обратная волна (Ховард) Или Четыре волны (А.Мур)	Extended Reverse Wave (Howard) or The Four Waves (A.Moore)
37. Изогнутый тройной шаг	Curved Three Step
- <b>Оверсвей</b> ( <i>Отменен Брит.С.</i> )	<b>Oversway</b>
- <b>Контра чек</b> ( <i>Отменен Брит.С.</i> )	<b>Contra Check</b>
- <b>Изменение ритма «Плетения» на МББМББ, а «Перемены направления» на ММММ или МББ</b> является нарушением исполнения базисных фигур.	
- <b>Исполнение «Плетения» с двумя дополнительными шагами ББ</b> называется «Продолженным Плетением» и в программу базисных фигур не входит.	
- В основополагающих учебниках <b>нет каких-либо Шассе</b> в Фокстроте, следовательно, данная фигура является превышением программы сложности.	

### **КВИКСТЕП**

1. <b>Ход (вперёд, назад)</b>	Walk
2. Четвертной поворот направо	Quarter Turn to R
3. Натуральный поворот	Natural Turn
4. Прогрессивное шассе	Progressive Chasse
5. Локк вперед	Forward Lock
6. Натуральный поворот с хезитейшн	Natural Turn with Hesitation
7. Натуральный пивот поворот	Natural Pivot Turn
8. Натуральный спин поворот	Natural SpinTurn
<b>9. Обратный шассе поворот (МББ)</b>	<b>Chasse Reverse Turn</b>
Описание есть в последних изданиях: Имперского общества учителей танца (ISTD), Алекса Мура, Гая Ховарда.	
<b>10. Четвертной поворот налево (МББМ)</b>	<b>Quarter Turn to L</b>
Описание есть в последних изданиях: Имперского общества учителей танца (ISTD), Алекса Мура, Гая Ховарда.	
11. Импетус (Закрытый импетус)	Impetus (Closed Impetus)
12. Локк назад	Back Lock
13. Обратный пивот (М; Б; и)	Reverse Pivot

- |  |   |
|--|---|
| 14. Прогрессивное шассе направо  | Progressive Chasse to R                   |
| 15. Типл шассе направо   | Tipple Chasse to R                        |
| 16. Бегущее окончание  | Running Finish                            |
| 17. Натуральный поворот и Локк назад   | Natural Turn and Back Lock                |
| 18. Двойной обратный спин  | Double Reverse Spin                       |
| 19. Типл шассе налево  | Tipple Chasse to L                        |
| 20. Зиг-заг, Локк назад, Бегущее окончание   | Zig-zag, Back Lock, Running Finish        |
| <b>21. Кросс шассе</b>   | <b>Cross Chasse</b>                       |
| Описание есть в последних изданиях: Имперского общества учителей танца (ISTD), Алекса Мура, Гая Ховарда. |   |
| <b>22. Перемена направления (ММММ)</b>   | <b>Change of Direction</b>                |
| Описание есть в последних изданиях: Имперского общества учителей танца (ISTD), Алекса Мура, Гая Ховарда. |   |
| 23. Быстрый открытый обратный  | Quick open Reverse                        |
| 24. Фиштейл  | Fishtail                                  |
| 25. Бегущий правый поворот   | Running Right Turn                        |
| 26. Четыре быстрых бегущих   | Four Quick Run                            |
| 27. В-6  | V-6                                       |
| 28. Телемарк (Закрытый телемарк)   | Telemark (Closed Telemark)                |
| 29. Кросс свивл  | Cross Swivel                              |
| 30. Шесть быстрых бегущих  | Six Quick Run                             |
| 31. Румба кросс  | Rumba Cross                               |
| 32. Типси вправо и влево   | Tipsy to R and L                          |
| 33. Ховер корте  | Hover Corte                               |
| 34. Открытое бегущее окончание (в ПП)  | Open Running Finish (toPP)                |
| 35. Бегущее кросс шассе  | Running Cross Chasse                      |
| 36. Проходящий Натуральный поворот<br>(Открытый Натуральный поворот)                                     | Passing Natural Turn<br>(OpenNaturalTurn) |
- «**Двойной локк**» не относится к базисным фигурам, так как состоит из частей, отдельно не описанных в указанных учебниках Имперского общества учителей танца (ISTD), Алекса Мура, Гая Ховарда.
  - По основным описаниям в базисных учебниках фигуры «**Четыре быстрых бегущих**» и «**Шесть быстрых бегущих**» не могут начинаться с ЛН назад у партнёрши.

**Фигуры международной базисной программы в латиноамериканских танцах**

**для исполнения в классах:**

**«Е» -Beginner; «D» - Novice; «C» - Advanced и возрастной группе ювеналы**

**на 2018 – 2019 г.г.**

Данная программа составлена на базе последних изданий следующих учебников:

- a) The Laird Technique of Latin Dancing by Walter Laird – Julie Laird
- b) The Revised Technique of Latin American Dancing (ISTD)
- c) Technique of Latin Dancing Supplement by Walter Laird (IDTA)
- d) The UKA Latin Book.

В программе разрешены к исполнению все фигуры и вариации, описанные в указанных учебниках, включая примечания. Не разрешено танцевать части фигур, если они не оговорены в учебниках.

Позиции рук в каждом танце должны соответствовать описанию в учебниках. Разрешено танцевать без соединенных рук не более 5 тактов. Возможно начинать исполнение без соединения рук.

**Любые подготовительные импровизации в начале танца, не соответствующие программе базисных фигур и вариаций, описанных в указанных учебниках, недопустимы и являются превышением.**

**Исполнение основных шагов через кики и флики запрещено, если их нет в описании фигуры.**

(Все дополнения и изменения выделены жирным шрифтом.)

### ЧА-ЧА-ЧА

- |  |   |
|--|---|
| 1. Ча-ча-ча Шассе налево и направо                                   | Cha-cha-cha Chasse to L & R (S)                                 |
| 2. Тайм степс  | Time Steps (S)  |
| 3. Основное движение на месте  | Basic Movement in Place (S)                                     |
| 4. Закрытое основное движение  | Closed Basic (S)  |
| 5. Нью-Йорк в ЛБП или ПБП  | New York to Left or Right Side Position                         |
| - Чек из открытой ПП   | - Check from Open PP  |
| - Чек из открытой КПП  | - Check from Open CPP (S)                                       |
| 6. Рука в руке   | Hand to Hand (S)  |
| 7. Спот поворот влево, вправо, включая Свитч и поворот под рукой     | Spot Turns to L or R, including Switch and Underarm Turns (S)   |
| 8. Боковые шаги влево и вправо                                       | Side Steps to L&R (S)   |
| 9. Ча-ча-ча Локк шассе вперед и назад                                | Cha-cha-cha Locks fwd&bkwd (S)                                  |
| 10. Открытое основное движение                                       | Open Basic (S)  |
| 11. Плечо к плечу  | Shoulder to Shoulder (S)  |
| 12. Назад и обратно  | There and Back (S)  |
| 13. Три ча-ча-ча вперед, назад,<br><b>в ОПП и ОКПП</b>               | Three Cha-cha-cha fwd; bkwd (S)<br><b>in OPP &amp; OCPP (A)</b> |
| 14. Веер   | Fan (A)   |
| 15. Хоккейная клюшка   | Hockey Stick (A)  |
| 16. Алемана  | Aleman (A)  |
| - Алемана из открытой позиции,<br>В Л руке партнёра П рука партнёрши | Aleman from Open Position<br>Left to Right Hand Hold            |
| - <b>Алемана с окончанием А</b>                                      | <b>Aleman finish A</b>  |
| - Алемана с окончанием в открытую КПП                                | Aleman checked to Open CPP                                      |
| 17. Натуральное раскрытие  | Natural Opening Out Movement (A)                                |
| 18. Закрытый хип твист   | Closed Hip Twist (A)  |
| <b>19. Натуральный волчок и</b>                                      | <b>Natural Top &amp;</b>  |
| <b>Натуральный волчок с окончанием А</b>                             | <b>Natural Top with finish A (A)</b>                            |

- |  |  |
|--|--|
| 20. Ронд шассе   | Ronde Chasse (L)   |
| 21. Хип твист шассе  | Hip Twist Chasse (L)   |
| 22. Открытый хип твист   | Open Hip Twist (L)   |
| 23. Обратный волчок  | Reverse Top (L)  |
| 24. Раскрытие из обратного волчка  | Opening Out From Reverse Top (L)                               |
| 25. Спираль  | Spiral (L)   |
| 26. Аида   | Aida (L)   |
| <b>27. Алемана с окончанием В</b>  | <b>Alemana finish B (L)</b>                                    |
| <b>28. Натуральный волчок с окончанием В</b>                               | <b>Natural Top with finish B (L)</b>                           |
| 29. Локон  | Curl (L)   |
| 30. Лассо  | Rope Spinning (L)  |
| 31. Кросс бейсик   | Cross Basic (L)  |
| 32. Кубинский брейк в открытой позиции                                     | Cuban Break in Open Position (L)                               |
| <b>33. Кубинский брейк в открытой КПП</b>                                  | <b>Cuban Break in Open CPP (L)</b>                             |
| <b>34. Сплит кубинский брейк в открытой КПП</b>                            | <b>Split Cuban Break in Open CPP (L)</b>                       |
| <b>35. Сплит кубинский брейк из ОКПП и ОПП</b>                             | <b>Split Cuban Break from OCPP and OPP (L)</b>                 |
| <b>36. Чейс</b>  | <b>Chase (L)</b>   |
| <b>37. Усложненный хип твист</b>   | <b>Advanced Hip Twist (F)</b>                                  |
| <b>38. Алемана из открытой позиции, В П руке партнёра П рука партнёрши</b> | <b>Alemana from Open Position Right to Right Hand Hold (F)</b> |
| <b>39. Турецкое полотенце</b>  | <b>Turkish Towel (F)</b>                                       |
| <b>40. Возлюбленная</b>  | <b>Sweetheart (F)</b>  |
| 41. Следуй за лидером  | Follow My Leader (F)   |
| 42. Кросс бейсик с соло поворотом дамы                                     | Cross Basic with Lady's Solo Turn (F)                          |
| 43. Закрытый хип-твист спираль   | Closed Hip Twist Spiral (F)                                    |
| 44. Открытый хип-твист спираль   | Open Hip Twist Spiral (F)                                      |
| 45. Методы смены ног в ча-ча-ча  | Methods of Changing Feet (F)                                   |
| <b>45. Ритм гуапача</b>  | <b>Guapacha Timing (F)</b>                                     |
- Применяется в фигурах: Закрытое основное движение, Кросс бейсик, Тайм степ, Чек (Нью-Йорк) из ОПП и ОКПП, Турецкое полотенце, Веер.**

### САМБА

- |   |  |
|---|--|
| 1. Основные движения - Натуральное – Обратное - Боковое - Прогрессивное   | Basic Movements – Natural -<br>- Reverse – Side – Progressive (S)  |
| 2. Самба Виски влево, вправо (также с поворотом партнёрши под рукой, Вольта спот повороты вправо и влево для партнёрши) | Samba Whisks to L and R<br>(also with Lady's Under arm turn,<br>Volta Spot Turns to R&L<br>for Lady) (S) |
| 3. Самба ходы – променадные -<br>- боковые - стационарные   | Samba Walks – Promenade –<br>- Side – Stationary (S)   |
| <b>4. Вольта с продвижением влево, вправо, с поворотом влево, с поворотом вправо</b>                                    | <b>Travelling Volta to Left, to Right,<br/>Turning to Left, Turning to Right (S)</b>                     |
| 5. Ритм баунс   | Rhythm Bounce (S)  |
| 6. Ботафого в продвижении вперед  | Travelling BotaFogos Forward (S)   |
| 7. Крисс-кросс ботафого -<br>(Теневые ботафого)   | Criss Cross BotaFogos<br>(Shadow BotaFogos) (S)  |
| <b>8. Ботафого в продвижении назад</b>  | <b>Travelling BotaFogos Back (A)</b>   |
| 9. Ботафого в ПП и КПП  | BotaFogos to PP and CPP (A)  |
| 10. Обратный поворот<br>(1a2, 1a2) или (МББ МББ)  | Reverse Turn (A)   |
| 11. Корта джака   | Corta Jaca (A)   |

12. Закрытые рокки	Closed Rocks (A)
13. Криск-кросс вольта	Criss Cross Voltas (A)
14. Соло спот вольта	Solo Spot Volta (A)
15. Методы смены ног	Methods of Changing Feet (A-L)
Применяются для исполнения в Правой теневой позиции следующих фигур:	
Самба ходы (A),	
Бота фога в продвижении вперед (A),	
Вольта в продвижении (A).	
16. Вольта в продвижении в П теневой поз. (A)	Travelling Voltas in R Shadow Position
17. Корта джака	Corta Jaca (L)
Исполнение противоположной партии	
18. Круговая вольта	Circular Volta (L)
19. Круговая вольта в П теневой позиции (L)	Circular Voltas in R Shadow Position
20. Открытые рокки вправо и влево	Open Rocks to R and L (L)
21. Рокки назад с ПН и ЛН	Backward Rocks on RF and LF (L)
22. Коса	Plate (L)
23. Раскручивание от руки	Rolling off the Arm (L)
24. Аргентинские кроссы	Argentine Crosses (L)
25. Мэйпул (Продолженный Вольта спот поворот вправо, влево)	Maypole (Continuous Volta Spot turn to R&L) (L)
26. Методы смены ног	Methods of Changing Feet (F)
27. Самба локки (ББМББМ)	Samba Locks (F)
28. Карусель	Round about (F)
29. Контра ботафога	Contra BotoFogos (F)
30. Натуральный ролл	Natural Roll (F)
31. Боковые шассе	Side Chasses (F)
32. Бег из Променада в Контрпроменад (F)	Promenade to Counter Promenade Runs
33. Крузадос ходы и локки	Cruzados Walks & Locks (F)
34. Обратный ролл	Reverse Roll (F)
35. Поворот на трех шагах:	Three Step Turn (F)
- вход в Самба Локки	- Entry to Samba Locks,
- Усложненный обратный поворот	- Advanced Reverse Turn
- Усложненный натуральный ролл	- Advanced Natural Turn
36. Дроп вольта	Drop Volta(F)
37. Усложненный ритм Вольты (1,2;a,1,a,2)	Advanced Rhythm of Volta (F)

**Фигуры Рокки исполняются в ритме МББ МББ, любое изменение данного ритма является нарушением.**

### РУМБА

1. Основные движения - Закрытое –	Basic Movements – Closed –
- Открытое - На месте - Альтернативное	Open - Inplace– Alternative (S)
2. Прогресс. ход вперед, назад (в ЗП или ОП) (S)	Progressive Walks fwd, bkwd (inCPorOpP)
3. Нью-Йорк в ЛБП или ПБП	New York to Left or Right Side Position
- Чек из открытой ПП	Check from Open PP
- Чек из открытой КПП	Check from Open CPP (S)
4. Спот поворот вправо, влево включая Свитч и поворот под рукой	Spot Turns to R; to L, including Switch and Underarm Turns (S)
5. Рука в руке	Hand to Hand (S)



6. Плечо к плечу	Shoulder to Shoulder
7. Кукарача	Cucarachas (S)
8. Боковой шаг	Side Step (S)
<b>9. Кубинские рокки (2; 3; 4.1)</b>	<b>Cuban Rocks (S)</b>
10. Веер	Fan (A)
11. – Алемана из веерной позиции	Alemana from Fan Position (A)
- Алемана из Открытой позиции,	Alemana from Open Position
В Л руке партнёра П рука партнёрши	Left to Right Hand Hold (A)
- Алемана с окончанием в открытой КПП	Alemana checked to Open CPP (A)
12. Хоккейная клюшка	Hockey Stick (A)
13. Натуральное раскрытие	Natural Opening Out Movement (A)
14. Закрытый хип твист	Closed Hip Twist (A)
<b>15. Натуральный волчок (окончаниеА)</b>	<b>Natural Top (ending A) (A)</b>
<b>16. Прогрессивный ход вперед, назад в БП</b>	<b>Progressive Walks fwd, bkwd in SP (A)</b>
17. Раскрытие влево и вправо	Opening Out to R and to L (A)
18. Открытый хип твист	Open Hip Twist (L)
19. Обратный волчок	Reverse Top (L)
20. Раскрытие из обратного волчка	Opening Out From Reverse Top (L)
21. Спираль	Spiral (L)
22. Аида	Aida (L)
23. Лассо	Rope Spinning (L)
24. Локон	Curl (L)
25. Фехтование	Fencing (F)
26. Развитие Альтернативного основного движения	Development of Alternative Basic Movement (F)
<b>27. Прогрессивный ход вперед, назад в Правой теневой позиции – Кики ходы</b>	<b>Progressive Walks fwd, bkwd in RShP – KikiWalks (F)</b>
28. Алемана из Открытой позиции, В Пруке партнёра П рука партнёрши	Alemana from Open Position Right to Right Hand Hold (F)
29. Три тройки	Three Threes (F)
<b>30. Натуральный волчок (окончание В)</b>	<b>Natural Top (ending B) (F)</b>
31. Усложненный хип твист	Advanced Hip Twist (F)
32. Фехтование со Спиновыми окончаниями	Fencing with Spin Endings (F)
33. Усложненное раскрытие	Advanced Opening Out Movement (F)
34. Три алеманы	Three Alemanas (F)
35. Продолженный хип твист	Continuous Hip Twist (F)
36. Продолженный круговой хип твист	Continuous Circular Hip Twist (F)
37. Синкопированный кубинский рокк	Syncopated Cuban Rock (F)
38. Скользящие дверцы	Sliding Doors (F)

### ПАСОДОБЛЬ

1. Аппель	Appel (S)
2. Основное движение - Марш – Сюр Плейс	Basic Movement – March – Sur Place (S)
3. Шассе вправо, влево, включая подъем (S)	Chasses to R & L, including Elevations (S)
4. Дрег	Drag (S)
5. Перемещение – (Атака)	Displacement – (Attack) (S)
6. Променадное звено, включая Закрытый променад	Promenade Link – including Closed Promenade (S)
7. Экарт (Фолловой Виск)	Ecart (Fallaway Whisk) (S)
8. Променад	Promenade (S)

9. Разделение	Separation (S)
- Разделение с ходами плаща дамы	Separation with Lady's Cape Walks (S)
10. Фолловой окончание к разделению	Fallaway Ending to Separation (A)
11. Восемь	Huit (A)
12. Шестнадцать	Sixteen (A)
13. Променад в контрпроменад	Promenade to Counter Promenade (A)
14. Большой круг	Grand Circle (A)
15. Открытый телемарк	Open Telemark (A)
16. Твист поворот	Twist Turn (L)
17. Ля пасса	La passé (L)
18. Бандерильяс	Banderillas (L)
19. Обратный фолловой	Fallaway Reverse (L)
20. Испанская линия	Spanish Line (L)
21. Фламенко тепс	Flamenco Taps (L)
22. Методы смены ног:	Methods of Changing Feet:
- задержка на один удар	- One Beat Hesitation (L)
- Синкопированный сюр плейс	- Syncopated Sur Place (L)
- Синкопированное шассе	- Syncopated Chasse (L)
23. Вариация с левой ноги	Left Foot Variation (L)
24. Ку де пик	Coup de Pique (L)
25. Ку де пик со сменой ЛН на ПН (L)	Coup de Pique Changing from LF to RF
26. Ку де пик со сменой ПН на ЛН (L)	Coup de Pique Changing from RF to LF
27. Двойной Ку де пик	Coup de Pique Couplet (L)
28. Синкопированный Ку де пик	Syncopated Coup de Pique (L)
29. Синкопированное разделение	Syncopated Separation (F)
30. Твисты	Twists (F)
31. Плащ шассе	Chasse Cape (F)
32. Плащ шассе – включая внешний поворот	Chasse Cape - including Outside Turn (F)
33. Спины с продвижением из ПП	Travelling Spins from PP (F)
34. Спины с продвижением из КПП	Travelling Spins from CPP (F)
35. Фреголина в соединении с Фарол	Fregolina – incorporating Farol (F)

**Действие «Бота фога» не относится к базисным фигурам Пасодобля, ее исполнение является нарушением.**

### ДЖАЙВ

**Во всех базисных фигурах в открытой позиции шага Рокка должны исполняться только в ритме «ББ».**

1. Шассе влево, вправо	Chasses to L & R (S)
- <b>Разрешена интерпретация Шассе Джайва в виде двойного или одинарного шага. Исполнение Бота фога вместо Шассе Джайва не допускается.</b>	
2. Основное движение на месте	Basic in Place (S)
3. Осн. Фолловой движение (Фолловой рокк)	Basic in Fallaway (Fallaway Rock) (S)
4. Фолловой раскрытие	Fallaway Throwaway (S)
5. Звено	Link (S)
6. Перемена мест слева направо	Change of Place L to R (S)
7. Перемена мест справа налево	Change of Place R to L (S)
8. Смена рук за спиной	Change of Hands behind Back (S)
<b>9. Толчок левым плечом (бедром)</b>	<b>Left Shoulder Shove (Hip Bump) (S)</b>
10. Хлыст	Whip (A)
11. Американский спин	American Spin (A)

- |  |  |
|--|--|
| 12. Променадные ходы (медленные и быстрые)                       | Promenade Walks (Slow&Quick) (A)               |
| 13. Стой и иди   | Stop and go (A)                                |
| 14. Хлыст раскрытие  | Whip Throwaway (A)                             |
| 15. Хлыст с Двойным кроссом                                      | Double Cross Whip (A)                          |
| <b>16. Муч</b>   | <b>Mooch (A)</b>                               |
| 17. Ветряная мельница  | Windmill (L)                                   |
| 18. Испанские руки   | Spanish Arms (L)                               |
| 19. Раскручивание от руки  | Rolling off the Arm (L)                        |
| 20. Простой спин   | Simple Spin (L)                                |
| 21. Перемена мест справа налево<br>с двойным спином              | Change of Place R to L<br>with Double Spin (L) |
| 22. Обратный хлыст   | Reverse Whip (L)                               |
| <b>23. Майами спешл</b>  | <b>Miami Special (L)</b>                       |
| 24. Болл чейндж  | Ball Change (L)                                |
| <b>Танцевать подряд несколько "Флик болл ченджей" запрещено.</b> |  |
| 25. Перекрученное фолловей раскрытие                             | Overtured Fallaway Throwaway (L)               |
| 26. Изогнутый хлыст  | Curly Whip (F)                                 |
| 27. Перекрученная перемена мест слева направо                    | Overtured Change of Place L to R (F)           |
| 28. Цыплячий ход   | Chicken Walks (F)                              |
| <b>29. Крадущийся ход, Флики и брейк</b>                         | <b>Stalking Walks, Flicks &amp; Break (F)</b>  |
| <b>30. Свивлы носок-каблук</b>                                   | <b>Toe Heel Swivels (F)</b>                    |
| 31. Спин плечом  | Shoulder Spin (F)                              |
| 32. Паровоз  | Chagging (F)                                   |
| <b>33. Катапульта</b>  | <b>Catapult</b>                                |