



ФЕДЕРАЦИЯ *Мажореток*
и Батон твирлинга
РОССИИ

ПРАВИЛА
ВСЕРОССИЙСКОГО СПОРТИВНОГО ФЕСТИВАЛЯ
«СТУПЕНИ МАСТЕРСТВА»
ПО СПОРТИВНЫМ МАЖОРЕТКАМ

ФЕДЕРАЦИИ МАЖОРЕТОК И БАТОН ТВИРЛИНГА РОССИИ

Редакция от 01.01.2025

1. СТУПЕНИ МАСТЕРСТВА

- Ступень С
- Ступень В
- Ступень А (Открытый класс)

1. Спортсмен/команда, участвующий в фестивале «Ступени мастерства», не может принимать участие в одном и том же событии в одной и той же дисциплине в разных уровнях.

(Пример: сольный выход - ступень В и сольный выход - ступень С).

2. В рамках одного события спортсмен должен выходить на одной ступени мастерства. Исключение может быть, если в сольном выходе он выходит на ступени мастерства ниже, чем в командном.

(Пример: Сольный выход – ступень С, групповой выход – ступень В).

3. Команды, заявившие себя на фестиваль «Ступени мастерства», должны иметь всех спортсменов данного уровня. Допускаются спортсмены ступени на ранг ниже.

4. Спортсмен, занявший первое место на Всероссийском фестивале «Ступени мастерства» в рамках Всемирной Танцевальной ОЛИМПИАДЫ, при количестве соревнующихся 6 и более, должен перейти на следующую ступень мастерства с 1 января следующего года. Данное правило перехода действует для спортсменов, начиная с возрастной категории «Кадеты».

2. ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ СОГЛАСНО ПРАВИЛАМ ФМибТР

- бэби-мажорет 4-5 лет;
- миникадеты – 6-7 лет;
- кадеты – 8-11 лет;
- юниоры – 12-14 лет;
- синьоры младшие 15 – 19 лет – ТОЛЬКО СОЛО БАТ И ПОМ
- синьоры старшие 20-26 лет - ТОЛЬКО СОЛО БАТ И ПОМ

Бэби-мажорет, миникадеты могут участвовать только в дисциплинах БАТ, ПОМ.

3. ДИСЦИПЛИНЫ СТУПЕНЕЙ МАСТЕРСТВА

3.1. СТУПЕНЬ С

- Помпон соло
- Батон соло
- Флаг соло

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРОГРАММЫ «СТУПЕНЬ С»

- 2 выброса.
- 5 разнообразных элементов тела.
- Разрешены элементы 1-3 уровня сложности.

	ПОВОРОТЫ	ПРЫЖКИ	РАВНОВЕСИЕ/ КООРДИНАЦИЯ/ ГИБКОСТЬ	АКРОБАТИКА/ ГИМНАСТИКА
I УРОВЕНЬ	X	Маршевый шаг	Простые движения руками в статичном положении	X
II УРОВЕНЬ	Вращение на 180 на двух ногах Простые движения руками в сочетании с маршем	Любые шаги, которые включают в себя подскок	Положение ног на relevé. Кувырки, перекаты, мосты, колесо.	Стойка на лопатках (с различными вариантами положения ног). Простые движения руками в сочетании с маршем.

III УРОВЕНЬ	Вращение на 360 на двух ногах (спин)	Простые прыжки в положении стоя (без использования гибкости или повышенной сложности координации)	Элементы, в которых показывается гибкость или растяжка в статике (например, продольные шпагаты, поперечный шпагат колени вверх, поперечны шпагат колени вперед)	Колесо на 1 руке, с различными положениями ног или в связках
--------------------	---	---	---	---

УРОВЕНЬ РАБОТЫ С ПРЕДМЕТОМ – БАТ, МАСЕ, ФЛАГ

УРОВЕНЬ 1

- любые манипуляции с предметом без вращения;
- «мёртвый батон» (без движения);
- слайд, скольжение;
- свинг (качание);
- взмахи;
- подъем, опускание;
- комбинации элементов данного уровня работы с предметом.

УРОВЕНЬ 2

- Горизонтальное вращение;
- Вертикальное вращение одной рукой («восьмерка»);
- Все варианты этих вращений в разных направлениях правой или левой рукой.

УРОВЕНЬ 3

Включает в себя простые вращения, такие как:

- Loop (петля) (круги при помощи запястья - захват за наконечник батона).
 - ПР/ЛР вертикальное вращение через кисть (запястье)
 - ПР/ЛР горизонтальное вращение через кисть (запястье)
- Флориш, Уип
 - ПР/ЛР Флориш, уип
 - ПР/ ЛР обратный флориш, обратный уип
- Вертикальное вращение двумя руками («солнышко»);
 - во всех положениях тела (перед телом, за головой, над головой, рядом с телом...)
- Вращение на ладони
- Выбросы/ Подбросы
 - представление низкого и простого подброса БАТ/ МАСЕ/ ФЛАГ с простым выпуском и простой ловлей (в один момент предмет не соприкасается ни с одной частью тела, находится в воздухе).
 - Низкий бросок - менее 2 м (измеряется от плеча).
 - Вращение предмета в воздухе не требуется.
- Стандартные выпуски предмета
 - Открытая ладонь: горизонтальное или вертикальное положение, правая или левая рука

- Выброс – выпуск предмета за большой или маленький наконечник
- Стандартные приемы предмета
 - Ловля: Прием предмета ладонью вверх (Кэтч)
 - Захват: Прием предмета ладонью вниз (Грапп)
- Обмен
 - вертикальный, горизонтальный
 - разнообразие выпусков, приемов
 - между всеми участниками
 - выбросы с отсроченным релизом и приемом. Когда переброска идет между всеми или подгруппой не одновременно.

- **Разрешены элементы 4 уровня сложности, при условии выполнения их с меньшей амплитудой, с недостаточным уровнем гибкости и растяжки.**

(Пример: прыжок «Олень» задняя нога 90 градусов и ниже, той тач не до шпагата, ласточка с высоким корпусом задняя нога 90 градусов и ниже и т.д.)

- **Разрешено выполнение 1 элемента под предметом.**
- **Разрешено выполнение не более 3 акробатических элементов подряд.**

ЗАПРЕЩЕННЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРОГРАММЫ «СТУПЕНЬ С»

- Акробатические, гимнастические и хореографические элементы 5го уровня.
- Акробатические элементы 4го уровня.
- Выполнение акробатических элементов под предметом.

В случае превышения сложности программы, согласно уровню, спортсмен получает штраф за каждый элемент -0,5 балла от технического судьи.

3.2. СТУПЕНЬ В

- Помпон/Батон/Флаг/2 Батон соло
- Помпон/Батон/Флаг/Микс дуэт/трио
- Помпон/Батон/Флаг/Микс миниформация
- Помпон/Батон/Флаг/Микс группа

Спортсмен не может выходить в категории «Ступень С», если он уже однажды выходил в категории «Ступень В».

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРОГРАММЫ «СТУПЕНЬ В»

СОЛО

- **2 выброса.**
- **5 разнообразных элементов тела.**

- Разрешены элементы 1-4 уровня сложности.

IV УРОВЕНЬ	<p>Вращение в положении passé спереди, сзади или сбоку/ sou de pié спереди, сзади или сбоку</p>	<p>Прыжки в положение без:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Значительного движения вперед/назад/поворота • использования большей гибкости <p>Примеры: «Прыжок оленя» Выпрыгиваем вверх, сгибая правую ногу, а левую выпрямляя назад.</p> <p>Прыжки с группировкой или прыжки с подтягиванием колен</p> <p>«Прыжок волка» прыжок с одной согнутой ногой под себя назад и одной прямой ногой вперед.</p>	<p>Использование гибкости в движениях</p> <p>Примеры: тилт (поперечный шпагат в наклоне (вертикальный)), высокие махи ногами (Grand battement)</p>	<p>Переворот назад, переворот вперед, рондат</p> <p>Перекаты/ Кувырки через стойку на руках</p>
-------------------	---	--	--	---

УРОВЕНЬ РАБОТЫ С ПРЕДМЕТОМ – БАТ, МАСЕ, ФЛАГ

УРОВЕНЬ 4

- Вращения:
 - Вращения через пальцы;
 - Вертикальное через 4 пальца (ПР/ЛР);
 - Горизонтальное через 4 пальца (ПР/ЛР);
 - Вертикальное через 2 пальца (ПР/ЛР);
 - Горизонтальное через 2 пальца (ПР/ЛР);
 - Вертикальное через 8 пальцев (ПР/ЛР).

- ПЕРЕКАТЫ-РОЛЛЫ (ROLLS)

Отдельные элементы: Один перекат предмета по любой части тела. Например: кисть, запястье, предплечье, локоть, шея, нога

- Роллы через руку вперед и назад
- Роллы через локоть вперед и назад

Простые комбинации роллов: (перекаты по 2м частям тела)

- ½ рыбки вперед и назад
- Ролл ладонь – локоть или локоть – ладонь прямой и обратный

- Вариации высоких и точных подбросов предмета с простым выпуском и простым приемом
 - Высота броска - более 2 м;
 - Вращение батона в воздухе необходимо
- Стандартные выпуски предмета
 - Открытая ладонь: плоская или вертикальная, правая или левая.
 - Выброс – выпуск предмета за большой или маленький наконечник

- Стандартные приемы предмета
 - Ловля: Прием предмета ладонью вверх
 - Захват: Прием предмета ладонью вниз

- Вариации высоких и точных подбросов предмета со сложным выпуском или сложным приемом

- Сложные выпуски предмета
 - под рукой
 - под ногой
 - за спиной

- Сложные приемы предмета
 - Захват сзади: на уровне талии, за спиной
 - Захват ноги: прием под ногой
 - Захват головы: прием над головой
 - Боковой захват: ЛР захватывает с правой стороны тела на уровне талии или наоборот для ПР

- Разрешен один поп – ролл (ролл с подбивкой на локте)

- **Разрешено выполнение 2 элементов под предметом.**
- **Разрешено выполнение не более 3 акробатических элементов подряд.**

ГРУППЫ

<p>БАТОН/ФЛАГ</p>	<p>Дуэт</p> <p>Трио</p> <p>Миниформация</p> <p>Группа</p>	<p>Кадеты</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 2 простых, низких выброса: 1 выброс - все члены группы, 1 выброс - подгруппа; ● 1 обмен на коротком расстоянии между всеми участниками (кроме солистки (если имеется)); ● использование не менее 5 разных элементов до IV уровня – баланс работы правой и левой рукой.
--------------------------	---	----------------------	---

	<p style="text-align: center;"> Дуэт Трио Миниформация Группа </p>	<p style="text-align: center;">Юниоры</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 высоких выброса: 1 выброс - все участники, 1 выброс - подгруппа – без поворота (на 360°) . • 1 высокий выброс с поворотом на 2х ногах (на 360°) всеми участниками; • 1 обмен (без движения) на длинном расстоянии между всеми участниками (кроме солистки (если имеется)); • использование не менее 5 разных элементов до IV уровня – баланс работы правой и левой рукой.
	<p style="text-align: center;"> Дуэт Трио Миниформация Группа </p>	<p style="text-align: center;">Синьоры</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 высоких выброса: 1 выброс - все участники, 1 выброс - подгруппа – без поворота (на 360°) • 2 высоких выброса с поворотом на 2х ногах (на 360°): 1 выброс - все участники, 1 выброс - подгруппа; • 2 обмена (без движения) на длинном расстоянии: 1 обмен между всеми участниками (кроме солистки (если имеется), 1 обмен между

			<p>участниками подгруппы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • использование не менее 7 разных элементов до IV уровня – баланс работы правой и левой рукой.
2 БАТОНА	<p>Дуэт</p> <p>Трио</p> <p>Миниформация</p> <p>Группа</p>	Кадеты	<ul style="list-style-type: none"> • 2 элемента IV уровня левой рукой и 2 элемента правой рукой; • 2 простых выброса.
	<p>Дуэт</p> <p>Трио</p> <p>Миниформация</p> <p>Группа</p>	Юниоры	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента IV уровня левой рукой и 3 элемента правой рукой; • 2 простых выброса; • 1 выброс с поворотом (на 360°).
	<p>Дуэт</p> <p>Трио</p> <p>Миниформация</p> <p>Группа</p>	Синьоры	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента IV уровня левой рукой и 3 элемента правой рукой; • 2 простых выброса; • 2 выброса с поворотом (на 360°).
ПОМПОНЫ	Группа	Кадеты	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента в партере до IV уровня (прыжки и элементы на растяжку/гибкость) – выполнить всем участникам группы одновременно; • 2 волны – выполнены минимум подгруппой – не одновременно (в

			<p>разных частях программы);</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 картинка из помпонов – выполнение минимум подгруппой.
	Группа	Юниоры	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента в партере до IV уровня – выполнить всем участникам группы одновременно; • Комбинация из 2 элементов до IV уровня в движении – выполнить всем участникам группы - может включать в себя различные формы перекатов – переворотов - элементов гибкости, прыжков и т.д.); • 1 поддержка – минимум выполнена в подгруппе; • 2 волны – минимум подгруппой - выполнение волн должно быть в разных частях программы (не одновременно); • 1 картинка из помпонов – минимум в подгруппе.
	Группа	Сеньоры	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента в партере до IV уровня – выполнить всем участникам

			<p>группы одновременно;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Комбинация из 3 элементов до IV уровня в движении – выполнить всем участникам группы - может включать в себя различные формы перекатов – переворотов - элементов гибкости, прыжков и т.д.); • 2 поддержки – минимум выполнены в подгруппе; • 2 волны – минимум подгруппой – выполнение волн должно быть в разных частях программы (не одновременно); • 1 картинка из помпонов – минимум в подгруппе.
МИКС	Группа	Кадеты	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента в партере до IV уровня – все участники с ПОМ одновременно; • 1 волна ПОМ; • 1 картинка ПОМ; • 1 простой выброс – все участники с БАТ/ФЛАГ; • 1 обмен предметами между всеми участниками одновременно (кроме нечетного солиста, если имеется);

			<ul style="list-style-type: none"> • использование минимум 3 различных разных элементов до IV уровня – все участники с БАТ/ФЛАГ.
	Группа	Юниоры	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента до IV уровня в партере – все участники с ПОМ одновременно; • 1 комбинация из 2 элементов до IV уровня (в партере) в движении - все участники с ПОМ одновременно; • 1 волна ПОМ; • 1 картинка ПОМ; • 1 высокий выброс – без поворота (360°) – все участники с БАТ/ФЛАГ одновременно; • 1 высокий выброс с поворотом на 2х ногах (360°) – все участники с БАТ/ФЛАГ одновременно; • обмен предметов между всеми участниками одновременно (кроме нечетного солиста, если имеется); • использование минимум 4 разных элементов до IV уровня – все участники с БАТ/ФЛАГ.
	Группа	Синьоры	<ul style="list-style-type: none"> • 3 элемента в партере до IV уровня – все участники с ПОМ одновременно;

			<ul style="list-style-type: none"> • 1 комбинация из 3-х элементов до IV уровня в партере (в движении) - все участники с ПОМ одновременно; • 1 волна ПОМ; • 1 картинка ПОМ; • 1 поддержка; • 1 высокий выброс – без поворота (360°) – все участники с БАТ/ФЛАГ одновременно; • 1 высокий выброс с поворотом на 2х ногах (360°) – все участники с БАТ/ФЛАГ одновременно; • обмен предметов между всеми участниками одновременно (кроме нечетного солиста, если имеется); • использование минимум 4 разных элементов до IV уровня – все участники с БАТ/ФЛАГ.
--	--	--	---

ЗАПРЕЩЕННЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРОГРАММЫ «СТУПЕНЬ В»

- Акробатические, гимнастические и хореографические элементы 5 уровня.
- Работа с предметом 5 уровня.
- Выполнение акробатических элементов под предметом.

В случае не выполнения всех обязательных элементов спортсмен получает штраф за каждый невыполненный элемент -0,5 балла от технического судьи.

В случае превышения сложности программы согласно уровню спортсмен получает штраф за каждый элемент -0,5 балла от технического судьи.