



**ARTYSTYCZNY
TURNIEJ
AERIALOWY**

PROJEKT
W G.astyka

Pro



1. FORMA TURNIEJU

1.1. TERMIN

22-23 listopada 2025 r. (Turniej jest dwudniowy)

1.2. MIEJSCE

Projekt Gimnastyka, ul. Siewna 15, 94-250 Łódź (budynek Vera Sport, I piętro, sala gimnastyczna)

1.3. CEL TURNIEJU

Popularyzacja sztuki aerialowej oraz przedstawienie artystycznego wyrazu gimnastyki powietrznej. Przy ocenie liczy się kreatywność choreografii, artyzm, gra aktorska i ukazanie emocji.

1.4. FORMA TURNIEJU

Turniej jest międzynarodowy.

1.5. PODZIAŁ NA GRUPY WIEKOWE

- 7-9 LAT
- 10-13 LAT
- 14-17 LAT
- POWYŻEJ 18 LAT

Podział na listach startowych może się różnić od powyższych założeń jeśli zajdzie taka potrzeba podczas tworzenia list startowych. Zastrzegamy sobie możliwość połączenia grup wiekowych jeśli będzie taka potrzeba.

1.6. ROZGRYWANE KATEGORIE

1. Szarfy średniozaawansowani
2. Koło średniozaawansowani
3. Pasy zaawansowani
4. Szarfy pro
5. Koło pro
6. Duet szarfy zaawansowani
7. Duet koło zaawansowani
8. Duet pasy zaawansowani
9. Open zaawansowani
10. Improwizacja zaawansowani
11. Mini spektakl zaawansowani

Kategorie są wspólne dla chłopców i dziewcząt.

1.7. CZAS TRWANIA POKAZU ZAWODNIKA

- max 4:30 minut w kategoriach średniozaawansowanych i zaawansowanych
- max 5:30 minut w kategoriach pro
- max 10 minut w kategorii mini spektakl zaawansowani

1.8. ILOŚĆ ZAWODNIKÓW

- 1 osoba w kategoriach debiut, szarfy, koło, pasy, open, improwizacja
- 2 osoby w kategoriach duet szarfy, duet koło, duet pasy
- max 8 osób w kategorii mini spektakl



2. ZASADY ZGŁOSZEŃ

2.1. Zgłoszenia do Turnieju odbywają się jedynie za pomocą formularza on-line, do którego link jest podany chwilę przed terminem zgłoszeń na fanpage Facebook: Artystyczny Turniej Aerialowy.

2.2. Nie ma możliwości zapisania się na Turniej drogą mailową, telefoniczną lub poprzez chat, chyba że Organizator ogłosi taką możliwość np. w przypadku dobrania brakującej osoby do kategorii.

2.3. Formularz zgłoszeniowy mogą wypełnić jedynie osoby pełnoletnie, może to zrobić rodzic Zawodnika lub Trener.

2.4. Otwarcie linku z formularzem nie wiąże się z rezerwacją miejsca na Turnieju. Dopiero przesłanie prawidłowo wypełnionego zgłoszenia wraz z załącznikiem jest podstawą do zajęcia miejsca na Turnieju, a dokonanie opłaty jest potwierdzeniem zapisu na listę startową.

2.5. Formularz on-line obsługuje system do zarządzania rezerwacjami i nie jest on związany z organizacją Turnieju. Wszelkie zapytania należy zgłaszać przez e-mail Organizatora: art.turniej@gmail.com.

2.6. Nie prowadzimy list rezerwowych. Nie zapisujemy Zawodników, którzy nie zdążyli zapisać się w wyznaczonym terminie na dodatkową listę oczekujących.

2.7. Liczba miejsc na Turnieju jest ograniczona.

2.8. Po wypełnieniu liczby miejsc nie będzie możliwości zapisania się na Turniej.

2.9. Organizator zastrzega sobie prawo do zaproponowania Zawodnikowi przeniesienia do innej grupy wiekowej, jeśli grupa Zawodnika nie powstanie ze względu na niedostateczną ilość Zawodników.

2.10. Minimalna ilość w grupie wiekowej potrzebna do utworzenia grupy to 3 osoby.

2.11. Do zgłoszenia należy dołączyć skan odręcznie podpisanego oświadczenia z ostatniej strony Regulaminu oraz przesłać muzykę do swojego występu w formie pliku mp3 na adres e-mail Organizatora (art.turniej@gmail.com) najpóźniej do 9 listopada 2025 r. Pliki przesłane po tym terminie nie będą brane pod uwagę, a Zawodnik nie będzie miał możliwości wzięcia udziału w Turnieju.

2.12. Plik muzyczny musi być opisany w następujący sposób: imię_nazwisko_kategoria_grupawiekowa. Pliki opisane w inny sposób nie będą przyjmowane.

2.13. Niedozwolone jest przysyłanie linków do youtubea zamiast plików muzycznych.

2.14. Na Turnieju Zawodnik ma obowiązek posiadać pendrive ze swoim plikiem muzycznym, jeśli plik podczas występu nie działa nie ma możliwości przysyłania go mailowo w dniu Turnieju, jedynym sposobem odtworzenia jest posiadanie go na pendrive.

3. OPŁATY

3.1. Gwarancja miejsca na Turnieju następuje dopiero po dokonaniu płatności za udział w Turnieju. Brak płatności w terminie 24h od daty zgłoszenia powoduje automatyczne usunięcie Zawodnika z listy startujących i nie ma możliwości ponownego przywrócenia zgłoszenia.

3.2. Koszt uczestnictwa to:

- 250 zł za występ solo w 1 kategorii
- 350 zł za duet w 1 kategorii (płatności dokonuje jedna osoba ze zgłoszenia)
- 500 zł za grupę w kategorii Mini spektakl (płatności dokonuje jedna osoba ze zgłoszenia)

3.3. Opłata za udział nie jest zwracana w przypadku niepojawienia się Zawodnika na Turnieju, lub gdy Zawodnik zrezygnuje z udziału z własnego powodu, z powodu kontuzji lub innych przyczyn losowych, lub jeśli zapisał się do niewłaściwej kategorii i nie zostanie dopuszczony do występu.



4. ZASADY WYBORU KATEGORII

KATEGORIA	CZAS TRENINGU	WYNIKI NA ZAWODACH	UWAGI DODATKOWE
Debiut	Trenujesz krócej niż 2 lata	Nigdy nie brałeś udziału w żadnych zawodach aerialowych na dowolnym rekwizycie.	Jest to kategoria tylko i wyłącznie dla osób, które biorą udział w jakichkolwiek zawodach aerialowych pierwszy raz w życiu.
Początkujący	Trenujesz krócej niż 2 lata	Nie zająłeś 1. lub 2. miejsca na jakichkolwiek zawodach aerialowych w kategorii średniozaawansowanej. lub/i Brałeś już udział w jakichkolwiek zawodach aerialowych w kategorii Debiut.	Zajęte miejsce na podium nie liczy się, jeśli w kategorii były tylko 3 osoby i/lub podium było gwarantowane dla wszystkich uczestników kategorii.
Średniozaawansowany	Trenujesz dłużej niż 2 lata lub --->	Zająłeś 1. lub 2. miejsce na jakichkolwiek zawodach aerialowych w kategorii początkującej. Zajęte miejsce na podium nie liczy się, jeśli w kategorii były tylko 3 osoby i/lub podium było gwarantowane dla wszystkich uczestników kategorii.	Czas treningu >2 lata = obowiązkowo co najmniej kategoria średniozaawansowana lub pro, niezależnie od wyników.

KATEGORIA	CZAS TRENINGU	WYNIKI NA ZAWODACH	UWAGI DODATKOWE
Pro (Zaawansowany)	Trenujesz dłużej niż 2 lata lub --->	Zająłeś 1. lub 2. miejsce na jakichkolwiek zawodach aerialowych w kategorii średniozaawansowanej.	Kategoria Pro jest wymagana, jeśli spełniasz jeden z warunków (czas treningu lub wyniki).

4.1. Jeśli od momentu zgłoszenia do terminu Turnieju Zawodnik brał udział w innych zawodach aerialowych, zajął miejsce na podium lub staż jego treningu uległ zmianie Zawodnik ma obowiązek zgłosić Organizatorowi prośbę o przepisanie do odpowiedniej dla danej chwili kategorii.

4.2. Brak zgłoszenia przepisania do odpowiedniej kategorii i pozostanie w błędnej dla danej chwili kategorii spowoduje dyskwalifikację Zawodnika lub brak ocenienia przez Sędziów.

4.3. Sprawdzanie poprawności przypisania do grup będzie dokonywane wyrywkowo przez kluby i trenerów po ogłoszeniu list startowych.

4.4. Start Zawodnika w niewłaściwej dla niego kategorii spowoduje dyskwalifikację.

4.5. Organizator nie ma obowiązku samodzielnego sprawdzania poprawności przypisania wszystkich Zawodników.

5. OPIS KATEGORII

5.1. DEBIUT SZARFY, DEBIUT KOŁO, DEBIUT PASY

- Jest to kategoria tylko i wyłącznie dla osób, które nigdy nie brały udziału w jakichkolwiek zawodach aerialowych, nie tylko naszych, ale również tych organizowanych w innych miastach, na jakimkolwiek rekwizycie.
- Kategorie debiutowe to kategorie solowe (1 osobowe)
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu





5.2. SZARFY

- Jest to kategoria solowa (1 osobowa).
- Zawodnik występuje na szarfie zapewnionej przez Organizatora. Nie ma możliwości zawieszenia własnej szarfy.
- Choreografia prezentowana jest do przesłanej przez Zawodnika muzyki.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu

5.3. KOŁO

- Jest to kategoria solowa (1 osobowa).
- Zawodnik występuje na kole zapewnionym przez Organizatora w rozmiarze podanym w formularzu podczas rejestracji. Jest możliwość startu na własnym kole pod warunkiem zgłoszenia tego faktu w formularzu podczas rejestracji.
- Choreografia prezentowana jest do przesłanej przez Zawodnika muzyki.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu

5.4. PASY

- Jest to kategoria solowa (1 osobowa).
- Pasy w tej kategorii rozumiane są jako sztrabaty - pasy zakończone małym handloopem z zaciskiem lub bez. Nie jest to kategoria pasów Aerial Straps Loop - pasy z długim loopem.
- Zawodnik występuje na pasach zapewnionych przez Organizatora. Jest możliwość startu na własnych pasach pod warunkiem zgłoszenia tego faktu w formularzu podczas rejestracji.
- Choreografia prezentowana jest do przesłanej przez Zawodnika muzyki.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu na pasach w kategorii początkujący, jest możliwość w kategorii zaawansowanej.

5.5. OPEN

- Jest to kategoria solowa (1 osobowa).
- Kategoria dla osób, które posiadają talent w innych dziedzinach niż aerial (taniec, śpiew, stanie na rękach, pole dance, żonglerka, kontorsja).
- Ta kategoria nie jest dzielona na wiek.
- Choreografia prezentowana jest do przesłanej przez Zawodnika muzyki.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu

5.6. DUET SZARFY, DUET KOŁO, DUET PASY

- Jest to kategoria 2 osobowa.
- Zawodnicy występują na jednej szarfy, jednym kole lub jednych pasach
- Choreografia prezentowana jest do przesłanej przez Zawodników muzyki.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu w kategoriach początkujący, jest możliwość korzystania z wciągarki

5.7. IMPROWIZACJA

- Jest to kategoria solowa (1 osobowa).
- Zawodnik rozpoczyna swój występ nie znając wcześniej wybranego dla niego utworu muzycznego. Dopiero w momencie rozpoczęcia prezentacji muzyka stanie się inspiracją do choreografii - zadaniem Zawodnika jest poczuć jej emocje, oddanie charakteru i stworzenia opowieści w ruchu.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu

5.8. MINI SPEKTAKL

- Kategoria dla zespołów max 8 osobowych.
- Choreografia prezentowana jest do przesłanej przez Zawodników muzyki.
- Prezentowana jest krótka forma scenicznego widowiska, z możliwością wykorzystania podwieszek dostępnych na scenie.
- Sposób aranżacji sceny musi być zgłoszony mailowo do Organizatora w odpowiednim terminie.
- Nie ma możliwości korzystania z wciągarki podczas występu



MOŻLIWOŚĆ ARANŻACJI SCENY NA POTRZEBY MINI SPEKTAKLU

Szarfa 8m	Szarfa 8m	Koło 90 cm
	Szarfa, koło, pasy, trapez, lub flypole	
Szarfa 5m	Szarfa 8m	Szarfa, koło, pasy, trapez, lub flypole

6. ZAKAZANE ELEMENTY

6.1. Spadki (dropy) na kole z zawiesia na dolną obręcz ([link](#))

- w tym elemencie braki techniczne oznaczają bardzo poważne konsekwencje nie tylko strukturalne dla ciała, ale i neurologiczne dlatego będzie to element surowo zakazany i dyskwalifikowany. Spadek z górnej obręczy na dolną nie będzie dopuszczalny jeśli nie zostanie zachowana idealna technika, taka jak wytrącanie prędkości czy poprawna trajektoria lotu, by zabrać energię do dalszej kontynuacji elementu. Opad głowy w dół, nieprawidłowa

sylwetka do kontynuacji elementu i złe przygotowanie zawodnika będą oznaczać dyskwalifikację - prosimy tutaj o idealne przygotowanie i wytłumaczenie zawodnikowi jak ciało powinno wyglądać i zachować się podczas lotu by nie pogłębiało to jego wad postawy.

- ten element zabroniony jest w kategoriach debiut, początkujących, średniozaawansowanych i pro

- dopuszczalną wersją tego elementu jest zejście z górnej obręczy na dolną ([link](#))

6.2. Zwis na karku na kole ([link](#))

- ta forma obciążenia może nieść za sobą wiele poważnych problemów neurologicznych

- ten element zabroniony jest w kategoriach debiut, początkujących, średniozaawansowanych i pro

- dopuszczalną wersją tego elementu jest jedynie wersja z podporem rąk ([link](#))

6.3. Wykonanie zabronionych elementów będzie wiązać się z dyskwalifikacją lub odjęciem punktów

6.4. Kolejnym punktem za który zawodnik może nie zostać dopuszczony do występu lub zostaną mu odjęte punkty po występie będzie podważanie zdania Organizatora przez trenera, zawodnika czy rodzica na temat materacy asekuracyjnych ułożonych pod rekwizytem podczas występu Zawodnika.



7. ZASADY WYSTĘPU

- 7.1. Zawodnik ma obowiązek znać regulamin Turnieju i go przestrzegać.
- 7.2. Nieznajomość regulaminu lub jego niezrozumienie nie zwalnia z jego przestrzegania.
- 7.3. Podczas rozgrywania Turnieju należy szanować innych Zawodników oraz sztab organizujący Turniej. Zabrania się przerywać występów innych Zawodników. Należy dostosowywać się do próśb Organizatorów oraz do przebywania w wyznaczonych miejscach.
- 7.4. Organizator ma prawo usunąć z listy startów uczestnika, którego osoby towarzyszące zagrażają życiu innych uczestników, podważają metody zapewnienia bezpieczeństwa lub okazują brak szacunku Organizatorowi oraz podmiotom współpracującym przy Turnieju.
- 7.5. Zawodnik ma obowiązek pojawić się na terenie obiektu w którym rozgrywany jest Turniej na minimum 1,5h przed godziną jego startu ustaloną na listach startowych, aby wziąć pod uwagę ewentualne przesunięcia (przyspieszenia) występów.
- 7.6. Zawodnik przed występem ma obowiązek wykonać odpowiednią rozgrzewkę na strefie rozgrzewkowej. Osoby, które nie rozgrzeją się nie będą mogły wystąpić.
- 7.7. Na strefie rozgrzewkowej zabronione jest wnoszenie i spożywanie jedzenia oraz napojów innych niż woda ze względów zapewnienia higieny na strefie sportowej.
- 7.8. Zawodnik zgadza się na opublikowanie zdjęć z jego wizerunkiem wykonanych podczas Turnieju w celach działań promocyjnych Organizatora.
- 7.9. Podczas Turnieju będą robione zdjęcia przez fotografa osobom, które zapiszą się na fotografowanie oraz dokonają opłaty za zdjęcia maksymalnie na 5 dni przed rozpoczęciem Turnieju. Koszt i sposób zakupu zdjęć będzie podany po utworzeniu wstępnych list startowych.
- 7.10. Zawodnik biorąc udział w występie oświadcza, że potrafi wykonać bezpiecznie wszystkie figury z choreografii, jego stan zdrowia zezwala na udział w Turnieju oraz że robi to na własną odpowiedzialność.
- 7.11. Zawodnik podczas Turnieju musi posiadać 1-2 dniowe ubezpieczenie NNW. pozwalające na udział w pokazach gimnastycznych.

- 7.12. Zdrowie Zawodników będzie chronione przez służby medyczne obecne na sali podczas całego dnia trwania Turnieju.
- 7.13. Występy Zawodników będą odbywać się na zamkniętej sali gimnastycznej pokryte lekko miękkim gumolitem. Pod rekwizytami będą umieszczone materace asekuracyjne położone na antypoślizgowych matach.
- 7.14. Sala jest wyposażona w niewielką ilość ławek, które służą widowni. Oglądanie pokazów oraz pobyt na widowni nie jest odpłatny.
- 7.15. Na sali obok będzie możliwość zrobienia rozgrzewki przed występem na zawieszonych w tym celu sprzętach (koło, szarfa oraz pasy).
- 7.16. Wysokość zawieszenia koła oraz pasów będzie dostosowana do Zawodnika podczas jego występu. Długość szarfy to ok 7m.
- 7.17. Korzystanie z wciągarki podczas Turnieju możliwe jest tylko w kategorii pasy zaawansowani. Wciągarki nie mogą obsługiwać osoby postronne (trenerzy, uczestnicy), a jedynie obsługa Turnieju.
- 7.18. Zsumowane punkty otrzymane przez Sędziów będą udostępniane na Facebooku Turnieju do 7 dni po zakończeniu Turnieju, podczas rozdawania nagród będzie podawana jedynie punktacja trzech pierwszych miejsc.



8. SPOSÓB OCENIANIA

8.1. Zawodnicy będą oceniani przez 3 lub 4 sędziów. Nazwiska sędziów zostaną podane na Facebooku Turnieju po zamknięciu zapisów.

8.1. Każdy z Sędziów przyznaje punkty za: technikę, taniec/akrobatykę, artyzm, emocje.

8.2. W startach początkujących maksymalna ilość punktów jaką można uzyskać to 8 w każdej z kategorii, w startach średniozaawansowanych to 10, a w pro to 12 punktów.

8.3. Sędziowie mogą przyznać max -5 punktów karnych za wykonanie elementów zakazanych, błędy choreograficzne i pomyłki, niespójność układu, upadek z przyrządu, kostium niezgodny z regulaminem, użycie rekwizytu na scenie, który nie został wystarczająco ograny lub gdy human props jest bardziej interesujący niż Zawodnik. lub brak ogrania dodatkowego rekwizytu użytego na scenie.

8.4. W występie liczy się poczucie rytmu, feeling, oddanie emocjonalne. Trudność układu powinna być dopasowana do poziomu występującego. Elementy choreografii powinny być dopasowane do tematu i przedstawianej historii.

8.5. W choreografii oceniana jest zarówno czystość jak i trudność wykonywanych elementów, jednak warto wykonywać bardziej dopracowane ruchowo elementy, nawet jeśli miałyby być prostsze w wykonaniu.

8.6. Warto podkreślać muzykę, jej znaczenie, charakter w który się wcielamy, ale jak i sam ruch - czy jest on twardy, miękki, czy posiada przyspieszenia, czy tańczymy na różnych wysokościach - te zmiany mogą dodawać i podkreślić charakter danej postaci i bardziej uwydatnić grę aktorską. Ważny jest kontakt z publiką oraz ewentualnie z sędziami.

8.7. Warto wykorzystać całość sceny. Istotna jest czystość przejść między elementami w choreografii, tak, aby szczegóły zawarte w niej były połączone z tematem.

8.8. Ważnym punktem są przełożenia, akcenty, przejścia, i fakt, aby były częścią układu, a nie zlepkiem figur. Ważny jest wyraz sceniczny i oddanie jego charakteru poprzez ruch, elementy i taniec. Oceniane będą także elementy akrobatyczne. W wyrazie artystycznym najważniejsza będzie muzykalność, poczucie rytmu, akcentowanie ruchem ciała, twarzą, charyzma sceniczna, pokazanie emocji, pracy z oddechem, zakresu ciała który będzie w pełni oddawał temat choreografii. Muzyka i strój/make-up muszą oddawać charakter

choreografii i tematu, który jest przedstawiany.

8.9. Organizator podjął starania, aby każdy Uczestnik Zawodów został nagrodzony. Wszyscy Zawodnicy otrzymują medale, dyplomy oraz upominki. Dodatkowo 3 pierwsze miejsca otrzymują statuetki - złoto, srebro oraz brąz.

Jedna wybrana osoba podczas Turnieju otrzyma dodatkowo statuetkę podarowaną przez Miasto Łódź. O jej przyznaniu decyduje Sędzia Główny.

9. KOSTIUM I REKWIZYTY

9.1. Strój na występ może być uszyty przez Zawodnika, zakupiony w sklepie lub mogą być to dresy/leginsy, koszulka, jednak musi być on bezpieczny dla Zawodnika, nie przeszkadzać w pokazie i nie ograniczać ruchów.

9.2. Strój nie może zawierać żadnych ostrych elementów, dozwolone są cekiny, cyrkonie. Uważajcie na spódniczki lub luźniejszy materiał wokół bioder, które wkręcają się w rekwizyt i uniemożliwiają zejście.

9.3. Zabronione jest występowanie w biżuterii - nie należy mieć na sobie pierścionków, bransoletek, naszyjników i wiszących kolczyków. Można mieć małe kolczyki na sztyftach.

9.4. Zabronione jest występowanie w stroju, który odsłania bieliznę lub miejsca intymne.

9.5. Występ powinien odbywać się boso.

9.6. Wszystkie rekwizyty używane podczas występu należy zgłosić na 7 dni przed występem na adres e-mail Organizatora.

9.7. Zabronione jest używanie materiałów niebezpiecznych m. in. fajerwerków, rac, materiałów zapalnych, dymiących, wybuchowych, a także zapalanie ognia na całym terenie budynku.

9.8. Dozwolone jest używanie magnezji podczas występu.

9.9. Dozwolone jest posiadanie podczas występu ochraniaczy (na nadgarstek lub kolano), które chronią skórę przed urazami.

9.10. Dozwolone jest posiadanie podczas swojego występu human props, jednak nie może on być bardziej interesujący niż sam Zawodnik.



.....
Miejscowość i data

OŚWIADCZENIE

.....
Imię i nazwisko Uczestnika Turnieju

.....
Data urodzenia Uczestnika Turnieju

.....
PESEL Uczestnika Turnieju

- ✓ Wyrażam zgodę na udział w VI Artystycznym Turnieju Aerialowym Pro w Projekt Gimnastyka, oświadczam, że zapoznałem/-am się z Regulaminem Turnieju i akceptuję jego warunki.
- ✓ Oświadczam, że moje zdrowie pozwala mi na udział w Turnieju.
- ✓ Zgadzam się na udzielenie mi pomocy medycznej w razie wypadku, urazu lub choroby podczas trwania Turnieju zgodnie z regułami działań medycznych.
- ✓ Oświadczam, że potrafię wykonać swoją choreografię w sposób nie zagrażający zdrowiu oraz życiu.
- ✓ Oświadczam, że zostałem/-am poinformowany/-a o tym, że Organizator nie bierze odpowiedzialności za nieprzestrzeganie regulaminu Turnieju oraz nie dostosowanie się do poleceń obsługi Turnieju.

.....
odrębny podpis Uczestnika Turnieju lub Rodzica/Opiekuna
w przypadku nieletniego Uczestnika

ORGANIZATOR TURNIEJU

Projekt Gimnastyka ul. Siewna 15, Łódź

KONTAKT DO ORGANIZATORA

Agata Korotyńska
art.turniej@gmail.com

PARTNERZY



**ARTYSTYCZNY
TURNIEJ
AERIALOWY**

PROJEKT
W G.astyka