



GLOSARIO DANCE

2019-2020

AEREO (CON FASE DE VUELO) (ejecutado por un atleta, grupos o parejas): un estado o habilidad en la que el ejecutante está libre de contacto con una persona y / o la superficie de presentación.

Rotación de cadera sobre la cabeza aérea – con fase de vuelo (ejecutada por el atleta): acción en la que las caderas giran continuamente sobre la cabeza y hay un momento sin contacto con la superficie de ejecución. (Ejemplo: round off o flic flac)

Categoría: Que denota el estilo de la rutina. (Ejemplo: Pom, Hip Hop, Jazz, High Kick)

Habilidades conectadas / consecutivas: una acción en la que el atleta individual ejecuta habilidades sin una pausa o un descanso intermedio. (Ejemplo: doble pirueta o doble salto ruso).

Contacto (ejecutado por grupos o parejas): cuando dos (o más) personas se tocan físicamente. Tocar el cabello o la ropa no califica como contacto.

Elementos de vestuario: Son artículos que están destinados a ser usados para complementar la rutina (es decir, una capa de falda removible en jazz, una cadena en hip hop) y / o utilizados para un efecto visual adicional. Los elementos del vestuario deben poder usarse durante toda la rutina, no deben impedir la capacidad de desempeño de un bailarín, pero pueden removerse y desecharse (es decir, el bastón atado a la pierna impediría la movilidad de los artistas). Los bailarines que no están en la categoría Pom, deberían poder competir sin llevar elementos de vestuario en la mano.

División: Denota la composición de un grupo de atletas en competencia. (Ejemplo: Senior, Junior)

Caída -DROP- (ejecutada por el atleta): acción en la que un atleta en el aire aterriza sobre una parte del cuerpo que no sea la(s) mano(s) o los pies.

Elevado: acción en la que un atleta individual se mueve a una posición más alta o un lugar desde una posición más baja.

Bailarin Ejecutor/ejecutante: Un atleta individual que realiza una habilidad como parte de "Grupos o Parejas" que usa el apoyo de otro (s) atleta (s) individual (es).

Estilo manos libres de poms - Hand Free Pom (s): Pompones hechos específicamente para que los atletas no tengan que sujetarlos, sino que se fijen a la mano del atleta. El uso adecuado significa que las barras no pueden estar en la palma de la mano y solo una banda elástica puede estar entre las manos de apoyo y la superficie de presentación.

Nivel de la cabeza: una altura designada y promedio: la coronilla de la cabeza de un atleta individual de pie mientras está de pie con las piernas rectas. (Aclaración: esta es una altura aproximada para medir el espacio y no se cambia al doblar, invertir, etc.)

Altura de la habilidad: donde se lleva a cabo la acción.

Nivel de la cadera: una altura designada y promediada; la altura de las caderas de un atleta individual de pie mientras está de pie con las piernas rectas. (Aclaración: esta es una altura aproximada para medir el espacio y no se cambia al doblar, invertir, etc.)

Rotación de cadera sobre la cabeza (ejecutada por el atleta): una acción caracterizada por un movimiento continuo en el que las caderas de un atleta individual giran sobre su propia cabeza en una habilidad. (Ejemplo: Pasada de arco atrás o Media luna)

Rotación de cadera sobre la cabeza (ejecutada por grupos o parejas): una acción caracterizada por un movimiento continuo en el que las caderas del atleta ejecutor giran sobre su propia cabeza en una elevación o una habilidad de parejas.

Inversion / posición Invertida: Una posición en la que la cintura, las caderas y los pies del atleta individual están por encima de su cabeza y hombros.

Habilidades invertidas (ejecutadas por el atleta): una habilidad en la que la cintura, las caderas y los pies del atleta individual están más altos que su cabeza y hombros y hay una PAUSA, o cambio en el impulso.

Elevación (ejecutado por grupos o parejas): una habilidad en la que un atleta individual es elevado desde la superficie de presentación por uno o más atletas y se coloca de regreso en el suelo. Un Levantamiento se compone de un Atleta Ejecutor y un Atleta de Apoyo.

Trabajo de parejas (ejecutada por parejas): una habilidad en la que dos atletas se apoyan mutuamente. Este trabajo puede involucrar habilidades tanto de apoyo como de ejecución.

Inversión perpendicular (ejecutada por el atleta): una posición invertida en la que la cabeza, el cuello y los hombros del atleta individual están directamente alineados con la superficie de ejecución en un ángulo de 90 grados.

Prona – posición boca abajo: una posición en la que la parte delantera del cuerpo del atleta individual mira hacia el suelo y la parte posterior del cuerpo del atleta individual mira hacia arriba.

PROP - objeto: Cualquier cosa que se use en la coreografía de rutina que no es / no era originalmente parte del disfraz. (Aclaración: los pompones se consideran parte del disfraz en la categoría de pompones y deben usarse durante toda la rutina).

Inversión de hombro (ejecutada por el atleta): una posición en la que los hombros / la parte superior de la espalda del atleta individual están en contacto con la superficie de presentación y la cintura, las caderas y los pies del atleta individual están más altos que su cabeza y hombros.

Nivel del hombro: una altura designada y promediada; la altura de los hombros de un atleta de pie mientras está de pie con las piernas rectas. (Aclaración: esta es una altura aproximada para medir el espacio y no se cambia al doblar, invertir, etc.)

Supino – boca arriba: una posición en la que la parte posterior del cuerpo del atleta individual mira hacia el suelo y la parte delantera del cuerpo del atleta está hacia arriba.

Atleta de apoyo: un atleta individual que realiza una habilidad como parte de un “grupo o parejas” que apoya o mantiene contacto con un atleta ejecutor.

Lanzamiento: una habilidad en la que el Atleta de Apoyo libera al Atleta Ejecutor. Los pies del Atleta Ejecutor están libres de la superficie de ejecución cuando se inicia el lanzamiento.

Tumbling- Gimnasia: una colección de habilidades que enfatizan la habilidad acrobática o gimnástica, son ejecutadas por un atleta individual sin contacto, asistencia o apoyo de otro atleta individual (s) y comienzan y terminan en la superficie de actuación.

Inversión vertical (ejecutada por grupos o parejas): una habilidad en la que la cintura, las caderas y los pies del atleta individual ejecutor están más altos que su propia cabeza y hombros y el atleta individual ejecutante soporta peso directo sobre el atleta individual de apoyo mediante una PAUSA, estancamiento o cambio de impulso.

