

Garis Panduan & Penilaian Pertandingan Aerodance

Garis Panduan dan Syarat Pertandingan Aerodance

- Pertandingan adalah secara berkumpulan (6 orang per kumpulan sahaja, lelaki/perempuan/campuran).
- Peserta hendaklah berada di tempat pertandingan 30 minit sebelum pertandingan bermula.
- Persembahan mesti tunjuk elemen bebas.
- Peserta hendaklah memakai pakaian sopan dan tidak menjolok mata.
- Jenis pertandingan: aerobik atau kardio sahaja.
- Saiz pentas: 7m x 7m.
- Wajib buat 10 pergerakan asas (2x8 kiraan setiap satu):
 - Marching
 - Jog
 - Knee Lift
 - Step Touch
 - V-Step
 - Jumping Jack
 - Side Tap
 - Skip
 - Pony step
 - Grapevine
- Muzik mestilah sesuai dengan tema, bebas unsur negatif.
- Durasi maksimum persembahan: 3 minit +-5 saat.
- Bpm adalah antara 140- 145 bpm

Kriteria & Pemarkahan

Bil	Kriteria	Perincian	Markah (%)
1	Kerjasama Pasukan	• Perubahan formasi • Perubahan posisi • Keseragaman	15%
2	Koreografi & Koordinasi	• 10 pergerakan wajib • Variasi gaya dan tempo • Kekuatan fizikal dan fleksibiliti • Mematuhi tempoh masa	35%
3	Muzik	• Kepelbagaian dan kesesuaian irama muzik	20%
4	Persembahan & Penampilan	• Pakaian yang sopan dan bersesuaian • Semangat, bertenaga , & kreativiti	30%