BOHEMIA AEROBIC TOUR 2026

SOUTĚŽ V PÓDIOVÝCH SKLADBÁCH



1. kolo **- Jičín 25. 4. 2026**
2. kolo **- Hradec Králové 2. 5. 2026**
3. kolo **- Poděbrady 8. 5. 2026**
4. kolo **- Chrudim 17. 5. 2026**
5. kolo **– FINÁLE – Kutná Hora 30. 5. 2026**

OBSAH

1. Propozice soutěže
2. Kategorie
    2.1. Aerobic Show
        2.1.1. Aerobic Show-basic – povinné prvky
        2.1.2. Aerobic Show-basic – zakázané prvky
        2.1.3. Aerobic Show-basic – rozdělení dle počtu cvičenců
        2.1.4. Aerobic Show-basic – věkové kategorie

    2.2. Fitness Team
        2.2.1. Fitness Team - povinné prvky
        2.2.2. Fitness Team - zakázané prvky
        2.2.3. Fitness Team - rozdělení dle počtu cvičenců
        2.2.4. Fitness Team - věkové kategorie
    2.3. Step
        2.3.1. Step - povinné prvky
        2.3.2. Step - zakázané prvky
        2.3.3. Step - věkové kategorie
    2.4. Show Dance Team
        2.4.1. Dance Team - povinné prvky
        2.4.2. Dance Team - zakázané prvky
        2.4.3. Dance Team - věkové kategorie
3. Diskvalifikace týmu
4. Hodnocení
5. Rozdělení při vyšším počtu družstev
6. Finále
7. Ocenění
8. Přihlášení týmu
9. Startovné
10. Zpětná vazba

1. PROPOZICE SOUTĚŽE

- Soutěž je určena pro neregistrované i registrované závodníky
- Týmy se mohou zúčastnit pouze jednotlivých závodů, nebo mohou absolvovat všechny závody tour.
- Za každý závod obdrží tým body dle pořadí (ve finále týmy s největším počtem bodů získají zajímavé ceny a první 3 týmy originální medaile)
- Podrobné bodové hodnocení bude umístěno nejpozději druhý den na internetu.

2. KATEGORIE

2.1. AEROBIC SHOW (zrušeno rozdělení basic a profi – při počtu 7 a více skladeb dojde k rozdělení „dle výkonnosti“ – viz. bod 5)

- **Skladby s námětem, důraz kladen na originalitu a ztvárnění námětu**
- Mohou se používat stepy a pom pony, pokud jsou použity v méně jak polovině skladby
- Mohou být použity prvky tance, Hip Hopu, atd. , ale stále musí převládat aerobní charakter low aerobiku
- Délka hudby je minimálně 2,20 min, maximálně 3 minuty (u kategorie do 7 let může být hudba min 1,5 min.)
- Rozměry plochy jsou 12 x 12 m, v kategorii 13 a více cvičenců je cvičební plocha 14x 14 m
- Může se používat náčiní a rekvizity, ale při odložení nesmí bránit pohybu na ploše

2.1.1. Aerobic Show – povinné prvky

- Skladba musí obsahovat alespoň 5 čitelných útvarů v různých obměnách: např. kruh, čtverec, řada, zástup, diagonála, formace do L, formace do T, dvojice, trojice, čtveřice, … atd.

- Při změnách útvarů (formací) musí být použity různé krokové variace přechodů (ne pouze běh nebo chůze).

2.1.2. Aerobic Show – zakázané prvky

- Zakázané prvky nejsou, ale za nesprávně technicky provedené cviky sráží technický rozhodčí bod (více v kritériích hodnocení)

2.1.3. Aerobic Show – rozdělení dle počtu cvičenců

- Mini týmy: 2 – 4 cvičenců
- Malé týmy: 5 – 12 členů
- Velké týmy: 13 a více členů
- Při malém počtu přihlášených týmů mají pořadatelé právo kategorie sloučit

2.1.4. Aerobic Show – věkové kategorie

- 0.kategorie: do 7 let (tzn. do průměru 7,4)
- 1.kategorie: 8 – 10 let (tzn. do průměru 10,4)
- 2.kategorie: 11 – 13 let (tzn. do průměru 13,4 let)
- 3.kategorie: 14 – 16 let (tzn. do průměru 16,4 let)
- 4.kategorie: nad 16 let
    - Aritmetický průměr se počítá z kalendářního věku (ne z věku v den závodu)
- Při malém počtu přihlášených týmů mají pořadatelé právo kategorie sloučit

2.2. FITNESS TEAM

- **Pohybové skladby vycházející z High Impact aerobiku, k tomu vhodná podbítovaná hudba**
- Jsou povoleny skoky s doskokem na obě chodidla, press oporem o obě paže jako přechody (ne s obratem), prvky flexibility jako přechody (ne výdrž)
- Minimální počet cvičenců ve skladbě je 5, maximální počet 10
- Délka hudby je 1,5 - 2 minuty (tolerance 5 s)
- Rozměry plochy jsou 12 x 12 m
- Nesmí se používat pomůcky a rekvizity
- Kostým by měl být sportovní, tzn. přiléhavý, bez volných částí – na první pohled by měl být vidět rozdíl od aerobic show
- Odkládání částí kostýmu není povoleno

2.2.1. Fitness team – povinné prvky

- Nejsou

2.2.2. Fitness team – zakázané prvky

- Skoky do kliku ležmo nebo rozštěpu až do kategorie 9 – 11 let
- Další zakázané prvky nejsou, ale za nesprávně technicky provedené cviky sráží technický rozhodčí bod (více v kritériích hodnocení)

2.2.3. Fitness team - rozdělení dle počtu cvičenců

- Zrušeny malé a velké týmy
- Min. počet 5 cvičenců

2.2.4. Fitness team – věkové kategorie

- 0.kategorie: do 7 let (tzn. do průměru 7,4)
- 1.kategorie: 8 – 10 let (tzn. do průměru 10,4)
- 2.kategorie: 11 – 13 let (tzn. do průměru 13,4 let)
- 3.kategorie: 14 – 16 let (tzn. do průměru 16,4 let)
- 4.kategorie: nad 16 let (tzn. do průměru 16,4 let)

- Aritmetický průměr se počítá z kalendářního věku (ne z věku v den závodu)

- Při malém počtu přihlášených týmů mají pořadatelé právo kategorie sloučit

2.3. STEP

- Stepy musí být použity ve většině skladby
- Výška a velikost stepu musí odpovídat věku a vyspělosti cvičenců
- Minimální počet cvičenců ve skladbě je 5 (je povolen start se 4 cvičenci – v případě úrazu, nemoci, ale projeví se v hodnocení choreografie a estetiky), maximální počet cvičenců ve skladbě není určen
- Délka hudby je 1,5 - 2 minuty (tolerance 5 s)
- Rozměry plochy jsou 12 x 12 m
- Kostým by měl být sportovní, tzn. přiléhavý, bez volných částí – na první pohled by měl být vidět rozdíl od aerobic show
- Odkládání částí kostýmu není povoleno

2.3.1. Step – povinné prvky

- Nejsou

2.3.2. Step – zakázané prvky

- Poskoky, výskoky a skoky ze stepu na zem
- Poskoky, výskoky a skoky ze stepu na jiný step
- Cvičenec nesmí sestupovat ze stepu vpřed a vracet se zpět na step zády
- Zvedačky a pyramidy v průběhu skladby (na začátku a na konci jsou povoleny)

2.3.3. Step – věkové kategorie

- 0.kategorie: do 7 let (tzn. do průměru 7,4)
- 1.kategorie: 8 – 10 let (tzn. do průměru 10,4)
- 2.kategorie: 11 – 13 let (tzn. do průměru 13,4 let)

- 3.kategorie: 14 – 16 let (tzn. do průměru 16,4 let)
- 4.kategorie: nad 16 let
    - Aritmetický průměr se počítá z kalendářního věku (ne z věku v den závodu)

- Při malém počtu přihlášených týmů mají pořadatelé právo kategorie sloučit

2.4. SHOW DANCE TEAM

- **<u>Pohybové skladby s převahou tanečních stylů.</u>**
- Důraz je kladen na originalitu a námět
- Mohou se používat pomůcky a rekvizity
- Skladba může obsahovat různé taneční styly – např. Hip Hop, Orient, Streeet dance, Zumbu, atd.
- Délka hudby je minimálně 1.5 min, maximálně 5 minut
- Rozměry plochy jsou 12 x 12 m
- Mohou být zařazeny tzv. „sóla“ některých členů, zvedačky a pyramidy, mohou být použity i během skladby, ale tak, aby nebránily bezpečnému a plynulému cvičení.
- Kostým musí být vhodný k dané choreografii, odkládání částí kostýmů je dovoleno tak, aby nebránilo v bezpečném cvičení

2.4.1. Show Dance Team – povinné prvky

- Nejsou

2.4.2. Show Dance Team – zakázané prvky

- Nejsou

2.4.3. Show Dance Team – věkové kategorie

- 0.kategorie: do 7 let (tzn. do průměru 7,4)
- 1.kategorie: 8 – 10 let (tzn. do průměru 10,4)
- 2.kategorie: 11 – 13 let (tzn. do průměru 13,4 let)
- 3.kategorie: 14 – 16 let (tzn. do průměru 16,4 let)

- 4.kategorie: nad 16 let
    - Aritmetický průměr se počítá z kalendářního věku (ne z věku v den závodu)
- Při malém počtu přihlášených týmů mají pořadatelé právo kategorie sloučit

3. DISKVALIFIKACE TÝMU

- Tým bude diskvalifikován v případě, že při soutěži bude startovat se 2 skladbami, které budou prakticky stejné – tzn. budou mít stejnou choreografii a budou se lišit pouze hudbou, oblečením, rekvizitami, pózou, apod.
- Za nesportovní a vulgární chování členů týmu nebo trenéra během závodu
- Poslání chybné přihlášky
- Poslání přihlášky po termínu

4. HODNOCENÍ

- Skladbu hodnotí dle daných kritérií proškolená porota
- Konečné pořadí skladeb vznikne ratingem pořadí jednotlivých rozhodčích
- Za pořadí v jednotlivých kolech získávají týmy body (1. místo – 20 bodů, 2. místo – 18 bodů, 3. místo – 16 bodů, 4. místo – 15 bodů, 5. místo – 14 bodů, 6. místo – 13 bodů, …)

- Body za jednotlivá kola BAT se sčítají a určí tak průběžné či výsledné pořadí týmů
- Porota má minimálně 5 členů
- Výsledky budou vyvěšeny na webových stránkách nejpozději druhý den po závodech

5. ROZDĚLENÍ PŘI VYŠŠÍM POČTU DRUŽSTEV

- **Při počtu družtev 7 a více dojde k rozdělení dle „výkonnosti“**
  - POČET DRUŽSTEV 7
    - 1. – 3. místo – skupina A
    - 4. – 7. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 4.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13, 12)
  - POČET DRUŽSTEV 8
    - 1. – 3. místo – skupina A
    - 4. – 8. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 5.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13, 12, 11)
  - POČET DRUŽSTEV 9
    - 1. – 3. místo – skupina A
    - 4. – 9. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 6.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13, 12, 11, 10)
  - POČET DRUŽSTEV 10
    - 1. – 3. místo – skupina A
    - 4. – 6. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13)
    - 7. – 10.místo – skupina C (bude určeno pořadí 1. – 4.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 12, 11, 10, 9)
  - POČET DRUŽSTEV 11

- 1. – 3. místo – skupina A
- 4. – 6. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13)
- 7. – 11. místo - skupina C (bude určeno pořadí 1. – 5.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 12, 11, 10, 9, 8)

- POČET DRUŽSTEV 12
  - 1. – 3. místo – skupina A
  - 4. – 6. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13)
  - 7. – 12. místo - skupina C (bude určeno pořadí 1. – 6.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 12, 11, 10, 9, 8, 7)
- POČET DRUŽSTEV 13
  - 1. – 3. místo – skupina A
  - 4. – 6. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13)
  - 7. – 9. místo – skupina C (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 12, 11, 10)
  - 10. – 13. místo – skupina D (bude určeno pořadí 1. – 4.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 9, 8, 7,6)
- POČET DRUŽSTEV 14
  - 1. – 3. místo – skupina A
  - 4. – 6. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13)
  - 7. – 9. místo – skupina C (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 12, 11, 10)

        - 10. – 14. místo – skupina D (bude určeno pořadí 1. – 5.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 9, 8, 7,6, 5)
    - POČET DRUŽSTEV 15
        - 1. – 3. místo – skupina A
        - 4. – 6. místo – skupina B (bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 15, 14, 13)
        - 7. – 9. místo – skupina C bude určeno pořadí 1. – 3.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 12, 11, 10)
        - 10. – 15. místo – skupina D (bude určeno pořadí 1. – 6.místo, ale do konečného hodnocení BAT se budou započítávat body 9, 8, 7,6, 5, 4)

6. FINÁLE

- Účast týmů ve finále není ničím podmíněna, takže se ho může zúčastnit každý, tzn. i ten, který se předchozích kol nezúčastnil
- Finálový závod probíhá stejně jako předešlá kola tour
- Ve finále se vyhlašuje:
    - Pořadí v 5.kole BAT
    - Konečné pořadí celé tour – pořadí se určuje na základě bodů z celé tour, tzn. sčítají se body ze všech 5 závodů a tím se určí konečné pořadí týmů

7. OCENĚNÍ

- V každém kole BAT získávají všichni závodníci diplomy + drobné dárky a za 1. – 3. místo medaile

- Ve finále BAT budou v každé kategorii vyhlášeny a získají originální medaile 3 nejúspěšnější týmy dle celkového počtu bodů v tour
- Pokud se závodník účastní pouze finálového kola, není možné získat ocenění za průběžné pořadí
- Pokud se tým zúčastní všech 5 závodů BAT, získá pohár nebo plaketu za účast s logem soutěže

8. PŘIHLÁŠENÍ TÝMU

- Od roku 2015 probíhá přihlašování na závody pouze elektronicky přes přihlašovací systém: http://www.bohemiaaerobictour.cz/prihlaska/
- Přihlášku musíte odeslat min. 3 týdny před daným závodem
- Na základě přihlášky Vám vystavíme fakturu (splatnost 1 týden) a pošleme ji na uvedený e-mail
- V případě, že fakturu neuhradíte v daném termínu (tzn. do termínu splatnosti a po naší urgenci, že platba nebyla prozatím uhrazena), nebudete zařazeni na startovní listinu
- Pokud i přes to, budete chtít zařadit do startovní listiny, budete muset uhradit vyšší startovné (350 Kč/os) – pošleme Vám 2.fakturu na doplatek
- Hudební doprovod skladby se nahrává do přihlašovacího systému ve formátu MP3. Na závody si pro jistotu přivezte tyto soubory na flashdisku.

9. STARTOVNÉ pro rok 2026:

    - **250 Kč/os** – převodem na účet pořadatele do termínu splatnosti faktury (min. 14 dní před soutěží)

- **300 Kč/os - FINÁLE**
- **STARTOVNÉ SE NEVRACÍ**
- **350 Kč/os** po splatnosti faktury
- rozhoduje datum, kdy platba přijde na účet organizátora
- **Bankovní účet je pro každé kolo jiný, číslo bude uvedeno na faktuře**

10. ZPĚTNÁ VAZBA

- Vzhledem k podrobnému hodnocení na webových stránkách se neposkytuje zpětná vazba

ZMĚNA PRAVIDEL VYHRAZENA