

Estimado Atleta:

Gracias por participación en la 1ª Competencia Nacional “Pole Art & Pole Fitness Morelia 2016”, hemos preparado para ti el siguiente documento en el cual podrás encontrar las reglas y explicación de nuestro código de arbitraje, así como presentación y ética de nuestra competencia. Esperemos que sea de ayuda para resolver tus dudas. Sin embargo, si aun después de leer dicho documento quedaran algunas preguntas sin resolver, favor de comunicarse con el comité organizador y estaremos orgullosos de asistirte.

Una vez más **¡BIENVENIDO Y ÉXITO!**

Atentamente:

Laura Avilés Rodríguez

Dirección General 1ª Competencia Zona Centro “Pole Art & Pole Fitness Morelia 2016”

1. DEFINICIONES PAPFM: Competencia Nacional "Pole Art & Pole Fitness
Morelia 2016

COMPETENCIA: Solo participaran los atletas que hayan cumplido con los requerimientos de la convocatoria y hayan sido seleccionados por medio de video o pase directo.

RUTINA: Esta deberá incluir giros, transiciones, inversiones, climbs, posturas, pliométricos, trucos, combos, ejercicios de flexibilidad, y trabajo de piso

2. CRITERIOS Y REGULACIONES IMPORTANTES

En esta competencia habrá atletas aprobados por el Comité Nacional

Organizador en dos modalidades:

a) Pase directo, el atleta ganador del primer lugar en cualquiera de las categorías de una competencia anterior teniendo enlace con PAPFM.

b) Pre- selección por medio de video: Atendiendo a la convocatoria enviando un video y ese siendo seleccionado para participar en la semifinal.

I. Los derechos de inscripción, participación y el acceso a la competencia no son transferibles.

- II. Todos los atletas deberán firmar una carta responsiva al momento de la inscripción a la competencia.
- III. Los participantes podrán ser de ambos géneros Femenino y Masculino.
- IV. PAPFM se reserva el derecho de retirar el título del evento a causa de algún daño o perjuicio a la competencia o la reputación de pole fitness como comunidad, así como algún agravio al comité, staff u organización, y de igual manera a los mismos atletas.
- V. El comité organizador de PAPFM proveerá a los atletas todas las reglas y especificaciones referentes a la competencia como:
 - a) Información sobre el comité organizador
 - b) Reglamento
 - c) Plazos para las entregas de: Ejercicios reglamentarios, música, fotografías, fichas de inscripción, pagos etc., así como informar de las penalizaciones correspondientes al no respetar dichos plazos.
 - d) Lugar y hora de ensayos generales y competencias.
 - e) Medidas del escenario.
 - f) Especificación de los tubos.
 - g) Grips permitidos.
 - h) El producto y forma en el cual se limpiara el Pole. i) Proceso de calificación.
 - j) Lista de Jueces

3. REGLAS GENERALES

3.1 CATEGORIAS

- INFANTILES A: 6-10 años
- INFANTILES B: 11 – 14 años
- INFANTILES C: 15 – 17 años
- ESTUDIANTES: Pole Básicas, Pole Choreography, Pole Avanzadas
(solo categoría femenil)
- PROFESIONAL: Femenil y varonil
- POLE ART: Femenil y varonil

3.2 PROCESO DE REGISTRO

- I. Llenar la hoja de inscripción.
- II. Enviar fotografía con buena resolución.
- III. Confirmar su asistencia antes del 30 de diciembre del 2015 enviando reservación de hotel o boleto de avión o autobús, de no ser así, daremos por entendido que no asistirá, por lo que daremos su lugar a otro aspirante.
- IV. El periodo de registro será del 02 de noviembre al 16 de diciembre del 2015.
- V. Realizar el pago de inscripción:
 - a. CUOTAS:

CATEGORÍA	INSCRIPCIÓN
INFANTIL	\$500

BÁSICAS	\$600
POLE CHOREOGRAPHY	\$600
AVANZADO	\$600
POLE ART	\$800
PROFESIONAL	\$800

- I. Si los semifinalistas no envían su comprobante de pago durante el periodo de inscripción, que es del 02 de noviembre al 16 de diciembre del 2015 deberán de pagar una multa de \$200 pesos sobre el importe de inscripción. El pago de la multa lo deberán enviar junto con su pago de inscripción.
- II. Los pagos deben realizarse por transferencia bancaria o deposito a la cuenta bancaria de BANORTE con clave de transferencia número 072470005086306996 a nombre de Laura Avilés Rodríguez
- III. Todos los requisitos deberán enviarse en 1 mismo e-mail a la siguiente dirección de correo poleartfitness-michoacan@hotmail.com

3.3 MUSICA

- I. La música será cronometrada teniendo una penalización por incumplimiento de este artículo y será de la siguiente manera:

- CATEGORIAS INFANTILES: 2:30 minutos
- CATEGORIAS DE ESTUDIANTES: 3:00 minutos
- CATEGORIAS PROFESIONALES: 3:30 minutos
- CATEGORIAS POLE ART: 3:30

II. Todas las categorías tienen 30 segundos ya sea más o menos, no deberá exceder de los minutos.

III. Los atletas elegirán su propia música, esta puede ser mezclada y a elección del mismo, no se permitirá música que exceda el tiempo reglamentario y que tenga palabras altisonantes que afecten o sean inadecuadas para la moral de este evento deportivo.

IV. El atleta deberá llevar música de emergencia en un CD o USB donde solo venga su canción en formato MP3.

V. La fecha límite para entregar su música es el 30 de diciembre del 2015 la cual deberá enviar a poleartfitness-michoacan@hotmail.com después de esta fecha se cobraran \$50 pesos por día de atraso, sin

VI. Si el comité organizador no recibiera la música a más tardar el 10 de Enero podría ser motivo de descalificación, por lo cual le pedimos cumplir con los tiempos requeridos.

VII. Las canciones serán registradas y no deberán repetirse entre atletas en ninguna de las categorías, por esto es recomendable que usted mande su música en tiempo y forma

para no descartar su elección. De ser así el comité le hará llegar un informe y se le dará plazo pertinente para que haga su cambio

3.4 VESTUARIO

- I. PAPFM deja a elección del atleta el vestuario siempre y cuando sea el adecuado para el objetivo fitness de la competencia.
- II. Deberá ser deportivo o al concepto de la rutina, el calzado podrá variar dependiendo de la historia a representar.
- III. El atleta podrá utilizar accesorios los cuales no interfieran con su ejecución y que no dañen el Pole o escenario (pedir autorización al comité organizador en caso de llevar alguno).
- IV. El atleta podrá llevar una prenda como accesorio y quitársela siempre y cuando vaya con la coreografía y no quede en ropa inadecuada para la práctica deportiva y artística.
- V. El atleta No deberá usar ropa interior, traje de baño o tanga.
- VI. El atleta no podrá quedar expuesto de ninguna parte íntima del cuerpo en la presentación de la rutina; de lo contrario este puede ser motivo de penalización (- 10) puntos y/o descalificación de la competencia.
- VII. Si el atleta durante su rutina tuviera que estarse acomodando el vestuario, será motivo de penalización, (-10) puntos.
- VIII. El atleta No deberá llevar polvos, diamantinas, confeti o cualquier cosa que pudiera quedar pegada en el Pole o tirada en el piso provocando un accidente, el uso del logo y/o imagen comercial impreso en el vestuario no será permitido como parte del mismo; de incumplir con esto el atleta

puede ser acreedor a alguna penalización (-10) puntos y/o la descalificación de la competencia.

IX. El uso de grip podrá ser utilizado únicamente en el cuerpo del atleta, el staff que estará a cargo de limpiar el tubo solo utilizará alcohol para su limpieza.

X. El uso de grip en el tubo queda prohibido, al igual que el uso de magnesias y brea.

3.5 ESCENARIO

- I. La coreografía se llevará a cabo en Pole de 45mm por 3.70 mts de altura.
- II. Para las categorías Infantil y Estudiante el Pole será estático (izquierda, ver imagen en el documento)
- III. Para la categoría Profesional se utilizarán los dos Pole estático y giratorio.
- IV. Las medidas del escenario son 3.75 mts de ancho por 5 mts de largo. V. Los jueces estarán frente al escenario.

3.6 RUTINA

- I. La rutina deberá durar estrictamente el tiempo establecido en el punto 3.4 referente al tiempo de la música por categoría.

- II. Para la categoría Pole Avanzada el atleta podrá utilizar solo elementos de la lista oficial de PAPFM la cual encontrara en este mismo reglamento.
- III. La atleta tiene la obligación de avisar a más tardar el 16 dediciembre del 2015 si utilizará algún accesorio en el escenario para que este pueda ser aprobado por el comité organizador.
- IV. La atleta podrá utilizar todos los elementos a elección personal dentro de la lista de los niveles correspondientes a su categoría.

OBSERVACIONES TECNICAS.

- I. Dividimos los movimientos por grados de dificultad siendo los A como los de menor dificultad y los F como los más fuertes.
- II. Cada categoría tendrá un mínimo de movimientos a ejecutar. El atleta podrá elegir los movimientos que quiere hacer, siempre y cuando estén dentro de la lista de ejercicios proporcionada por PAPFM.
- III. El atleta tiene la obligación de respetar la lista de movimientos permitidos proporcionados por PAPFM pero no la obligación de realizar algún movimiento en específico.
- IV. Es importante destacar que los elementos no modifican su puntaje, por ejemplo si tu ejecutas un giro de firerman que es de grado A y utilizas alguna variación de este mismo ejercicio el puntaje técnico será el mismo, no eleva la calificación ya que es un elemento de nivel A y vale lo mismo.
- V. Los jueces técnicos contarán los movimientos ejecutados. También calificarán el grado de dificultad de los combos y caídas. 10 días antes

de la competencia el atleta deberá enviar los elementos a realizar en su rutina, en caso de no enviarlos quedara automáticamente descalificado.

OBSERVACIONES ARTISTICAS

- I. En la rutina se evaluara la ejecución general de la coreografía, como el atleta fusiona los movimientos técnicos con la canción.
- II. También es importante como cuenta la historia llevándola al pole, así como los movimientos individuales y las expresiones faciales y corporales.
- III. Se calificara maquillaje, vestuario y que estos coincidan con el concepto de la misma rutina.
- IV. Es importante para el juez artístico la creatividad y originalidad de la misma.

3.7 DERECHOS Y RESPONSABILIDADES DE LOS ATLETAS

- I. Todos los atletas deberán de seguir y estar de acuerdo en las reglas de la competencia de PAPFM la cual deberán firmar y entregar al comité organizador del evento.
- II. Todos los atletas deberán atender a todos los avisos de ensayos generales que se le darán a conocer en su momento

3.8 OBLIGACIONES DE LOS ATLETAS

- I. Mandar su hoja de inscripción
- II. Pagar su cuota de inscripción

- III. Cumplir con los horarios establecidos (DE OFICINA) marcados por el comité organizador de PAPFM.
- IV. Deberán asistir al ensayo general como mínimo media hora antes del horario establecido.
- V. Deberán cumplir con los estatutos previamente mencionados para el debido cumplimiento de su rutina y logística del evento.
- VI. Final: deberá presentarse una hora antes del inicio del evento establecido en el programa de PAPFM.
- VII. El atleta deberá de conducirse con respeto y ética en toda la competencia.
- VIII. El atleta deberá permanecer en los camerinos hasta que se le anuncie para su presentación.
- IX. El atleta está obligado a firmar de conformidad la carta responsiva y de derechos de imagen y publicidad de la competencia.
- X. El uso de alcohol y drogas antes y durante la competencia quedan estrictamente prohibidos.
- XI. El entrenador del atleta NO podrá permanecer en camerinos, este puede acompañar al iniciar y al concluir la competencia.
- XII. En el caso de la categoría Infantil el entrenador o tutor dejara a su atleta a cargo de una persona de staff que está encargada de resguardar la seguridad del menor, el cual está obligado a recibir al inicio de la competencia al atleta y así mismo entregarlo al Coach, padre o tutor al terminar la concluir el evento, para vigilar la seguridad del mismo se requiere que el responsable del menor presente su identificación oficial en ambos momentos y tendrá que ser la misma persona.

- XIII. El atleta deberá llegar con su maquillaje listo o arreglarse el mismo. En caso de necesitar maquillista este deberá salir 30 minutos antes de iniciar la competencia y/o podrá reservar con el maquillista asignado por el comité de PAPFM.
- XIV. En caso de llevar su maquillista favor de avisar al comité organizador de PAPFM al email poleartfitness-michoacan@hotmail.com por favor evítanos la pena de negar la entrada.
- XV. Los atletas no podrán tener comunicación con la mesa del jurado antes y durante la competencia

Todos los movimientos se dividen en las siguientes categorías:

Nivel A: Isométricos de fuerza

Nivel A: Isométricos de flexibilidad

Nivel B: Isométricos de fuerza

Nivel B: Isométricos de flexibilidad

Nivel C: Isométricos de fuerza

Nivel C: Isométricos de flexibilidad

Nivel D: Isométricos de fuerza

Nivel D: Isométricos de flexibilidad

Nivel E: Isométricos de fuerza

Nivel E: Isométricos de flexibilidad

Nivel F: Isométricos de fuerza

Nivel F Isométricos de flexibilidad

CATEGORIA INFANTIL A,B Y C OBLIGATORIOS:

I. GIROS: 2

II. NIVEL A: 1 PLIOMETRICO

1. FLEXIBILIDAD

III. NIVEL B: 1 FLEXIBILIDAD

IV. NIVEL C: 1 FLEXIBILIDAD

V. Esta categoría solo exige estos elementos obligatorios los cuales están dentro de la lista que a continuación te anexamos, MUY IMPORTANTE solo se permitirán 3 pliométricos de fuerza en toda la Rutina para la categoría Infantil “A” todos los demás elementos son libres, los elementos presentados deben sostenerse un mínimo 3 segundos.

- VI. Para la categoría INFANTIL aumenta el porcentaje en la parte artística por lo cual el tema, la proyección, vestuario y técnica en los elementos de danza son un factor preponderante sobre los elementos pliométricos.

CATEGORIA POLE BASICA Y POLE COREOGRAPHY

- I. Estas son categorías de nivel básico/intermedio solo para estudiantes las cuales se conforma de 5 combos, el atleta deberá estructurar su

coreografía solamente de los niveles A y B , combinando un elemento de flexibilidad de nivel C.

- II. Estas categorías no presentan elementos de acrobacia avanzada como mortales, fits o elementos gimnásticos de gran dificultad.
- III. En específico para la categoría Pole Choreography, el atleta deberá enfocarse en integrar a sus combos elementos artísticos y de danza.

POLE AVANZADO

- I. La categoría Pole Avanzado es la categoría Avanzada no profesional y esta deberá llevar máximo 3 elementos de las categorías A,B,C y D

- II. En esta categoría solo deberá realizar elementos de la lista de obligatorios así como trabajo de piso, climbs mounts y dismounts que vienen en la lista anexada.

CLIMBS MOUNTS Y DISMOUNTS

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 1. BASIC CLIMB | 11. THIGH HOLD 2 |
| 2. FIREMAN POLE CLIMB | (SCISSOR) FLOOR WORK |
| 3. BASIC INVERTION | a) BACK SLIDE – HIGH |
| 4. PASSÈ DESCENT | b) CLOCK LEGWORK |
| 5. SHOULDER MOUNT –
BASIC CUP GRIP | c) KNEE BRIDGE d) PIN -
UP GIRL – SIDE |
| 6. SHOULDER MOUNT –
TWISTED GRIP | e) PIN – UP GIRL – SIT UP |
| 7. SIDE CLIMB | f) SHOULDER BRIDGE |
| 8. SPINNING CLIMB | g) TICK TOCK – FLOOR |
| 9. STRADDLE CLIMB | h) FULL BRIDGE |
| 10. CATERPILLAR CLIMB | i) PIN – UP GIRL – BACK |
| | j) SHOULDER STAND |

CATEGORIA PROFESIONAL

- I. Para las categorías profesionales deberán elegir 2 elementos obligatorios del nivel D, E y F todos los demás elementos serán libres, y se deberán respetar los estatutos antes mencionados

CATEGORIA POLE ART

- I. Esta categoría es para artistas, pole performers cuyo interés genuino sea expresar a través del pole.
- II. Los movimientos a interpretar serán completamente a libre elección del atleta.