

**DAFF  
Cheerleading**

**Konkurrenceregler 2019 – 20**



**Gældende frem til 31. juli 2020**

---

## Indholdsfortegnelse

---

.....	
<i>Generel information</i> .....	3
<i>Aldersregler</i> .....	4
<i>Kategorier og tid</i> .....	6
<i>Tøjregler</i> .....	8
<i>Strafpunkt</i> .....	9
<i>Cheer/chant og musik-del</i> .....	10
<i>Group Stunt og Partner Stunt</i> .....	11
<i>Music/ Entrances</i> .....	12
<i>Performance Surface</i> .....	12
<i>Sportsmanship</i> .....	12
<i>Disqualification</i> .....	13
<i>Interruption of performance</i> .....	13
<i>Interpretations and/or Rulings</i> .....	14
<i>Violation of Competition Safety Rules</i> .....	14
<i>Finality of Decisions</i> .....	15
<i>General guidelines</i> .....	15
<b>COMPETITION RULES CHEERLEADING, GROUP STUNT, PARTNER STUNT</b> .....	16
<i>General Cheerleading Safety Rules &amp; Routine Requirements</i> .....	16
<i>Level 1</i> .....	16
<i>Level 2</i> .....	16
<i>Level 3</i> .....	16
<i>Level 4</i> .....	16
<i>Level 5</i> .....	16
<i>Level 6</i> .....	17
<i>Glossary of terms</i> .....	17
<b>COMPETITION RULES PERFORMANCE CHEER</b> .....	18
<i>General Rules (Choreography/Costuming, Props and Category definitions)</i> .....	18
<i>Specific rules for Freestyle Pom (Junior &amp; Senior)</i> .....	18
<i>Glossary of terms</i> .....	18
<i>Score sheet</i> .....	18

## Generel information

---

Det er fra den kommende sæson besluttet, at DAFF til enhver tid følger European Cheer Unions (ECU) konkurrenceregler, hvorfor der henvises til deres hjemmeside via links sidst i dette regelsæt. For en god ordens skyld skal det nævnes, at DAFF i forvejen altid har fulgt ECUs konkurrenceregler, men fremadrettet blot kommer til at fremgå i et andet layout og med de fremtidige tilpasninger, som ECU offentliggør.

Nærværende regelsæt skal ses i sammenhæng med "Code of conduct", "klubsifteregler" og "DAFF's konkurrenceregulativ for Cheerleading".

### **SPØRGSMÅL TIL REGLERNE**

Glossary for både Cheerleading og Performance Cheer fremgår i ECUs regelsæt, hvorfor disse anvendes fremadrettet.

Eventuelle fortolkningsspørgsmål vedrørende reglerne, eller spørgsmål til reglerne generelt skal stilles til Mikael Sohn Ottesen, DAFF Cheerleadingudvalg - E-mail: [mikael.sohn.ottesen@daff.dk](mailto:mikael.sohn.ottesen@daff.dk).

# Aldersregler

---

Alle udøvere på et hold skal opfylde alderskrav nedenfor:

## **PEEWEE MINORS**

3-8 år | [2017-2012]

Udøvere skal være fyldt 3 år pr. 31/12 i konkurrenceårets 2. halvdel. Udøvere må ikke være fyldt 9 år pr. 31. december i konkurrenceårets 2. halvdel, dvs. i år 2020.

## **PEEWEE**

8-12år | [2012-2008]

Udøvere skal være fyldt 8 år pr. 31/12 i konkurrenceårets 2. halvdel. Udøvere må ikke være fyldt 13 år pr. 31/12 i konkurrenceåret, dvs. i år 2020.

## **JUNIOR**

12-16år | [2008-2004]

Udøvere skal være fyldt 12 år pr. 31/12 i konkurrenceårets 2. halvdel. Udøvere må ikke være fyldt 17 år pr. 31/12 i konkurrenceåret, dvs. i år 2020.

## **SENIOR**

15+år | [2005+]

Udøvere skal være fyldt 15 år pr. 31/12 i konkurrenceårets 2. halvdel, dvs. i år 2020.

## **ALDERSOVERLAP I 2019/20**

Udøvere født i 2012 vælger selv, om de vil deltage i konkurrencen som Pee wee Minor eller Pee wee.

Udøvere født i 2008 vælger selv, om de vil deltage i konkurrencen som Pee wee eller Junior.

Udøvere født i 2004 og 2005 vælger selv, om de vil deltage i konkurrencen som Junior eller Senior.

**NB:** En udøver må ved en konkurrence kun konkurrere indenfor én aldersgruppe.

## **ALDERSOVERLAP I 2020/21**

Udøvere født i 2013 vælger selv, om de vil deltage i konkurrencen som Pee wee minor eller Pee wee.

Udøvere født i 2009 vælger selv, om de vil deltage i konkurrencen som Pee wee eller junior.

Udøvere født i 2005 og 2006 vælger selv, om de vil deltage i konkurrencen som Junior eller Senior.

**NB:** En udøver må ved en konkurrence kun konkurrere indenfor én aldersgruppe.

### **Helårlig aldersdispensation**

Der vil for enkelte udøvere, såfremt der er forhold, der taler for det, kunne dispenseres for alderskravene, således at udøveren kan få en helårlig dispensation til en højere eller lavere aldersgruppe. Dispensationen er knyttet til en specifik klub og hold. Der vil som udgangspunkt kun kunne dispenseres én årgang (f.eks. 2007 til 2008).

I den højeste kategori i hver aldersgruppe kan der som udgangspunkt maksimalt gives én helårlig aldersdispensation pr. 20 udøvere på holdet – der vil således kunne gives to helårlig aldersdispensation, hvis holdet består af 21-40 udøvere i den pågældende aldersgruppe. I andre kategorier kan der maksimalt gives én aldersdispensation pr. 10 udøvere på holdet – der vil således kunne gives to helårlig aldersdispensation, hvis holdet består af 11-20 udøvere i den pågældende aldersgruppe.

Såfremt en klub ikke har hold i en aldersgruppe, vil der kunne søges om yderligere aldersdispensationer ift. ovenstående antal.

Ved klub-/ holdskifte annulleres den helårlige aldersdispensation, og der kan genansøges.

### **Konkurrencespecifikke dispensationer**

Der vil i helt særlige og akut opståede situationer efter tilmeldingsfristen til konkurrencen kunne dispenseres, så en udøver kan stille op i to aldersgrupper, på to hold eller lave Cross over. Helt særlige og akut opståede situationer kan f.eks. være en allerede tilmeldt deltager, der bliver skadet eller syg. DAFF kan forlange dokumentation på forholdet i form af f.eks. lægeerklæring. Klubben er ansvarlig for at fremskaffe evt. dokumentation og afholde eventuelle udgifter til dette.

#### *Deltagelse på to hold*

Der vil kunne dispenseres, så en udøver kan stille op på to hold inden for samme aldersgruppe og kategori – f.eks. deltagelse på to Junior Level 3 Cheerleadinghold.

#### *Deltagelse i to alderskategorier*

Der vil kunne dispenseres, så en udøver kan stille op i to aldersgrupper inden for samme kategori – f.eks. PeeWee Level 3 og Junior Level 3 Cheerleading.

#### *Cross over*

Der vil kunne dispenseres, så en udøver kan stille op i to forskellige levels inden for samme aldersgruppe – f.eks. Junior Level 3 og Junior Level 5.

### **EM (ECU)**

DAFF følger ECU's aldersregler for Junior og Senior, hvorfor ovenstående aldersregler også er gældende ved deltagelse ved EM (ECU) – dog kan der jf. ovenstående i visse tilfælde dispenseres fra aldersreglerne i Danmark.

## Kategorier og tid

Der konkurreres i følgende kategorier:

Kategori	Tid (minutter)	Antal udøvere	All Girl	Coed	1 kategori (All Girl & Coed)
<b>CHEERLEADING</b>					
Peewee Minor Level 1	Max. 02:00	Min. 6 Max. 25	-	-	X
Peewee Level 2	Max. 02:00	Min. 6 Max. 25	-	-	X
Peewee Level 3	Max. 02:30	Min. 6 Max. 25	-	-	X
Junior Level 3	Max. 02:30	Min. 6 Max. 25	-	-	X
Junior Level 4	Max. 02:30	Min. 12 Max. 25	-	-	X
Junior Level 5	Max. 02:30	Min. 12 Max. 25	X	X	-
Senior Level 4	Max. 02:30	Min. 6 Max. 25	-	-	X
Senior Level 6	Max. 02:30	Min. 12 Max. 25	X	X	-
<b>GROUP STUNT</b>					
Junior Level 5	Max. 01:00	Max. 5	X	X	-
Senior Level 6	Max. 01:00	Max. 5	X	X	-
<b>PARTNER STUNT</b>					
Junior Level 5	Max. 01:00	Min. 2 Max. 2	-	X	-
Senior Level 6	Max. 01:00	Min. 2 Max. 2	-	X	-
<b>PERFORMANCE CHEER (FREESTYLE POM)</b>					
Junior	Max. 02:30	Min. 12 Max. 25	-	-	X
Senior	Max. 02:30	Min. 12 Max. 25	-	-	X

### **Dispensation for max. antal**

Der kan søges dispensation fra max. antal i Cheerleading, der vil dog ikke kunne dispenseres til holdstørrelse på mere end 30 udøvere. Dispensationen kan søges for både en enkelt konkurrence eller en hel sæson.

Der kan ikke gives Konkurrencespecifikke dispensationer til hold, der har dispensation for max. antal. Eventuelt givne Konkurrencespecifikke dispensationer annulleres, hvis et hold modtager dispensation fra max. antal.

Der kan fastsætte yderligere begrænsning ifm. dispensation for max. antal.

### **Uddybning af kategorierne**

#### ***Cross overs***

Det er ikke lovligt for en udøver i cheerleading at konkurrere i flere forskellige levels. En udøver må udelukkende konkurrere i ét level.

Undtagelse 1: Det er lovligt for en udøver at deltage i både All Girl eller Coed-kategorien.

Undtagelse 2: Det er lovligt for alle at deltage i Group Stunt eller Partner Stunt.

Aldersreglerne skal dog overholdes. Se strafpoint.

Dispensation for Cross over: Se Konkurrencespecifikke dispensationer.

#### ***Titel***

Vindere af højeste level i hver aldersgruppe har retten til at kalde sig "Danmarksmestre".

Vindere af de andre levels har retten til at kalde sig "vindere".

Denne regel er udelukkende gældende ved Danmarksmesterskaberne i Cheerleading.

Se i øvrigt " Beskrivelse af konkurrencer".

# Tøjregler

---

## **Generelle uniformregler**

Alle udøvere på et hold skal bære samme uniform, dog kan drenge og piger have forskellige uniformer. Der må ikke fjernes tøj under konkurrencen, hvorfor holdet da vil blive diskvalificeret, se strafpoint. *Undtagelse: Såfremt en udøver ved en fejl taber en sløjfe/hårbånd bliver holdet ikke diskvalificeret.*

Alle udøvere på et hold skal have sko på under hele rutinen. Skoene skal som udgangspunkt være en form for sportssko med flade såler, som egner sig til cheerleading, se endvidere "General safety rules and routine requirements" punkt 6. Såfremt en udøver ikke bærer sko, vil holdet blive tildelt strafpoint, se strafpoint. *Undtagelse: såfremt en udøver ved en fejl taber den ene sko, tildeles holdet ikke strafpoint.*

## **Specifikke uniformregler for Peewee Minors, Peewee og Junior**

### Piger:

Piger skal være iført nederdel eller shorts, alternativt en kombination heraf, eksempelvis Skorts. Under nederdel skal piger have "hotpants" eller en anden type shorts på. For nederdele er det endvidere gældende, at længden er ved eller over knæhøjde.

Det er ikke tilladt at have bar mave eller bar overkrop. Det er ligeledes ikke tilladt at bære en uniform med hudfarvet stof, hvor intentionen er, at uniformen skal udtrykke bar mave eller bar overkrop. Overdelen skal dække til kanten på underdelen ved en stillestående position med armene nede langs kroppen.

### Drenge:

Drenge skal bære shorts eller lange bukser. For shorts er det endvidere gældende, at længden, som minimum, går til midten af låret.

Det er ikke tilladt at have bar mave eller bar overkrop. Det er ligeledes ikke tilladt at bære en uniform med hudfarvet stof, hvor intentionen er, at uniformen skal udtrykke bar mave eller bar overkrop. Overdelen skal dække til kanten på underdelen ved en stillestående position med armene nede langs kroppen.

## **Specifikke uniformregler for Senior**

### Piger:

Piger skal være iført nederdel eller shorts, alternativt en kombination heraf, eksempelvis Skorts. Under nederdel skal piger have "hotpants" eller en anden type shorts på. For nederdele er det endvidere gældende, at længden er ved eller over knæhøjde.

Det er tilladt at bære mavetop, eller bære en uniform med hudfarvet stof, hvor intentionen er, at uniformen skal udtrykke bar mave.

### Drenge:

Drenge skal bære shorts eller lange bukser. For shorts er det endvidere gældende, at længden, som minimum, går til midten af låret. Overdelen skal dække til kanten på underdelen ved en stillestående position med armene nede langs kroppen.

Det er ikke tilladt at have bar mave eller bar overkrop, eller bære uniform med hudfarvet stof, hvor intentionen er, at uniformen skal udtrykke bar mave eller bar overkrop.

Ved overtrædelse af tøjreglerne, se strafpoint.



# Strafpoint

---

## Overtrædelse af tidsregler

Pr. overskridende (påbegyndt) sekund mere end 2 sekunder 1 point  
Eksempel: et junior-hold udfører en rutine, som måles til tiden 02:32:15.  
Tiden er overskredet med 02:15 sekunder. Idet der udelukkende gives strafpoint for overskredet tid mere end 2 sekunder, vil holdet i dette eksempel få 1 strafpoint pr. dommer.

## Overtrædelse af sikkerhedsregler

For hver hændelse. 5 point  
Dette er særligt gældende for "general guidelines", "general safety rules & routine requirements" og alle stunt-level-reglerne. Dette er endvidere gældende for øvrige regler, som er defineret i de forreste kapitler i dette regelsæt, i de tilfælde hvor der ikke i forvejen er skrevet en henvisning til en sanktionsmulighed.  
Udføres det ulovlige element flere gange i samme rutine, uanset om der er tale om cheer/chant=>musik-del eller musik-del=>musik-del osv., tildeles holdet strafpoint for hver hændelse.  
*Undtagelse: elementer udført i ripple (kanon) anses som én hændelse uanset antallet af grupper.*

## Overtrædelse af tøjregler

Sko er undtaget fra denne regel, og følger strafpoint i henhold til "Overtrædelse af sikkerhedsregler", idet regler for sko er reguleret under "General safety rules and routine requirements", punkt 6. Diskvalifikation

## Overtrædelse af aldersregler

Godkendt aldersdispensation er undtaget. Diskvalifikation

## Cheer/chant og musik-del

---

### **Cheer/chant (Cheer Criteria)**

Det er **frivilligt** for alle hold at udføre et cheer eller chant. Vælger holdet at udføre et cheer/chant, skal dette ske i **starten** af rutinen. Vi gør opmærksom på, at der ved deltagelse ved Europamesterskaberne er krav om udførelse af et cheer/chant i starten af rutinen med en minimumsvarighed på 00:30 minutter.

Holdet skal herefter udføre en rutine til musik. Musikdelen må for Senior, Junior og Peewee level maksimalt udgøre 02:30 minutter. Musikdelen for Peewee Minor og Peewee B må maksimalt udgøre 02:00 minutter. Det anbefales, at der anvendes props og stunts/pyramide(r) i cheer/chant delen.

Efter endt cheer/chant kan holdet vælge at anbringe anvendte props uden for konkurrencegulvet. Herefter skal udøverne stille klar til at udføre selve musikdelen, hvori selve stunts, pyramider osv. udføres. Det vil dermed sige, at det blot er for musikdelen, at holdet kan få eventuelle strafpoint for overtid. Vi skal dog pointere, at udøverne bedes stille klar til udførelse af musikdelen så hurtigt som muligt efter endt cheer/chant.

Der gives strafpoint for udførelse af elementer som overskrider sikkerhedsreglerne, så som; stunts, pyramider, basket tosses etc. Dette er gældende for både cheer/chant og musik-delen.

Der er således fra sæsonen 2016-2017 ikke længere krav om, at der udføres et cheer/chant. Bemærk dog, at cheer/chant fortsat er en del af score sheet'et, hvorfor der fortsat gives point herfor. Såfremt et hold vælger ikke at udføre et cheer/chant, vil holdets score på score sheet'et under kategorien "Cheer Criteria" dermed være 0.

Der er ikke krav om, hvilke elementer der skal indgå i rutinen (ingen obligatoriske elementer). Vi anbefaler dog, at alle trænere kigger score sheet'et igennem, så trænerne er klar over hvilke elementer der bedømmes, herunder hvor meget de forskellige elementer bør vægte i rutinen.

***Vi skal gøre opmærksom på, at alle stunts, pyramider, basket tosses og tumbling, som udføres under cheer/chant, udelukkende bliver bedømt under kategorien "Cheer Criteria" på score sheet'et. Det vil dermed sige, at såfremt holdet udfører en pyramide under cheer/chant, men ikke udfører en pyramide under musikdelen, vil holdets score på score sheet'et under kategorien "pyramids" dermed være 0.***

# **Group Stunt og Partner Stunt**

---

## **KRAV TIL GROUP STUNT OG PARTNER STUNT**

### **Group Stunt og Partner Stunt generelt**

Det er ikke lovligt at anvende props i en Group Stunt eller Partner Stunt rutine. Eksempler på props (men ikke begrænset til) er, flag, bannere, skilte, pom poms, megafoner mm.

### **Coed Group Stunt**

Idet der er tale om en Coed-kategori (både piger og drenge), skal alle drenge involveres i minimum 50 % af rutinen. Det er op til dommerne at foretage en professionel vurdering af, om kravet er opfyldt. Der vil ved vurderingen blive lagt vægt på, om der er gjort en effektiv indsats for at involvere drengen(e) i rutinen, og den åbenlyse præsentation foran dommerne ved konkurrencen.

## Music/ Entrances

---

1. Every effort should be made to ensure that the lyrics of the music are appropriate for all audience members.
2. Timing of each portion will begin with the first choreographed movement or note of the music and end with the last choreographed movement or note of music whichever comes last.
3. If a team exceeds the maximum time limit of the music portion a time penalty will be assessed the team for each violation. One (1) point deduction per judge for every second exceeding 2 seconds and over.
4. Because penalties are severe, it is recommended that all teams time their performance several times prior to competition and leave several seconds cushion to allow for variations in sound equipment.
5. Each team must have a coach/representative to play their music if music is not to be send in on beforehand. This person is responsible for bringing the music to the music table and pushing "play" and "stop" for the team, or letting the DJ in charge.
6. In order to keep the competition running on time, teams must enter the performance floor as quickly as possible. Teams will have limited time to enter the floor and start their routine. Elaborate choreographed entrances will not be allowed.

## Performance Surface

---

1. **Cheerleading, including Group Stunt and Partner Stunt:** No spring floor, standard foam mat surface. Minimum surface area of 7 mat strips.  
**Performance Cheer:** wooden floor.
2. Teams may line up anywhere inside the competition area.
3. No penalty for stepping outside the area

## Sportsmanship

---

All participants agree to conduct themselves in a manner displaying good sportsmanship throughout the competition with positive presentation upon entry and exit from the

performance area as well as throughout the routine. The advisor and coach of each team is responsible for seeing that team members, coaches, parents and other persons affiliated with the team conduct themselves accordingly throughout the entire event. Severe cases of unsportsmanlike conduct are grounds for disqualification.

## **Disqualification**

---

Any team that does not adhere to the terms and procedures of these "Rules and Regulations" will be subject to disqualification from the competition, will automatically forfeit any right to any prizes or awards presented by the competition, and may also forfeit the opportunity to participate a future competitions.

## **Interruption of performance**

---

### **A. Unforeseen Circumstances**

1. In, in the opinion of the competition officials, a team's routine is interrupted because of failure of the competition equipment, facilities, or other factors attributable to the competition rather than the team, the team affected should stop the routine.
2. The team will perform the routine again in it's entirety, but will be evaluated only from the point where the interruption occurred. The competition officials will determine the degree and effect of the interruption.
3. If a team needs to re-perform a routine but fails to do the routine in it's entirety, then this team will receive a score based on the lower level performance.

### **B. Fault of Team**

1. In the event a team's routine is interrupted because of failure of the team's own equipment, the team must either continue the routine or withdraw from the competition.
2. The competition officials will determine if the team will be allowed to perform at a later time. If decided by officials, the team will perform the routine again in it's entirety, but will be evaluated only from the point where the interruption occurred.
3. If a team needs to re-perform a routine but fails to do the routine in it's entirety, then this team will receive a score based on the lower level performance.

### **C. Injury**

1. The only persons that may stop a routine for injury are:
  - a) competition officials
  - b) the advisor/coach from the team performing or
  - c) an injured individual
2. The competition officials will determine if the team will be allowed to perform at a later time. If the competition officials allow a routine to be performed at a later

time, the spot in the schedule where the re-performance is to take place is at the sole discretion of competition officials. The team may perform the routine again in its entirety, but will be evaluated ONLY from the point where the interruption occurred.

3. If a team needs to re-perform a routine but fails to do the routine in its entirety, then this team will receive a score based on the lower level performance.
4. The injured participant that wishes to perform may not return to the competition floor unless:
  - a) The competition officials receive clearance from, first, the medical personnel attending to that participant, the parent (if present) AND THEN the head coach/advisor of the competing team.
  - b) If the medical personnel do not clear the participant, the participant can only return to the competition if a parent or legal guardian in attendance signs a return to participation waiver.
  - c) In the event of a suspected concussion, the participant cannot return to perform without clearance from a medical professional that has training related to head injuries, and waiting 24 hours, even with a waiver from a parent or legal guardian.

## **Interpretations and/or Rulings**

Any interpretation of any aspect of these Rules and Regulations or any decision involving any other aspect of the competition will be rendered by the DAFF Cheerleading Committee in cooperation with DAFF Staff. The Committee will render a judgment in an effort to ensure that the competition proceeds in a manner consistent with the general spirit and goals of the competition. If the interpretation needs to be made during an ongoing competition, it is made together by DAFF Staff and the Head Judge of the competition.

## **Violation of Competition Safety Rules**

Any team or individual that do not comply with the Rules and Regulations will be assessed a penalty. The penalty is assessed according to the violation. Violations may have different penalty values. A Safety Judge will be present at all DAFF Competitions in order to evaluate on the team's ability to comply with the rules. In the event of a violation, the team coach/advisor or team official is called to the judges table/judges room in order to be notified on the violation. The Safety Judge will decide whether the violation is categorized as a "performance error" or "violation". In the event of a "performance error", the team will receive a "warning" and no penalty will be assessed. In the event of a "violation" the team will be assessed a penalty according to the current infraction point values according to these Rules and Regulations. In order to keep the competition running on time team coaches/advisors or team officials cannot expect to get notified on "warnings". However a description on the "warning" will be included in the score sheets for the team.

## Finality of Decisions

---

By participating in DAFF Competitions, each team agrees that judges' decisions are final and will not be subject for further review. Each team acknowledges the necessity for the judges to make prompt and fair decisions in competitions and each team therefore expressly waives any legal, equitable, administrative or procedural review of such decisions.

## General guidelines

---

Participants must start in the competition area and teams may line up anywhere inside the competition area. Athletes must have at least one foot, hand or body part (other than hair) on the performing surface when the routine begins.

***Exception:*** Athletes may have their feet in the hands of base(s) if the base(s) hands are resting on the performing surface.

Competition officials, judges, coaches and athletes may stop a routine if injury occurs.

If a routine is interrupted (music, injury etc.), the team may stop or continue the routine. The head judge will determine if the team will perform the routine again, if the team will be evaluated on the routines entirety or from the point where the interruption occurred.

# COMPETITION RULES CHEERLEADING, GROUP STUNT, PARTNER STUNT

## General Cheerleading Safety Rules & Routine Requirements

---

See ECUs Competition Rulebook **page 23**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

### Level 1

---

See ECUs Competition Rulebook **page 27-30**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

### Level 2

---

See ECUs Competition Rulebook **page 31-34**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

### Level 3

---

See ECUs Competition Rulebook **page 35-39**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

### Level 4

---

See ECUs Competition Rulebook **page 40-45**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

### Level 5

---

See ECUs Competition Rulebook **page 46-49**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)



## **Level 6**

---

See ECUs Competition Rulebook **page 50-53**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

## **Glossary of terms**

---

See ECUs Competition Rulebook **page 13-22**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

# COMPETITION RULES PERFORMANCE CHEER

## General Rules (Choreography/Costuming, Props and Category definitions)

---

See ECUs Competition Rulebook **page 74-76**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

## Specific rules for Freestyle Pom (Junior & Senior)

---

See ECUs Competition Rulebook **page 77**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

## Glossary of terms

---

See ECUs Competition Rulebook **page 72-73**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)

## Score sheet

---

See ECUs Competition Rulebook **page 86**: [https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020\\_ECU\\_competition\\_rulebook-1.pdf](https://www.cheerunion.eu/wp-content/uploads/2019/12/2020_ECU_competition_rulebook-1.pdf)