

POINTTABEL



POM

Pointtabel (Pom)



Kategori-definition:

En pom-rutine indeholder brug af Pom Motion-teknik, som er skarp, clean og præcis, med tekniske elementer kendt fra Jazz, Hip Hop og High Kick. Der lægges vægt på gruppe-udførelse, hvilket inkluderer synkronisering, ensartethed i bevægelser og ens afstand mellem udøvere i formationer. Koreografi i en dynamisk og effektiv pom-rutine fokuserer på musikalitet, iscenesættelse af visuelle elementer gennem kreative og flydende overgange, niveauer og grupper i forlængelse af kompleksiteten af bevægelser og skills.

Uniformer/kostumer skal reflektere kategori-stilen.

Se eventuelt scoresheet for mere information.

Bemærk:

Det er påkrævet at anvende poms gennem hele rutinen.

Point tildeles under hver kategori på scoresheet'et (technical execution (30%), group execution (30%), choreography (30%) og overall effect (10%)) ud fra nedenstående pointtabel:

POOR		AVARAGE		VERY GOOD		OUTSTANDING
4	5	6	7	8	9	10
	NOT ESTABLISHED		GOOD		EXCELLENT	

Pointtabellen skal anses for værende vejledende

Pom Terms



TECHNICAL ELEMENTS:

AERIAL	FIREBIRD, RING LEAP	RENVERSÈ
A LA SECONDE TURN	FOUETTÈ	RONDE DE JAMBE
ARABESQUE	GRAND JETÈ	SAUTÈ
ATTITUDE	HERKIE	SAUT DE BASQUE
AXEL	HURDLER	SOUS-SUS
BATTEMENT	KICK	SOUTENU
BOURRÈE	LEAP TO SECOND	SPOT, SPOTTING
C-JUMP	PAS DE CHAT	SWITCH LEAP
CABRIOLE	PASSÈ	TENDU
CALYPSO	PENCHÈ	TILT, TILT DROP
CHAINÈ	PIROUETTE	TOE TOUCH
COUPÈ	PIQUÈ	TOUR EN L'AIR
DÈVELOPPÈ	PLIÈ	
DISC	RELEVÈ	

POM TERMS:

CLAP
DAGGERS
HALF T, T-MOTION
CANDLESTICKS
BUCKETS
HIGH V
LOW V
TOUCHDOWN
KARATE
L
DIAGONAL
CHEERIO
CLEAN

STAGE DIRECTIONS:

(FROM ATHLETE'S PERSPECTIVE)
STAGE RIGHT
STAGE LEFT
UPSTAGE
DOWNSTAGE

Pom Terms

International Cheer Union (ICU) har udarbejdet en videodatabase, hvor termer er eksemplificeret med videoer.

Videodatabasen tilgås ved at klikke på dette [link](#).

