Jak na první soutěž:

Chápeme, že první soutěž je vždy a pro každého stresující záležitostí (v jakémkoliv sportu) a proto jsme pro Vás připravili malý tutoriál.

Top Dance Prague je členem a naši členové mohou soutěžit ve dvou soutěžních svazech:

- **Svaz učitelů tance** (SUT – www.sut.cz).
  Svaz učitelů tance – dále jen SUT je členem World Dance Council (WDC) a jeho záběr je větší. Nemá tolik soutěží pro páry, víc ale pořádá soutěže synchro, duo, sólo, carribian, paradance a další…
- **Český svaz tanečního** sportu (ČSTS – www.csts.cz)
  Český svaz tanečního sportu – dále jen ČSTS je členem World Dancesport Federation (WDSF), a ač pořádá i soutěže Synchro a sólo, doménou jsou především párové soutěže.

Co je nutno udělat, než začnete soutěžit:

1. **Přihlášení do svazu** – pro přihlášení do SUT či do ČSTS nás kontaktujte alespoň tři týdny před svou první soutěží na manazer@topdanceprague.cz a my Vám pošleme veškeré potřebné informace k přihlášení a zaplacení členského příspěvku. Informační ceny členství v jednotlivých svazech naleznete ZDE.

2. **Doložení zdravotní způsobilosti** – opět na vyžádání pošleme formulář k vyplnění u Vašeho obvodního lékaře. Jedná se o prohlídku, která má ověřit, že Vaše tanečnice/tanečník, nemá skrytý problém, který by ji mohl při soutěžním výkonu ohrozit. Vyplněný formulář (ke stažení ZDE) můžete předat svému lektorovi. Pozor, povinné jsou i kontrolní prohlídky s ročním intervalem.

3. **Druhy tanců a věkové kategorie**
   - **Typ tanců** – soutěžící budou tančit některé ze soutěžních tanců (Waltz, Tango, Valčík, Slowfox, Quickstep, Polka, Samba, Cha-cha, Rumba, Paso–doble, Jive). Které tance budou tančit se různí podle věkové kategorie.
   - **Věkové kategorie –** jsou stejné jak pro SUT tak pro CSTS najdete ZDE podle věkových kategorií pak soutěžní tance v ČSTS najdete tamtéž na str. 9 (§11 Soutěžní tance).
   - **Doporučení co zvolit na začátku (kde začít)**
     - v SUT doporučujeme začít kategorií **HOBBY**, v SUT můžete soutěžit v latinsko-amerických tancích zvlášť (tj. můžete vyrazit třeba jen na cha-chu). V soutěžích pod tímto svazem lze vyzkoušet i karibské tance (salsu, bachatu, či merengue).
     - v ČSTS se začíná výkonnostní kategorií **TPV** (tanec pro všechny) a mohou souběžně tančit i kategorii E, kde už sbírají body na postup do vyšších výkonnostních kategorií. Párům bychom doporučovali začít soutěžemi TPV a při lepších výsledcích pak začít soutěžit i v **kategorii E**. Kategorie TPV se týká i soutěží SYNCHRO (dvě dívky spolu vedle sebe – synchronně), DUO (dvě dívky synchronně, s tím, že až 1/3 tance může být komplementární (změna pozic, různé pozice, vzájemná komunikace)) a SOLO (samotné dívky).

4. **Přihlášení na soutěž** – Přihlašování na soutěže je časově omezeno, ve čtvrtek večer před soutěží se uzavírá a poté se není možno již přihlásit. Pokud je již uzavřeno i odhlašování je nutné dát vědět přímo pořadateli soutěže důvod neúčasti. Oficiální časový plán se v kalendáři soutěží objeví vždy během pátku.

   Propozice soutěže jsou všechny informace o vypsaných soutěžích včetně seznamu přihlášených na jednotlivé soutěže, Před přihlášením zkontrolujte, jestli je na vybrané soutěži Vaše výkonnostní třída! Propozice soutěží jednotlivých svazů naleznete:

- Pro **SUT** (Svazu učitelů tance) - ZDE - pro přihlášení na soutěž je nutno být registrován na webu (SUT – www.sut.cz). Po registraci je možno se přihlašovat na soutěže přímo z propozic soutěží.

- Pro **ČSTS** (Český svaz tanečního sportu) - ZDE **přihlášení na soutěže ČSTS** probíhá na stejné stránce, jen vyberete „přihlášení na soutěž“. Na to ale budete potřebovat účet na webu ČSTS (Českého svazu tanečního sportu), což Vám automaticky nabídne při první pokusu o přihlášení. Pro vytvoření účtu potřebujete **IDT** to je identifikační číslo člena ČSTS a tanečník či tanečnice ho získá zaplacením příspěvků (k vyřízení přes Top Dance Prague: manazer@topdanceprague.cz). Po zaplacení členského příspěvku Vám přijde registrační karta s čárovým kódem a na ní je IDT napsáno. Identifikační číslo IDT je pak základem komunikace se svazem, přihlašování na soutěže a případné odhlašování, pod tímto číslem jsou vedeny výsledky ze soutěží atd. Karty je proto třeba vždy vozit s sebou na soutěž. Pozor, mezinárodní svaz (WDSF = World Dance Sport Federation) má svůj vlastní systém a pokud pojedete poprvé na mezinárodní soutěž (např. Prague Open), budete potřebovat **registrační číslo WDSF**. Opět vyřizujte přes Taneční školu – poradíme jak na to.

5. **Před soutěží:** na soutěž se vyplatí si přivstat a ideálně si vše připravit den předem (oblečení, obuv, registrační kartu, potřeby na česání / líčení), ať je vše v co největším poklidu. Doporučujeme se učesat a případně jemně nalíčit už doma. Na soutěž je dobré dorazit alespoň hodinu, hodinu a půl před koncem prezence, či předpokládaným začátkem Vaší soutěže (např. Děti-II Stt), ať je čas na vše potřebné: **zaprezentování** (u vstupu zaplatíte startovní poplatek a dostanete doklad, který předáte u stolku označeného „prezence“. Tam pořadatelé načtou obě Vaše IDT do systému a vydají Vám startovní číslo), rozhýbání, zahřátí, roztančení, oblečení, atd. Velmi nepříjemné je, když jeden z páru dorazí včas a druhý na poslední chvíli, pak vznikají konfliktní situace a odnese to i taneční výkon a výsledek. Je zvykem, že pokud vás na soutěž doprovází trenér, mu zaplatit vstupné na soutěž.

   Párů se na soutěži sejde větší množství a systémem postupů zpravidla snižuje počet účastníků do vyšších kol na cca polovinu až do 4-6ti členného finále. Páry, dvojice, či sólo dívky bývají vyhlašovány, ale jistotou jsou presenční listiny, které bývají vyvěšeny často u vchodu do sálu a je na nich i ve které skupině pár tancuje. Pak už zbývá jen počkat na Vaši soutěž a být připraven na nástup párů před soutěží.

6. **Další rady na soutěž:**
   - jak již bylo zmíněno, soutěžní klání je stresem samo o sobě (i v šachách☺), tak je zbytečné přidávat si další hledáním bot, sháněním pití na poslední chvíli, hledáním partnera/partnerky svačící ve foyer atd.
   - Tancování je (zpravidla) párový sport a to s sebou nese nutnost spolupráce a mimo jiné i např. registrace obou IDT (partnera a partnerky, či obou děvčat).
   - Nenastoupíte na tanec – nebudete za něj hodnoceni (a to, i když na posledních 20 sekund přiběhnete).
   - Uvidíte-li při soutěži porotce, jehož už znáte, nevrhejte se na něj, on se s Vámi bavit nesmí.
   - Účastníci podávají sportovní výkony a je dobré tomu (alespoň při soutěži) podřídit jídelníček a pitný režim. Hodně pít, lehčí jídla s množstvím snadno stravitelných cukrů jsou nejlepší. Ovoce, pečivo se šunkou je mnohem lepší, než knedlo-vepřo-zelo se šesti a sycená přeslazená limonáda.
   - Na soutěži už nikdo nic nenatrénuje, tam je důležité si ji užít a zatancovat pro diváky. Stresovat se výsledkem je také zbytečné, předveďte svůj nejlepší výkon a ohodnocení se dostaví. Pokud pak nejste spokojeni, makejte na tréninku. Hodně štěstí😊

TOP DANCE PRAGUE
www.topdanceprague.cz

zpracoval Ing. Jindřich Činčura - hlavní trenér Top Dance Prague Team