



DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE PRAHA 2

Slezská 920/21, 120 00 Praha 2 - Vinohrady



TS LEVEL UP DDM PRAHA 2

ZUMBOVÁNÍ PODLE LEKTORA 29. 11. 2026



ZÁKLADNÍ INFORMACE:

DATUM A ČAS KONÁNÍ:

29. listopadu 2026 od cca 9:00 hod. (bude upřesněno), konec závisí na obsazenosti kategorií

MÍSTO:

Dům dětí a mládeže Praha 2 (Slezská 920/21, Praha 2 – Vinohrady)

KONTAKTNÍ OSOBA:

Adéla Dvořáková – adela.dvorakova@ddm-ph2.cz ; 607 110 048

VYPLNĚNÍ A UZÁVĚRKA PŘIHLÁŠEK:

Přihlášku zašlete vyplněnou na e-mail: adela.dvorakova@ddm-ph2.cz , pokud Vám nedorazí do tří dnů potvrzení přihlášky, volejte na tel.: 607 110 048.

Uzávěrka přihlášek ve čtvrtek 19. listopadu 2026 nebo po naplnění kapacity (30 tanečníků v kategorii)

STARTOVNÉ:

100,- Kč/za tanečníka – placeno v den startu hotově u prezence

EST. 2019

Slezská 920/21, 120 00 Praha 2 - Vinohrady

č. ú.: 31534021/0100

reditel@ddm-ph2.cz

+ 420 222 251 572

+420 602 614 384

IČ: 452 45 924

PROPOZICE

Soutěž probíhá v tanci jednotlivců, kteří tančí dle lektora a snaží se správně technicky a co nejvěrněji zachytit a zatančit předvedenou sestavu.

1. VĚKOVÉ KATEGORIE

- DĚTI: 6–10,99 let
- JUNIOŘI: 11–14,99 let
- MLÁDEŽ: 15–25,99 let

Pro zařazení do příslušné kategorie je rozhodující rok narození tanečníka, tzn. věk, kterého dosáhne tanečník v daném roce, kdy se soutěž koná.

Příklad: ročník 2016 = kategorie DĚTI (v roce 2026 dosáhne 10 let), ročník 2012 = kategorie JUNIOR (v roce 2026 dosáhne 14 let), ročník 2011 = kategorie MLÁDEŽ (v roce 2026 dosáhne 15 let).

Za zařazení do příslušné kategorie zodpovídá vedoucí kolektivu nebo zákonný zástupce dítěte, který tanečníka přihlásil, popř. tanečník sám.

Maximální počet tanečníků v každé kategorii je 30.

2. POROTA A HODNOCENÍ SOUTĚŽE

Porota bude složena z 5 členů, trenérů tance, kteří působí, dlouhodobě působili v oblasti tance nebo se aktivně účastní soutěží.

Soutěž bude probíhat dvoukolově. Z prvního kola postoupí polovina tanečníků do dalšího kola. Přičemž polovině z této půlky porotce uděluje 2 body (preferovaná polovina) a polovině 1 bod (méně preferovaná polovina na postup). V případě shody má právo určení postupujícího hlavní rozhodčí.

Ve finále rozhodčí přiřadí závodníkům pořadí 1.-x. místo. Výsledné umístění vznikne ratingem těchto umístění (vítězem je tanečník s nejmenším součtem).

HLAVNÍ KRITÉRIA HODNOCENÍ

TECHNIKA

Hodnotí se správná technika nášlapů, pohybu dolních a horních končetin a celkové držení těla při tanci. Dále správné provedení jednotlivých prvků a směřování rotací. Hodnocení snižují např. hyperextenze v kolenou, hyperlordóza bederní či hrudní páteře nebo naopak shrbená záda, zvedání ramen, nekoordinované pohyby končetin atd.

DYNAMIKA

Posuzuje se energie, s jakou tanečníci předváděnou sestavu kopírující, a zda dokážou reflektovat jistá zpomalení či zrychlení v sestavě. Toto kritérium zahrnuje také prokázání rovnováhy při rotacích všeho druhu, jejich „ostrost“, tedy správné zastavení (dokončení rotace) před začátkem dalšího pohybu.

PLYNULOST (DŘÍVE ZACHYCENÍ PŘEDVEDENÉHO)

Posuzuje se, zda tanečníci jednotlivé úseky, příp. celou předvedenou sestavu tancují nepřerušovaně, bez evidentních výpadků paměti, případně jiných narušení plynulosti. Kritérium se vztahuje nejen na plynulý pohyb těla, ale také horních a dolních končetin a v rotacích.

VÝRAZ

Při hodnocení výrazu sledují porotci hlavně výraz obličeje, pozitivní emoce a radost z tance. Pozitivně může být hodnoceno také navázání kontaktu s diváky v průběhu tance. Výraz by neměl být přehnaný a nijak teatrální. Hodnocení povyšuje fakt, že tanečníci vnímají své okolí, snaží se vyhnout případným srážkám s dalšími tanečníky a nenechají se plně pohltit soustředěním na choreografii.

MEZI VEDLEJŠÍ KRITÉRIA PATŘÍ:

Flexibilita = hodnotí se rozsah pohybu ve velkých kloubech.

Vzhled = hodnotí se oblečení, které musí zakrývat intimní části těla, ale musí zároveň dobře umožňovat pohyb. Negativně se hodnotí dres, který je příliš krátký, (jsou vidět intimní části), je neupravený nebo špinavý, či celkově nevhodný pro tanec. Obuv by měla být vhodná pro tento typ sportu. Vlasy upravené pro pohyb, např. svázané do culíku.

**ROZHODUJÍCÍ VLIV NA HODNOCENÍ MAJÍ PŘEDEVŠÍM
HLAVNÍ KRITÉRIA.**

3. PŘEDCVIČUJÍCÍ LEKTOŘI PRO KATEGORIE

Milan Nevosad (kategorie JUNIOR + MLÁDEŽ)

Milan je cca 196 cm vysoký tanečník a lektor zumbby, které se věnuje již více než 10 let. Jeho lekce jsou plné energie a do svých playlistů rád zařazuje jak zumba songy, tak také komerční a popové songy. Kromě zumba lekcí se s Milanem můžete potkat také na horách, protože na lyžích mu to jde stejně dobře jako na parketu.



Eliška Jarošová (kategorie DĚTI)

Eliška se zumbě věnuje už 15 let. Začínala jako klientka, ale po narození dcery se rozhodla díky podpoře okolí pro kurz lektora ZUMBY. Od roku 2021 vede lekce zumbby v Mladé Boleslavi. Za tu dobu absolvovala spoustu školení a měla příležitost čerpat zkušenosti i na zahraničních workshopech. Ráda organizuje zumba víkendy, které jsou vždycky skvělé, a hlavně velmi žádané. V roce 2024 se jí narodil syn, což znamenalo roční pauzu od zumbby. Návrat na sál byl ale více než úžasný, a teď si každou lekci užívá snad ještě víc než dřív. Zumba je její letitá láska.



4. DISKVALIFIKACE

Tanečník může být diskvalifikován za nesportovní či vulgární chování, za formální chyby v přihlášce či za špatné zařazení do věkové kategorie.

5. OCENĚNÍ

Drobnou odměnu a účastnický list si odnese každý tanečník, který se soutěže zúčastní. Finálová umístění v každé kategorii obdrží diplom a věcnou odměnu a první tři umístění medaili.

ZMĚNA PRAVIDEL VYHRAZENA.



ZÁROVEŇ INFORMUJEME, ŽE ORGANIZÁTOR BUDE AKCI PRŮBĚŽNĚ FOTOGRAFOVAT A NATÁČET, ABY Z NÍ MOHL BÝT VYPRACOVÁN VÝSTUP A TANEČNÍCI MĚLI PAMÁTKU.



Slezská 920/21, 120 00 Praha 2 - Vinohrady

č. ú.: 31534021/0100

reditel@ddm-ph2.cz

+ 420 222 251 572

+420 602 614 384

IČ: 452 45 924

EST. 2019