

CONCOURS INTERNE DEFIDANSE
Et « SELECTION » POUR LE CONCOURS CND AVEC LES
IMPOSEES CND

LIEU : SALLE DES FETES

**LES ELEMENTS TECHNIQUES DE LA NOMENCLATURE JAZZ DOIVENT ETRE INCLUS
DANS LES CHOREGRAPHIES**

JAZZ - NOMENCLATURE

SOLO, TEMPS = 1 mn 30 ou 2 mn (Maximum)

*** PREPARATOIRE : 8 - 11 ans**

*PAS DE BOURREE - KICK BALL CHANGE - CONTRETEMPS - CHANGEMENT DE DIRECTIONS - PIVOT -
STEP-PIVOT - ISOLATIONS SIMPLES - 1 PIROUETTE EN PARALLELE - DEPLACEMENTS (MARCHES -
COURSES - CHASSES - GLISSES - SAUTES) - DETOURNE.*

*** CATEGORIE 1 : 10 - 12 ans**

*PAS DE BOURREE - KICK BALL CHANGE - CONTRETEMPS - CHANGEMENT DE DIRECTIONS - PIVOT -
STEP-PIVOT - ISOLATIONS SIMPLES - 1 OU 2 PIROUETTES EN PARALLELE - DEPLACEMENTS (MARCHES -
COURSES - CHASSES - GLISSES - SAUTES) - SAUTS - EQUILIBRES - PASSAGE AU SOL - DETOURNE -
PIQUE SANS TOURNER.*

*** CATEGORIE 2 : 12 - 14 ans**

*PAS DE BOURREE AVEC CHANGEMENT DE DIRECTIONS - CONTRACTIONS - 2 OU 3 PIROUETTES EN DEHORS ET EN DEDANS -
DEVELOPPES - CHANGEMENT D'ESPACE, DE NIVEAUX, DE DYNAMIQUE, DE QUALITES - HINGE A GENOUX - EQUILIBRES -
DESEQUILIBRE - DRAG - TRIPLETTE - DEBOULE - PIQUE EN TOURNANT.*

*** CATEGORIE 3 : 14 - 16 ans**

*EQUILIBRES DESAXES - HINGES - TOURS SUR L'AXE ET HORS DE L'AXE - ISOLATIONS (DAUPHIN, SNAKE) - TOURS A GENOUX -
DEVELOPPES, TILT, LAY OUT - SAUT - GRANDS SAUTS - PASSAGE AU SOL - NESS AROUND ECART AMERICAIN - SPIRALES -
COORDINATION - DYNAMIQUE DANS L'ESPACE - PRISE DE RISQUE.*

CATEGORIE 4 16 - 25 ans

Tout en mieux et riche de qualités et d'émotions !

DUOS ET GROUPES

<u>PREPARATOIRE</u>	8-11ans	1 mn à 1mn 30
<u>CATEGORIE 1</u>	11 – 14 ans	1mn 30 à 2 mn
<u>CATEGORIE 2</u>	13 –17 ans	1mn 30 à 2 mn 30
<u>CATEGORIE 3</u>	15 – 25 ans	1 mn 30 à 2mn 30

BONNE PREPARATION A TOUS