# Regelsæt 2026

**Rangliste Turneringer under**
**IDO Danmark**
**Gældende fra 1. januar – 31. december 2026**

# IDO Danmark

Udgivet januar 2026 af IDO Danmark

De Danske Danseskoler
Håndværkervænget 10
3400 Hillerød

4826 5650
Mail@dedanskedanseskoler.dk
www.dedanskedanseskoler.dk

**Ranglister:** **Udtagelse af internationale DDD dansere til EM, VM og Cups.**

**Kun Dansere der står på ranglisten i solo kan udtages i solo.**

**Kun dansere der står på ranglisten i duo kan udtages i duo.**

**Kun grupper der står på ranglisten i groups kan udtages i groups.**

IDO Danmark arrangerer 3 ranglister i 2026 (se DDD`s turneringsplan)

Udtagelse til IDO turneringer i maj, juni, juli og aug.= 1.+ 2. rangliste. Udtagelse til IDO turneringer i sep., okt., nov., og dec. = 3 rangliste + den bedste placering af 1. og 2. rangliste. Ved a point, er det placeringen ved den sidst afholdte rangliste turnering, der prioriteres højest. Alle ranglistepoint nulstilles pr. 1. januar.

Ved skader er det op til IDO Danmark evt. at give dispensation.

**Discipliner:**

**Disco:** Solo – Duo – Groups (3-7 pers.) Bemærk at duo voksne er delt i 2 kategorier: 1. Female-Female 2. Female-Male eller Male-Male.(disco og show)

**Disco Freestyle:** Solo for junior og voksne

**Disco Slow**: Solo for børn, jun.1, jun.2 og voksne.

**Show Dance:** Solo – Duo – Groups (3-7 pers.)

**Modern:** Solo – Duo – Groups (3-7 pers.)

**Street Dance Show:** Solo – Duo – Groups (3-7 pers.)

**Hip Hop:** Solo – Duo – Groups (3-7 pers.)

**Hip Hop Battle:** Solo - Crew

**Breaking:** Solo - Crew

**Popping:** Solo - Duo.

**Latin Style:** Solo

**Tid og Tempo:**

Disco Dance solo og duo 30 sek./1 min./1 min. 136-140 bpm.
Disco Dance groups 1.30 min. 136-140 bpm
Disco Freestyle 30 sek./1 min./1 min. 136-140 bpm.
Disco Slow: 30 sek./1 min. /30 sek. 68-72 bpm.
Show Dance/Modern solo og duo 1.45 – 2.15 min. (egen musik)
Show Dance/Modern groups 2.30 – 3.00 min. (egen musik)
Street Dance Show solo og duo 1.45 – 2.15 min. (egen musik)
Street Dance Show/Disco Show groups 2.30 – 3.00 min. (egen musik)

Hip Hop solo 1 min./1 min. 108-112 bpm /1 min. 90-100 bpm.
Hip Hop duo 1min./1min./1min. 108-112 bpm
Hip Hop groups 1.30 min. 108-112 bpm.
Hip Hop Battle (se IDO rules)
Breaking (se IDO rules)
Popping solo 1 min./1 min./1 min. frit tempo./ DUO 124-132 bpm

**EGEN MUSIK skal sendes til udvalget ved tilmeldelse i mp3 min. 196 kb.**

**Deltagere:**

**Solo:** Star - og Superstar dansere der har deltaget i mindst en turnering i sæson 2025/2026 i DDD`s Internationale rækker i **solo. (Disco, Hip Hop og Slow)**

**Duo**: Star - og Superstar dansere der har deltaget i mindst en turnering i sæson 2024/2024 i DDD`s Internationale rækker i **duo. (Disco og Hip Hop)**

**Groups:** Alle DDD`s dansere.

**Adult 2.** Hip Hop og Disco Dance kun i Groups (3-7 pers.) ingen alders dispensation.

**Minikids:** Alle DDD's dansere. (Disco og Hip Hop)

Alle deltagere skal være tilmeldt og modtage ugentlig holdundervisning i turneringsdisciplinen på en danseskole under DDD, De Danske Danseskoler.

## Regler for udskiftning af danser i Groups:

**Dansere der deltager ved gruppens første rangliste er den oprindelige group.**

Der må højest udskiftes **en danser efter 1. rangliste**, reservedanseren, skal være tilmeldt og modtage ugentlig hold undervisning i turneringsdisciplinen på en danseskole under DDD, De Danske Danseskoler.
Gruppen må dog danse med en person mindre end det fra starten tilmeldte antal navngivende dansere.
Dvs. at det er forbudt at ændre flere navne fra rangliste til rangliste.
Sker dette, vil opnåede point bortfalde.

Ved skader er det op til turneringslederen evt. at give dispensation for flere udskiftninger i gruppen.

## Aldersinddeling 2026:

Minikids årgang 2018 og efter - solo/duo/groups

Børn årgang 2014 og efter – solo/duo/groups

Junior 1 årgang 2012-2013 – solo/duo

Junior 2 årgang 2010-2011 – solo/duo

Junior årgang 2010-2011-2012-2013 - groups

Voksne årgang 2009 og før – solo/duo/groups (Disco solo deles i ungd.-voks.)

Adult 2. årgang 1995 og før - groups (ingen dispensation)

Dispensation for alder i Duo og Groups se IDO rules.

## Akrobatik:

Akrobatik er figurer hvor kroppen drejer om sin egen længde-akse.

**Disco Dance**: IKKE tilladt

**Disco Slow:** er tilladt, såfremt der er tale om små akrobatiske øvelser hvor

dele er kroppen er i kontakt med gulvet.

Dette er dog kun tilladt i rundens midterste minut.

**Disco Freestyle**: SKAL indgå

**Show Dance**: Er tilladt

**Street Dance Show**: Er tilladt for junior og voksne.

**Street Dance show**: Er tilladt for børn, hvis en del af kroppen har kontakt med gulvet, danseren må ikke få fysisk support af andre dansere.

**Hip Hop**: Er tilladt for junior og voksne.
**Hip Hop**: Er tilladt for BØRN, hvis en del af kroppen har kontakt med gulvet, danseren må ikke få fysisk support af andre dansere.

**Breaking**: Er tilladt

**Løft:**

Løft er figurer hvor begge fødder er væk fra gulvet med hold/støtte/hjælp fra en eller flere personer.

**Disco Dance**: IKKE tilladt

**Show Dance:** Er tilladt

**Street Dance Show**: Er tilladt

Hip Hop: IKKE tilladt

**Disco**: Jumpover er ikke tilladt i de første 30 sek. og i det sidste minut i Disco. Det er kun tilladt i det midterste minut.

Jump in one-hand-hold betragtes ikke som et løft.

**Popping**: Er tilladt i duo

**Påklædning:**

Tøjet må ikke bære danseskolereklamer og/eller anstødene tekst/billeder under selve turneringen.
Tøjet skal være tilpasset danserens alder, de intime kropsdele skal være dækket helt af ikke transparent/hudfarvet materiale.
*se IDO regler på hjemmeside ido-dance.com*
Løse dele som ærmer, hatte, tørklæder, jakker m.m. må ikke smides væk under dansen.
Perle frynser af glas (bead drops) o.lign. er strengt forbudt på turneringsdragter.

**Rekvisitter:**

Er ikke tilladt i Hip Hop og Disco Dance (se Ido regler)
Er tilladt i Show Dance og Street Dance Show.
Opsætning og nedtagning:
Solo/duo 15 sek., groups 25 sek.

**Afvikling:**

1.-2. runde - ¼ finale – semifinale og B-A finaler.
Ingen præmier, 3/5 dommere.
Turneringslederen kan ændre i turneringsafviklingen på dagen.

**Point:**

Følgende point tildeles danserne ved hver rangliste:

| | |
|---|---|
| 1. runde | 1 point |
| 2. runde | 2 point |
| ¼ finale | 3 point |
| semi - finale | 4-15 point |

**Udtagelse:**

Der udtages efter invitation fra arrangøren under IDO:

SOLO Female/Male

DUO

GROUPS/CREW

Når en danser i solo og/el. duo har sagt **JA** til EM/VM (Disco og Hip Hop), skal denne danser straks i efterfølgende konkurrere i International Super Star rk. Enten i solo eller duo og kan ikke rykke tilbage til Star rk. Dette gælder også for Disco Slow.
Dog kan alle dansere ved oprykning til ny alders kategori pr. 1.jan. 2026, skifte fra Superstar til Star.

Star dansere der deltager i IDO cups beholder deres status.

DDD dansere der deltager i IDO approved events beholder deres status.

Forsvarende EM og VM mestre *–se IDO regler på hjemmeside ido-dance.com.*

Wildcards *–.se IDO regler på hjemmeside ido-dance.com.*

Ved ranglisterne kan der ligeledes være udtagelse i andre IDO discipliner.

**Couple dances:**

**Ranglisterne vil fremover være udtagelse til EM, VM og World Cups i Latin Style, medmindre turneringen afholdes før 1. Rangliste.**

IDO arrangerer turneringer i couple Dance, herunder Latin Style.
Ved EM - VM – CUPS udtages det antal invitationen indbyder til gennem IDO Danmark.
HB har vedtaget af danserne kan opstille i andre IDO kategorier / turneringer end dem DDD afholder.
Her sker tilmeldingen til IDO Danmark, som kontrollere at dansen indgår i den rigtige kategori.
Ved tilmelding af flere Solo / Duo / Par / Groups / Formationer end angivet, vil der blive en udtagelse.

**Udeblivelse fra IDO turneringer:**

Dansere der udebliver fra IDO turneringerne uden afbud til IDO Danmark, får ikke den indbetalte Startfee retur og vil samtidige få et års karantæne.
Ved sygdom eller anden akut udeblivelse skal dette altid meddeles til IDO- repræsentant ved turneringen.
Erfarer IDO Danmark at en danser gentagende gange sygemeldes ved IDO turnering kan dette give et års karentæne.

**Årlig registerings-fee:**

Alle dansere i Solo – Duo – Groups – Formationer samt Large Produktions, skal indløse en årlig registrerings-fee à kr. 280,- som indbetales til IDO Danmark ved udtagelse til danserens første internationale IDO turnering i 2026 samt et årligt administrationsgebyr for internationale dansere til IDO Danmark på kr. 100,- for 2026, i alt kr. 380,-

**Start-fee:**

Alle dansere der deltager i en IDO turnering skal betale start-fee til IDO udvalget på kr. 280,- per turnering ved udtagelsen.
BEMÆRK – Hip Hop Battle/Breakdance er en turnering for sig og det samme gælder for Disco Slow.

Reg.Fee & Startfee i alt kr. 660,- ved danserens første turnering i 2026.

**Etik:**

Det er danseskolens ansvar at dansere – forældre og danselærere, der deltager til Ranglister og IDO turneringer, altid udviser god opførelse (se IDO regler)
Det er ikke tilladt at henvende sig til dommere og andre officials ved Ranglister og IDO turneringer. Man skal altid kontakte sin danselærer eller IDO Danmarks repræsentant.
**Tågehorn, fløjter og lignende er ikke tilladt at anvende.** Anvendelse af dette kan i yderste konsekvens medføre bortvisning fra IDO Danmarks turneringer.

**Disqualification/Warnings:** Se IDO's regler.

**Code of Ethics**: Se IDO´s regler

**IND og UD af gulv:** **I solo/duo og groups har danserne max. 10 sek. til at komme på gulvet samt max. 10 sek. til at forlade gulvet, være helt ude eller tilbage på rk.**

**Forsikring:**

Turneringsledelse eller IDO Danmark kan ikke drages til ansvar for uheld ved turneringer/ranglister. Hver danser er forpligtiget til selv, at have tegnet forsikring. Vi opfordrer til at alle danseskoler selv har en lille "lægetaske" med indeholdende eks. plastre – isposer o. lign.

IDO Danmark står ikke til ansvar for rejser og ophold.

Alle dansere/pårørende skal selv tegne forsikringer for dette.