Regelsæt 2026/27

For deltagelse i Internationale rækker under
IDO Danmark
Gælder fra den 1. september 2026 – den 31. august 2027

De Danske Danseskoler
Håndværkervænget 10
3400 Hillerød

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

Turneringer: IDO Danmark Int.Open øst, SM, JM, JM Cup vest, DM. (HH/DD)

SM/JM, DM for Show Dance, Modern/Contemporary, Disco free Style, Popping, Breaking og HH Battle. (Regler som til ranglisterne)

Discipliner: Disco Dance – Star/Superstar: Solo female/male, Duo, female-female (kun voksne), Duo Mix (kun voksne).
Disco Dance – Alle dansere: Groups 3-7 dansere.
Hip Hop – Star/Superstar: Solo female/male, Duo.
Hip Hop – Alle dansere: Groups 3-7 dansere.
Disco Slow – star/superstar – se tillæg på sidste side.
Modern – Rising star/Star/Superstar

Tid & 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 Slow 30 sek./ 1 min/ 1 min. 68 – 74 bpm
Modern – Rising star (nationale dansere) 1 min/ 1 ½ min til organizer musik
Modern – Superstar (internationale dansere)
Hip Hop Solo, 1 min. /1 min. 108-112 bpm /1 min. 90-100-bpm.
Hip Hop Duo, 1 min./1 min./1 min. 108-112 bpm.
Hip Hop Groups, 1.30 min. 108-112 bpm.

Deltagelse i Solo/Duo: Star og Superstar dansere, som er tilmeldt og modtager ugentlig holdundervisning i turnerings-disciplinen på en danseskole under De Danske Danseskoler, DDD.
Internationale Superstar dansere kan ikke deltage i DDD's Nationale turneringer i samme disciplin. (En danser kan godt være int. i Disco og nat. i Hip Hop eller omvendt.)

Star dansere kan deltage i Nationalkonkurrence, dog kun i et mesterskab d.v.s. enten i National SM/JM/DM eller i International SM/JM/DM. Det er muligt f.eks. at danse Nationalt SM/JM og Internationalt DM eller omvendt.

Superstar dansere kan kun deltage i international Superstar række.

Når en danser i solo og/el. duo har sagt **JA** til EM/VM, skal denne danser straks efterfølgende konkurrere i International Super Star rk. i enten solo eller duo og kan ikke rykke tilbage til Star rk.
Dog kan alle dansere ved oprykning til ny alders kategori pr. 1.jan. skifte fra Superstar til Star.

Det er ikke tilladt at skifte fra Star/Superstar til Nationale rækker.

En danser deltager I egen kategori i solo og I højeste kategori I duo.

Aldersinddeling i Solo/Duo: : 2026/2027 .

Minibørn	
Børn	Børn 2014 og efter/2025
Jun.1	Jun.1 2013-2012
Jun.2	Jun.2 2011-2010
Voks.	Voks. 2009 og før

Duo danses altid efter den ældste dansers alder.
Disco Dance solo deles i ungdom og voksne.

Deltagelse i Groups:

Alle dansere som er tilmeldt og modtager ugentlig holdundervisning i turnerings-disciplinen på en danseskole under De Danske Danseskoler DDD.

Aldersinddeling i Groups: : 2026/2027: .

Børn	Børn 2014 og efter
Junior	Junior 2010-11-12-13
Voksen	Voksen 2009 og før
Adult 2	Adult 2 1995 og før

Akrobatik:

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

IKKE tilladt i Disco Dance.

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

Løft:

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

IKKE tilladt i Disco Dance
IKKE tilladt i Hip Hop

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.

Påklædning: Tøjet må ikke bære danseskolereklamer og 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. Perlefrynser af glas o.lign. er forbudt på dansetøjet.

Rekvisitter: Det er ikke tilladt at danse med rekvisitter, f.eks. sol/image briller,masker m.m.

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.
Dansere og pårørende skal selv tegne forsikring for dette.

Etik: Det er danseskolens ansvar at dansere – forældre og danselærere der deltager til IDO Danmark turneringer altid udviser god og proper opførsel jf. IDO´s code of ethics.
Tågehorn, fløjter og lignende er ikke tilladt at anvende. Anvendelse af dette kan i yderste konsekvens medføre bortvisning fra IDO Danmarks turneringer.
Det er ikke tilladt at henvende sig til dommere og andre officials ved IDO Danmark turneringerne, man skal altid kontakte danseskolens repræsentant.

Regler for plagiat er under udarbejdelse og forventes tilføjet så hurtigt som muligt.

Afvikling:

SOLO/DUO

SUPERSTAR

1. runde	(op til 6 dansere/par pr.pulje)
Kvartfinale	(op til 6 dansere/par pr.pulje)
Semifinale	(2 dansere/par pr.pulje)
Finale	(solo-runde)

STAR

1. runde	(op til 6 dansere/par pr. pulje)
Kvartfinale	(op til 6 dansere/par pr. pulje)
Semifinale	(op til 6 dansere/par pr. pulje)
Finale	(op til 6 dansere/par pr. pulje)

I solo/duo danses 30 sek. i Disco/1 min. i Hip Hop fælles præsentation til start, 1 min. i den midterste runde og 1 min. fælles til sidst.
Jumpover er kun tilladt i det midterste minut i Disco Duo.

Groups:

1. runde	(2-3 grupper pr. pulje)
Finale	(solo- runde)

Turneringslederen kan til en hver tid ændre på turneringsafviklingen.

Præmier: Alle finalister præmieres.

Disqualification/Warnings – se IDO's regler.
Code of ethics – se IDO's samt DDD'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 og være helt ude eller tilbage på rækken.

TILLÆG TIL REGELSÆT FOR INTERNATIONALE RÆKKER
sæson 2026/2027.

DISCO SLOW

Turneringer: IDO Danmark International Open øst, SM, JM, JM Cup vest, DM.

Discipliner: Disco Slow SOLO for Børn – Junior 1 – junior 2 – Voksen

Musik: Der danses til IDO Danmarks musik 68-72 bpm.

Afvikling: Der må danses frit på hele gulvet.

Indl. runde: for star:
30 sek. præsentation i store puljer af 12-15 dansere
1 min. i små puljer af 5-6 dansere
1 min. i store puljer af 12-15-dansere

Semifinale for star:
30 sek. alle i et heat
1 min. 3-4 dansere ad gangen
1 min. alle i et heat

Finale for star::
30 sek. alle i et heat
1 min. 2-3 dansere ad gangen
1 min. alle i et heat

Indl. runde: for superstar:
30 sek. præsentation i store puljer af 12-15 dansere
1 min. i små puljer af 5-6 dansere

1 min. i store puljer af 12-15-dansere

Semifinale for superstar:
30 sek. alle i et heat
1 min 2 dansere ad gangen
1 min. alle i et heat

Finale for superstar:
30 sek. alle i et heat
1 min 1 danser ad gangen
1 min. alle i et heat

Aldersinddeling:

Børn	2026: 2014 og efter
Junior 1	2026: 2013 - 2012
Junior 2	2026: 20011-2010
Voksne	2026: 2009

Akrobatik: Er IKKE tilladt – dog tillades små akrobatiske øvelser, hvor en del af kroppens skal være i gulvet, i finalens midterste runde.

Påklædning: Som i andre int. Turneringer i IDO Danmark**.** Se regler for Internationale Rækker.

Rekvisitter: Er IKKE tilladt.

Præmier: Alle finalister præmieres.

Efter deltagelse til EM og VM forbliver DISCO slow danseren i superstar.
IDO Danmark følger IDO's regler i Disco Slow – se IDO's hjemmeside.

Modern Rising Star

Er for de nationale dansere som ønsker at deltage i turnering.
Der danses til organizers musik.
I de store heats danses der i 1 min.
I de mindre puljer danses der i 1 ½ min.

Øvrige regler følger IDO´s regler.