



# DIVISIONS ET NIVEAUX

2026

Championnat Canadien de Pole et  
Aérien

1	Divisions et Niveaux .....	1
2	RESTRICTIONS ET LIMITES DE MOUVEMENTS .....	3
2.1	CATÉGORIES DE <i>POLE SPORT</i> .....	3
2.1.1	Novice .....	3
2.1.2	Novice Elite .....	3
2.1.3	Junior .....	3
2.1.4	Junior Elite .....	3
2.1.5	Entry .....	4
2.1.6	Amateur .....	5
2.1.7	Semi-Pro .....	7
2.1.8	Professional .....	7
2.1.9	Men .....	8
2.1.10	Masters .....	8
2.1.11	Doubles Pole Novice/Junior .....	8
2.1.12	Doubles Pole .....	8
2.2	CATÉGORIES DE <i>AERIAL SPORT</i> .....	8
2.2.1	Aerial Hoop Novice .....	8
2.2.2	Aerial Hoop Novice Elite .....	8
2.2.3	Aerial Hoop Junior .....	8
2.2.4	Aerial Hoop Junior Elite .....	9
2.2.5	Aerial Hoop 1 .....	9
2.2.6	Aerial Hoop Semi-Pro .....	9
2.2.7	Aerial Hoop Professional .....	10
2.2.8	Aerial Hoop Masters .....	10
2.2.9	Aerial Hammock Novice .....	10
2.2.10	Aerial Hammock Novice Elite .....	10
2.2.11	Aerial Hammock Junior .....	10
2.2.12	Aerial Hammock Junior Elite .....	11
2.2.13	Aerial Hammock 1 .....	11
2.2.14	Aerial Hammock Semi-Pro .....	11
2.2.15	Aerial Hammock Professional .....	12
2.2.16	Aerial Hammock Masters .....	12
2.2.17	Aerials Doubles Hoop Novice/Junior .....	12

2.2.18	Aerials Doubles Hoop.....	12
2.2.19	Aerial Specialty Novice Elite.....	12
2.2.20	Aerial Specialty Junior Elite .....	13
2.2.21	Aerial Specialty.....	14
2.3	CATÉGORIES DE <i>ARTISTIC</i> .....	15
2.3.1	Pole Art 1.....	15
2.3.2	Pole Art 2.....	16
2.3.3	Pole Art Professional.....	16
2.3.4	After Hours Floor Flow 1 .....	16
2.3.5	After Hours Floor Flow 2 .....	17
2.3.6	After Hours Pole 1 .....	17
2.3.7	After Hours Pole 2.....	18
2.3.8	After Hours Professional .....	19
2.3.9	After Hours Pole Masters.....	19
2.3.10	Troupes .....	20

# 1 Divisions et Niveaux

## 1.1 DIVISION POLE SPORT

- Novice
- Novice Elite
- Junior
- Junior Elite
- Entry
- Amateur
- Semi-Pro
- Professional
- Men
- Masters
- Doubles Pole Novice/Junior
- Doubles Pole

## 1.2 DIVISION AERIAL SPORT

### AERIAL HOOP

- Aerial Hoop Novice
- Aerial Hoop Novice Elite
- Aerial Hoop Junior
- Aerial Hoop Junior Elite
- Aerial Hoop 1
- Aerial Hoop Semi-Pro
- Aerial Hoop Professional
- Aerial Hoop Masters

### AERIAL HAMMOCK

- Aerial Hammock Novice
- Aerial Hammock Novice Elite
- Aerial Hammock Junior
- Aerial Hammock Junior Elite
- Aerial Hammock 1
- Aerial Hammock Semi-Pro
- Aerial Hammock Professional
- Aerial Hammock Masters

### AUTRES

- Aerials Doubles Hoop Novice/Junior
- Aerials Doubles Hoop
- Aerial Specialty Novice Elite
- Aerial Specialty Junior Elite
- Aerial Specialty Semi-Pro/Professional

## 1.3 DIVISION ARTISTIC

- Pole Art 1
- Pole Art 2
- Pole Art Professional
- After Hours Floor Flow 1
- After Hours Floor Flow 2
- After Hours Pole 1
- After Hours Pole 2
- After Hours Professional
- After Hours Pole Masters
- Troupes

# 2 RESTRICTIONS ET LIMITES DE MOUVEMENTS

## 2.1 CATÉGORIES DE *POLE SPORT*

### 2.1.1 Novice

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge novice. Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Ce niveau est approprié pour toute personne débutant dans la barre, débutant dans les compétitions, ou s'entraînant moins de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice.

*Limites de Mouvements* : Voir la section 2.1.6 des limites de mouvements de *Pole Sport Amateur* s'appliquent.

### 2.1.2 Novice Elite

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge novice. Ce niveau est pour toute personne qui performe ou pratique la pole à un niveau supérieur. Ce niveau est approprié pour toute personne ayant une formation intensive, ceux ayant de l'expérience en compétition, ou s'entraînant plus de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice.

*Limites de Mouvements* :

#### NON AUTORISÉS

- Aucun salto gymnastique depuis une position aérienne (salto avant, salto arrière, saltos rotationnels, roues)
- Fonji/Rev Fonji.

### 2.1.3 Junior

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge junior. Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Ce niveau est approprié pour toute personne débutant dans la pole, débutant dans les compétitions, ou s'entraînant moins de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge junior.

*Limites de Mouvements* : Voir la section 2.1.6 des limites de mouvements de *Pole Sport Amateur* s'appliquent.

### 2.1.4 Junior Elite

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge junior. Ce niveau est pour toute personne qui enseigne, performe ou pratique la pole à un niveau supérieur. Ce niveau est approprié pour toute personne ayant une formation intensive, ceux ayant de l'expérience en compétition, ou s'entraînant plus de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge junior.

*Limites de Mouvements* :

## NON AUTORISÉS

- Aucun salto gymnastique depuis une position aérienne (salto avant, salto arrière, saltos rotationnels, roues)
- Fonji/Rev Fonji.

### 2.1.5 Entry

Ce niveau est destiné à toute personne débutant dans la pole et les compétitions de pole.

#### *Restrictions*

Si vous enseignez le pole fitness, êtes propriétaire d'un studio, avez été rémunéré ou avez performé professionnellement au moment de l'application, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Si vous pouvez exécuter l'un des mouvements restreints, vous devriez postuler pour une division supérieure.

Compétiteurs dans la restriction d'âge adulte.

#### *Limites de Mouvements*

#### *Limites de Mouvements - POSITIONS AÉRIENNES À PARTIR D'UNE GRIMPE, D'UNE SIÈGE OU D'UNE ROTATION*

Si les pieds sont hors du sol, tels que lors d'une grimpe, d'une siège ou d'une rotation, le compétiteur doit toujours garder la tête au-dessus des hanches. Les seules compétences aériennes autorisées sont les sièges de pôle ou les maintiens sous les aisselles. Aucune autre position n'est autorisée en l'air sur le pôle.

## AUTORISÉ

- Grimpe basique
- Sièges de Pôle (pôle entre les jambes avec une ou les deux mains connectées et la tête au-dessus ou alignée avec les hanches et en supination)
- Siège de poignet (pôle entre les jambes)
- Maintien sous les aisselles (les pieds peuvent être libres du pôle, la tête doit rester au-dessus des hanches)

#### *Limites de Mouvements – POSITIONS AÉRIENNES À PARTIR D'UNE INVERSION*

## AUTORISÉ

- Inversions basiques depuis le sol
- Accroches de jambes intérieures/extérieures
- Papillon basique (non étendu)

#### *Limites de Mouvements – NON AUTORISÉES DE TOUTE POSITION*

## NON AUTORISÉ

- Tout autre type d'inversion
- Inversions descendantes
- Inversions aériennes
- Montages aux épaules

- Cupidon
- Génie
- Maintien de la hanche
- Grand écart Jade et variations
- Allegra ou variation
- Equilibres sur les mains, mains courantes
- Ou tout autre mouvement imitant OU DÉPASSANT la force/la flexibilité des mouvements ci-dessus.

#### *Limites de Mouvements – POSITIONS AU SOL*

Si le corps est dans une position d'entrée basée au sol (en contact avec le sol), les positions suivantes sont spécifiquement notées comme autorisées.

#### AUTORISÉ

- Superman (la tête doit rester au-dessus des hanches)
- Equilibre sur les mains (contre le pôle)

### 2.1.6 Amateur

Ce niveau est destiné à toute personne expérimentée dans le pole dance et nouvelle dans les compétitions de pole. Les instructeurs qui débutent dans l'enseignement, ou qui ne peuvent enseigner qu'à un niveau inférieur peuvent concourir à ce niveau.

Le premier objectif des limites de mouvements au niveau Amateur est de rendre ce niveau plus accessible à un plus large éventail de compétiteurs moins expérimentés. Le deuxième objectif est de retirer les mouvements nécessitant une flexibilité et une force extrêmes pour éviter que les athlètes moins expérimentés ne s'entraînent à des compétences au-delà de leurs capacités afin d'obtenir des scores techniques plus élevés. Les compétences incluses dans cette catégorie restreinte sont des compétences qui vont au-delà du niveau moyen de flexibilité ou qui nécessitent des quantités anormales de force pour être exécutées.

#### *Restrictions*

Si vous enseignez le pole, ou un mouvement similaire, à un niveau supérieur, ou si vous avez été payé ou avez performé professionnellement au moment de la demande, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Compétiteurs dans la restriction d'âge adulte.

#### *Limites de mouvements*

Tel que spécifié, ou tout autre mouvement imitant OU DÉPASSANT la force/la flexibilité des mouvements ci-dessous.

#### *Limites de mouvements - MAINS COURANTES ET ÉQUILIBRES*

#### AUTORISÉ

- Descendre dans cette position est acceptable tant que vous êtes déjà en inversion. Pour toutes les positions de jambes, les hanches doivent être au-dessus des épaules.

- Les positions en écart/écart facial sont acceptées tant que les hanches sont au-dessus des épaules.

#### NON AUTORISÉ

Levées aériennes depuis la barre (ne peuvent pas commencer avec les hanches en dessous des épaules).

- Positions de levier.
- Positions de Iron X.
- Levées depuis n'importe quelle position, même en commençant du sol. Cela n'est pas autorisé, pas de Phoenix.

#### *Limites de mouvements – GRIP DU COUDE*

#### AUTORISÉ

- Descendre dans cette position est acceptable tant que vous êtes déjà en inversion. Pour toutes les positions de jambes, les hanches doivent être au-dessus des épaules.
- Les positions en écart/écart facial sont acceptées tant que les hanches sont au-dessus des épaules.

#### NON AUTORISÉ

- Levées aériennes depuis la barre (ne peuvent pas commencer avec les hanches en dessous des épaules).
- Positions de levier.
- Positions de Iron X.
- Levées depuis n'importe quelle position, même en commençant du sol. Cela n'est pas autorisé, pas de Phoenix.

#### *Limites de mouvements – SHOULDER MOUNTS*

#### AUTORISÉ

- Les shoulder mounts aériens vers la barre sont autorisés tant qu'ils ne sont pas maintenus dans une position de levier à aucun moment.
- Les levées shoulder mounts depuis le sol ou la barre sont autorisées.

#### NON AUTORISÉ

- Pas de positions de levier, les hanches doivent rester au-dessus des épaules dans la présentation.

#### *Limites de mouvements – FLEXIBILITÉ EXTRÊME*

#### AUTORISÉ

- Les positions de présentation en écart facial sont autorisées mais interdites si la jambe avant est en un écart extrême, par exemple tirée derrière la tête ou l'épaule.

#### NON AUTORISÉ

- Positions de levier.
- Écarts russes.
- Rainbow Marchenko.

- Cocoon à partir des positions de leg hang.
- Spatchcock.
- Mouvements où la jambe est ramenée complètement derrière le dos/la tête en position étendue.
- Présentations en écart facial, si la jambe avant est en un écart extrême, telle que tirée derrière la tête ou l'épaule.

#### *Limites de mouvements – FLIPS ET TOMBEAUX*

##### AUTORISÉ

- Les tombeaux/cartwheels sont autorisés tant qu'une partie du corps reste connectée à la barre pendant toute la manœuvre.
- Le Superman Tumble vers leg hang est autorisé.

##### NON AUTORISÉ

- Dégagements (en anglais : *release skills*)
- Sauts périlleux de gymnastique où le corps se déconnecte complètement de la barre à tout moment.
- Fonji/Rév Fonji.
- Pirouettes chinoises.
- Sauts périlleux avant.

#### *Limites de mouvements – CHUTES*

##### AUTORISÉ

- Les chutes où la tête commence au-dessus des hanches et y reste, sont autorisées si la chute s'arrête complètement avant le sol.
- Les chutes où la tête est au niveau des hanches (par exemple, jade) et y reste, sont autorisées si la chute s'arrête complètement avant le sol.
- Toute chute où le corps reste en contact avec la barre est autorisée.

### 2.1.7 Semi-Pro

Ceci est un niveau semi-professionnel, pour quiconque enseigne, se produit ou pratique le pole à un niveau avancé.

*Restrictions* : Compétiteures dans la restriction d'âge adulte.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.1.8 Professional

Ceci est un niveau professionnel, pour quiconque enseigne, se produit ou pratique le pole au plus haut niveau. Ce niveau est approprié pour ceux qui présentent des éléments techniques de la plus haute difficulté avec un haut niveau d'art et de présentation de la performance dans son ensemble.

*Restrictions* : Compétiteures dans la restriction d'âge adulte. Les compétiteures qui ont déjà concouru au niveau professionnel ou qui ont remporté une compétition semi-professionnelle doivent concourir à ce niveau.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.1.9 Men

*Restrictions* : Compétiteurs masculins dans la limite d'âge adulte.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.1.10 Masters

*Restrictions* : Compétiteurs respectant la limite d'âge des masters.

*Limite de mouvements* : S.O.

### 2.1.11 Doubles Pole Novice/Junior

Deux interprètes quelconques, même ou de sexe différent.

*Restrictions* : Compétiteurs respectant la limite d'âge des novice ou junior.

*Limite de mouvements* : S.O.

### 2.1.12 Doubles Pole

Deux interprètes quelconques, même ou de sexe différent.

*Restrictions* : Compétiteurs respectant la limite d'âge des adultes.

*Limite de mouvements* : S.O.

## 2.2 CATÉGORIES DE AERIAL SPORT

### 2.2.1 Aerial Hoop Novice

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge novice. Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Ce niveau est approprié pour toute personne débutant en cerceau aérien, débutant en compétition, ou s'entraînant moins de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.5 Limites de mouvements pour le *Aerial Hoop 1*.

### 2.2.2 Aerial Hoop Novice Elite

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge novice. Ce niveau est pour toute personne qui pratique ou s'entraîne au cerceau aérien à un niveau plus élevé. Ce niveau est approprié pour toute personne ayant une formation approfondie, une expérience en compétition, ou s'entraînant plus de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.6 Limites de mouvements pour le *Aerial Hoop Semi-Pro*.

### 2.2.3 Aerial Hoop Junior

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge junior. Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Ce niveau est approprié pour toute personne débutant en cerceau aérien, débutant en compétition, ou s'entraînant moins de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge junior.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.5 Limites de mouvements pour le *Aerial Hoop 1*.

## 2.2.4 Aerial Hoop Junior Elite

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge junior. Ce niveau est pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le cerceau aérien à un niveau plus élevé. Ce niveau est approprié pour toute personne ayant une formation approfondie, une expérience en compétition, ou s'entraînant plus de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge junior.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.6 Limites de mouvements pour le *Aerial Hoop Semi-Pro*.

## 2.2.5 Aerial Hoop 1

Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur combiné. Les instructeurs qui débutent dans l'enseignement, ou qui ne peuvent enseigner qu'à un niveau inférieur peuvent concourir à ce niveau.

*Restrictions*

Si vous enseignez le cerceau aérien ou un appareil similaire à un niveau supérieur, si vous avez été payé ou avez performé professionnellement au moment de la candidature, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Compétiteurs dans la catégorie d'âge Adulte.

*Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de roulades consécutives
- Pas de compétences de dégagements (en anglais : *release skills*)
- Pas de chutes
- Pas de compétences de style levier (planche, levier latéral/planche, meathook)
- Pas de suspension par les talons
- Pas de suspension par les pieds
- Pas de suspension par le cou
- Le retournement assisté par les jambes ne résulte en aucune pénalité.
- Mouvements de flexibilité extrême en arrière, où la jambe est complètement ramenée derrière le dos/la tête en position étendue.
- Mouvements de flexibilité extrême en grand écart, où la jambe est en écart extrême, comme tirée derrière la tête ou l'épaule.

## 2.2.6 Aerial Hoop Semi-Pro

Ceci est un niveau semi-professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le cerceau aérien à un niveau plus élevé.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte.

*Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de suspension par le cou, pas de mouvements de libération complète au sol.

### 2.2.7 Aerial Hoop Professional

Ceci est un niveau professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le cerceau aérien au plus haut niveau. Ce niveau est approprié pour ceux qui présentent des éléments techniques de la plus haute difficulté avec un haut niveau d'art et de présentation de la performance dans son ensemble.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte. Les compétiteurs qui ont concouru au niveau professionnel ou qui ont remporté une compétition semi-professionnelle doivent concourir à ce niveau.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.2.8 Aerial Hoop Masters

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge maîtres.

*Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de suspension par le cou, pas de mouvements de libération complète au sol.

### 2.2.9 Aerial Hammock Novice

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge novice. Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Ce niveau est approprié pour toute personne débutant en hamac aérien, débutant en compétition, ou s'entraînant moins de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.13 Limites de mouvements pour le *Aerial Hammock 1*.

### 2.2.10 Aerial Hammock Novice Elite

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge novice. Ce niveau est pour toute personne qui performe ou pratique le hamac aérien à un niveau plus élevé. Ce niveau est approprié pour toute personne ayant une formation approfondie, une expérience en compétition, ou s'entraînant plus de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.14 Limites de mouvements pour le *Aerial Hammock Semi-Pro*.

### 2.2.11 Aerial Hammock Junior

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge junior. Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Ce niveau est approprié pour toute personne débutant en cerceau aérien, débutant en compétition, ou s'entraînant moins de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge junior.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.13 Limites de mouvements pour le *Aerial Hammock 1*.

## 2.2.12 Aerial Hammock Junior Elite

Ceci est pour toute personne dans la catégorie d'âge junior. Ce niveau est pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le cerceau aérien à un niveau plus élevé. Ce niveau est approprié pour toute personne ayant une formation approfondie, une expérience en compétition, ou s'entraînant plus de 5 heures par semaine en pole, aérien, ou disciplines connexes.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge junior.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.14 Limites de mouvements pour le *Aerial Hammock Semi-Pro*.

## 2.2.13 Aerial Hammock 1

Il s'agit d'un niveau d'entrée/amateur. Les instructeurs qui débutent dans l'enseignement, ou qui ne peuvent enseigner qu'à un niveau inférieur peuvent concourir à ce niveau.

*Restrictions*

Si vous enseignez le cerceau aérien ou un appareil similaire à un niveau supérieur, si vous avez été payé ou avez performé professionnellement au moment de la candidature, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte.

*Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Aucun enchaînement de roulades
- Aucun dégagement
- Aucune figure de levier (planche, planche latérale, meathook)
- Aucune suspension par les talons
- Aucune suspension par les pieds
- Aucune suspension par le cou
- Aucune chute sur ligne détendue
- Pas d'inversions aériennes non soutenues (pas d'inversions non soutenues depuis le sol ou dans l'élingue/la base du hamac)
- Mouvements de flexibilité extrême en arrière, où la jambe est complètement ramenée derrière le dos/la tête en position étendue.
- Mouvements de flexibilité extrême en grand écart, où la jambe est en écart extrême, comme tirée derrière la tête ou l'épaule

## 2.2.14 Aerial Hammock Semi-Pro

Ceci est un niveau semi-professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le hamac aérien à un niveau plus élevé.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte.

### *Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de chute kamikaze, pas de chute deadman, pas de chute enroulée ouverte, pas de suspension par le cou.

## 2.2.15 Aerial Hammock Professional

Ceci est un niveau professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le hamac aérien au plus haut niveau. Ce niveau est approprié pour ceux qui présentent des éléments techniques de la plus haute difficulté avec un haut niveau d'art et de présentation de la performance dans son ensemble.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte. Les compétiteurs qui ont concouru au niveau professionnel ou qui ont remporté une compétition semi-professionnelle doivent concourir à ce niveau.

### *Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de chute kamikaze, pas de chute deadman.

## 2.2.16 Aerial Hammock Masters

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge maîtres.

### *Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de chute kamikaze, pas de chute deadman, pas de chute enroulée ouverte.

## 2.2.17 Aerials Doubles Hoop Novice/Junior

Deux performeurs, de même sexe ou de sexe mixte.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge novice ou junior.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.2.6 Les limites de figures s'appliquent pour le cerceau aérien semi-pro.

## 2.2.18 Aerials Doubles Hoop

Deux performeurs, de même sexe ou de sexe mixte.

*Restrictions* : Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte.

*Limites de mouvements* : S.O.

## 2.2.19 Aerial Specialty Novice Elite

Cette catégorie est ouverte à toute personne soumise à la restriction d'âge de la catégorie Novice. Ce niveau est destiné à toute personne qui pratique les disciplines aériennes à un niveau supérieur. Ce niveau convient à toute personne ayant une formation poussée, une expérience en compétition ou qui s'entraîne plus de 5 heures par semaine en pole, en aérien ou dans des disciplines connexes.

La division Spécialité inclut tout appareil qui ne respecte pas les spécifications techniques des appareils. Les compétiteurs sont autorisés à fournir leur propre appareil pour l'événement du CPAC. Les appareils peuvent inclure, sans toutefois s'y limiter : mât aérien, chaînes, lustre, corde lisse, croissant, cube, trapèze statique, échelle, mini lyre, filet, sangles, etc.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur la maîtrise du compétiteur, à la fois sur ses compétences techniques et sa présentation artistique, sur son appareil unique.

*Restrictions :*

Athlètes soumis à la restriction d'âge de la catégorie Novice.

Les compétiteurs sont tenus de soumettre une description de leur appareil choisi pour une pré-sélection à l'aide du processus d'approbation des accessoires. Cela ne les exempte pas des exigences énumérées ci-dessous.

Les compétiteurs sont tenus de présenter une preuve de fabrication d'un fabricant de pôle, d'aérien ou de cirque pour l'appareil et tout gréage associé (spanset, épandeur, manille, etc.) lors de l'événement.

Les compétiteurs sont tenus d'assister aux essais sur scène et de présenter l'appareil et tout gréage associé pour inspection par le personnel technique du CPAC.

Bien que la sécurité et l'adéquation de l'équipement fourni par le compétiteur demeurent la seule responsabilité de ce dernier, le CPAC se réserve le droit de disqualifier le compétiteur si, à la seule discrétion du CPAC, il ne peut pas démontrer au personnel technique du CPAC que l'équipement est sûr et en bon état de fonctionnement.

*Limites de figures :*

**NON AUTORISÉS**

- Aucune suspension par le cou.
- Aucun kamikaze drop, deadman's drop, open wrap drop, et aucun mouvement de relâchement complet vers le sol.

## 2.2.20 Aerial Specialty Junior Elite

Cette catégorie est ouverte à toute personne soumise à la restriction d'âge de la catégorie Junior. Ce niveau est destiné à toute personne qui enseigne, se produit ou pratique les disciplines aériennes à un niveau supérieur. Ce niveau convient à toute personne ayant une formation poussée, une expérience en compétition ou qui s'entraîne plus de 5 heures par semaine en pôle, en aérien ou dans des disciplines connexes.

La division Spécialité inclut tout appareil qui ne respecte pas les spécifications techniques des appareils. Les compétiteurs sont autorisés à fournir leur propre appareil pour l'événement du CPAC. Les appareils peuvent inclure, sans toutefois s'y limiter : mât aérien, chaînes, lustre, corde lisse, croissant, cube, trapèze statique, échelle, mini lyre, filet, sangles, etc.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur la maîtrise du compétiteur, à la fois sur ses compétences techniques et sa présentation artistique, sur son appareil unique.

*Restrictions :*

Athlètes soumis à la restriction d'âge de la catégorie Junior.

Les compétiteurs sont tenus de soumettre une description de leur appareil choisi pour une pré-sélection à l'aide du processus d'approbation des accessoires. Cela ne les exempte pas des exigences énumérées ci-dessous.

Les compétiteurs sont tenus de présenter une preuve de fabrication d'un fabricant de pôle, d'aérien ou de cirque pour l'appareil et tout gréage associé (spanset, épandeur, manille, etc.) lors de l'événement.

Les compétiteurs sont tenus d'assister aux essais sur scène et de présenter l'appareil et tout gréage associé pour inspection par le personnel technique du CPAC.

Bien que la sécurité et l'adéquation de l'équipement fourni par le compétiteur demeurent la seule responsabilité de ce dernier, le CPAC se réserve le droit de disqualifier le compétiteur si, à la seule discrétion du CPAC, il ne peut pas démontrer au personnel technique du CPAC que l'équipement est sûr et en bon état de fonctionnement.

*Limites de figures :*

NON AUTORISÉS

- Aucune suspension par le cou.
- Aucun kamikaze drop, deadman's drop, open wrap drop, et aucun mouvement de relâchement complet vers le sol.

## 2.2.21 Aerial Specialty

*Move Caps:*

NOT ALLOWED

- No kamikaze drop, deadman's drop, open wrap drops
- No full release moves to the floor

Ceci est un niveau combiné semi-professionnel/professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique les aériens à un niveau plus élevé. La division spécialité inclut tout appareil qui ne suit pas les spécifications techniques des appareils. Les compétiteurs sont autorisés à fournir leur propre appareil pour l'événement CPAC. Les appareils peuvent inclure, mais ne sont pas limités à : Pôle Aérien, Chaînes, Lustre, Corde Lisse, Croissant, Cube, Trapèze Statique, Échelle, Mini Lyra, Filet, Sangles, etc.

Cette niveau est jugée en mettant l'accent sur la compétence du compétiteur, tant sur le plan technique que sur la présentation artistique, sur leur appareil unique.

*Restrictions :*

Les compétiteurs doivent soumettre une description de leur appareil sélectionné, pour une présélection utilisant le processus d'approbation des accessoires. Cela ne les exempte pas des exigences énumérées ci-dessous.

Les compétiteurs doivent présenter une preuve de fabrication d'un fabricant de pôle, aérien ou cirque pour l'appareil et tout équipement de gréage associé (spanset, écarteur, manille, etc.) lors de l'événement.

Les compétiteurs doivent assister aux tests de scène et présenter l'appareil et tout équipement de gréage associé pour inspection par le personnel technique du CPAC. Bien que la sécurité et l'adéquation

de l'équipement fourni par le compétiteur restent la seule responsabilité du compétiteur, le CPAC se réserve le droit de disqualifier le compétiteur si, à la seule discrétion du CPAC, le compétiteur ne peut démontrer un état de fonctionnement sûr au personnel technique du CPAC.

Compétiteurs dans la catégorie d'âge adulte.

*Limites de mouvements*

NON AUTORISÉ

- Pas de chute kamikaze, pas de chute deadman, pas de chutes enroulées ouvertes, pas de mouvements de libération complète au sol.

## 2.3 CATÉGORIES DE *ARTISTIC*

La division artistique englobe des styles et des niveaux qui sont évalués avec un poids plus important accordé à l'art et à la présentation, plutôt qu'à l'évaluation technique (comme dans les divisions sportives). Les divisions artistiques sont soumises à des règlements distincts (voir Règlements de Compétition, tels que Costume, Accessoires et Déductions) par rapport aux divisions sportives pour soutenir une plus large gamme d'expression artistique.

Au sein des divisions artistiques, des niveaux distincts avec des fiches de score uniques répondent aux divers styles proposés. Par exemple, les niveaux *Pole Art* sont jugés avec une pondération plus élevée sur la profondeur de l'expression d'un thème original, tandis que les niveaux *After Hours* sont jugés avec une pondération plus élevée sur les qualités de mouvement de danse.

Pour célébrer les différences distinctes au sein des divisions artistiques, des prix globaux peuvent être offerts à chaque *Pole Art* et *After Hours*, plutôt qu'un prix global pour la division artistique.

### 2.3.1 Pole Art 1

Il s'agit d'un niveau amateur. Les instructeurs qui débutent dans l'enseignement, ou qui ne peuvent enseigner qu'à un niveau inférieur peuvent concourir à ce niveau.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur la présentation artistique du compétiteur. Le compétiteur doit présenter une narration originale, captivante et expressive à travers une présentation dramatique et divertissante.

Cette division permet l'utilisation d'accessoires et de costumes et encourage l'individualité, la narration et l'imagination.

Événements virtuels uniquement : Cette division permet un certain montage vidéo – mais aucun montage qui altère les séquences originales. Le scoring ne reflète pas de points pour la qualité des montages vidéo. Par exemple, soyez créatif avec le montage, le tournage et les effets, mais sans altérer la vitesse de la vidéo.

*Restrictions :*

Si vous enseignez le pole, ou un mouvement similaire, à un niveau supérieur, ou si vous avez été payé ou avez performé professionnellement au moment de la candidature, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Cette division est ouverte aux compétiteurs de 18 ans et plus.

*Limites de mouvements* : Voir la section 2.1.6 Limites de mouvements pour le *Pole Sport Amateur*.

### 2.3.2 Pole Art 2

Ceci est un niveau semi-professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le pole à un niveau plus élevé.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur la présentation artistique du compétiteur. Le compétiteur doit présenter une narration originale, captivante et expressive à travers une présentation dramatique et divertissante.

Cette division permet l'utilisation d'accessoires et de costumes et encourage l'individualité, la narration et l'imagination.

Événements virtuels uniquement : Cette division permet un certain montage vidéo – mais aucun montage qui altère les séquences originales. Le scoring ne reflète pas de points pour la qualité des montages vidéo. Par exemple, soyez créatif avec le montage, le tournage et les effets, mais sans altérer la vitesse de la vidéo.

*Restrictions* : Cette division est ouverte aux compétiteurs de 18 ans et plus.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.3.3 Pole Art Professional

Ceci est un niveau professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique le pole au plus haut niveau.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur la présentation artistique du compétiteur. Le compétiteur doit présenter une narration originale, captivante et expressive à travers une présentation dramatique et divertissante.

Cette division permet l'utilisation d'accessoires et de costumes et encourage l'individualité, la narration et l'imagination.

Événements virtuels uniquement : Cette division permet un certain montage vidéo – mais aucun montage qui altère les séquences originales. Le scoring ne reflète pas de points pour la qualité des montages vidéo. Par exemple, soyez créatif avec le montage, le tournage et les effets, mais sans altérer la vitesse de la vidéo.

*Restrictions* : Cette division est ouverte aux compétiteurs de 18 ans et plus. Les compétiteurs qui ont concouru au niveau professionnel ou qui ont remporté une compétition semi-professionnelle doivent concourir à ce niveau.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.3.4 After Hours Floor Flow 1

Ceci est un niveau amateur. Les instructeurs qui débutent dans l'enseignement, ou qui ne peuvent enseigner qu'à un niveau inférieur peuvent concourir à ce niveau.

Cette division est axée sur la capacité des compétiteurs à être créatifs à la base de la barre et sur le sol. Dans cette division, le compétiteur doit utiliser le sol de la scène et la base de la barre à son avantage pour créer des formes, des mouvements et des flux intéressants sans avoir besoin de figures en hauteur.

L'accent est mis sur la créativité, la grâce, la maîtrise du mouvement et le contact de plusieurs parties du corps avec le sol et la base de la barre. Tous les genres de danse sont les bienvenus dans cette division.

*Restrictions* : Si vous enseignez des mouvements exotiques, érotiques, burlesques ou similaires à un niveau supérieur, ou si vous avez été payé ou avez performé professionnellement au moment de la candidature, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Les talons, bottes ou chaussures à plateforme sont permis mais non obligatoires.

Cette division est ouverte aux compétiteurs de 18 ans et plus.

*Limites de mouvements* :

Aucune compétence aérienne n'est permise. Les tours ou figures à la base sont autorisés, mais toutes les compétences doivent commencer et se terminer avec au moins une partie du corps en contact avec le sol.

Voir la section 2.1.6 Limites de mouvements pour le *Pole Sport Amateur*.

### 2.3.5 After Hours Floor Flow 2

Ceci est un niveau semi-professionnel/professionnel, pour toute personne qui enseigne, performe, ou pratique des mouvements exotiques, érotiques, burlesques ou similaires à un niveau supérieur.

Cette division est axée sur la capacité des compétiteurs à être créatifs à la base de la barre et sur le sol. Dans cette division, le compétiteur doit utiliser le sol de la scène et la base de la barre à son avantage pour créer des formes, des mouvements et des flux intéressants sans avoir besoin de figures en hauteur.

L'accent est mis sur la créativité, la grâce, la maîtrise du mouvement et le contact de plusieurs parties du corps avec le sol et la base de la barre. Tous les genres de danse sont les bienvenus dans cette division.

*Restrictions* :

Les talons, bottes ou chaussures à plateforme sont autorisés, mais ne sont pas obligatoires.

Cette division est ouverte aux compétiteurs de 18 ans et plus.

*Limites de mouvements* :

Aucune compétence aérienne n'est permise. Les tours ou figures à la base sont autorisés, mais toutes les compétences doivent commencer et se terminer avec au moins une partie du corps en contact avec le sol.

### 2.3.6 After Hours Pole 1

Il s'agit d'un niveau amateur. Les instructeurs qui sont nouveaux à l'enseignement ou qui sont uniquement capables d'enseigner à un niveau inférieur peuvent concourir à ce niveau.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur le genre sexy ou sensuel de la pole dance. Dans cette division, le compétiteur doit utiliser le sol de la scène, la base et toute la hauteur de la barre.

L'accent est mis sur la création d'une performance qui excite, exalte et captive votre public avec l'art des qualités de mouvement provocantes et sexy. Les performances peuvent être énergiques avec attitude, douces et sensuelles, ou chaudes et intenses.

*Restrictions :*

Si vous enseignez des mouvements exotiques, érotiques, burlesques ou similaires à un niveau supérieur, si vous avez été payé ou avez performé professionnellement au moment de la demande, vous ne pouvez pas concourir à ce niveau.

Les mouvements tels que les ondulations du corps, les grincements et le fait de toucher, de frapper, de caresser ou de saisir les courbes de votre corps sont autorisés, mais l'interaction avec votre zone de l'aîne ou les actes sexuels implicites NE sont PAS autorisés.

Des compétences aériennes sont requises.

Les talons hauts, les bottes ou les chaussures à plateforme sont obligatoires.

Le déshabillage (retrait de vêtements) est autorisé. Tous les articles retirés sont considérés comme des accessoires (voir les règlements sur les accessoires). Tous les vêtements révélés en dessous doivent respecter les règles sur les costumes (voir les règles sur les costumes).

Cette division est ouverte aux compétiteurs âgés de 18 ans et plus.

*Limites de mouvements :* Voir la section 2.1.6 Limites de mouvements pour le *Pole Sport Amateur*.

### 2.3.7 After Hours Pole 2

Il s'agit d'un niveau semi-professionnel, pour toute personne qui enseigne, exécute ou pratique des mouvements érotiques, burlesques ou similaires à un niveau supérieur.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur le genre sexy ou sensuel de la pole dance. Dans cette division, le compétiteur doit utiliser le sol de la scène, la base et toute la hauteur de la barre.

L'accent est mis sur la création d'une performance qui excite, exalte et captive votre public avec l'art des qualités de mouvement provocantes et sexy. Les performances peuvent être énergiques avec attitude, douces et sensuelles, ou chaudes et intenses.

*Restrictions :*

Les mouvements tels que les ondulations du corps, les grincements et le fait de toucher, de frapper, de caresser ou de saisir les courbes de votre corps sont autorisés, mais l'interaction avec votre zone de l'aîne ou les actes sexuels implicites NE sont PAS autorisés.

Des compétences aériennes sont requises.

Les talons hauts, les bottes ou les chaussures à plateforme sont obligatoires.

Le déshabillage (retrait de vêtements) est autorisé. Tous les articles retirés sont considérés comme des accessoires (voir les règlements sur les accessoires). Tous les vêtements révélés en dessous doivent respecter les règles sur les costumes (voir les règles sur les costumes).

Cette division est ouverte aux compétiteurs âgés de 18 ans et plus.

*Limites de mouvements : S.O.*

### 2.3.8 After Hours Professional

Il s'agit d'un niveau professionnel, pour toute personne qui enseigne, exécute ou pratique des mouvements érotiques, burlesques ou similaires au plus haut niveau.

Cette division est jugée en mettant l'accent sur le genre sexy ou sensuel de la pole dance. Dans cette division, le compétiteur doit utiliser le sol de la scène, la base et toute la hauteur de la barre.

L'accent est mis sur la création d'une performance qui excite, exalte et captive votre public avec l'art des qualités de mouvement provocantes et sexy. Les performances peuvent être énergiques avec attitude, douces et sensuelles, ou chaudes et intenses.

*Restrictions :*

Les mouvements tels que les ondulations du corps, les grincements et le fait de toucher, de frapper, de caresser ou de saisir les courbes de votre corps sont autorisés, mais l'interaction avec votre zone de l'aîne ou les actes sexuels implicites NE sont PAS autorisés.

Des compétences aériennes sont requises.

Les talons hauts, les bottes ou les chaussures à plateforme sont obligatoires.

Le déshabillage (retrait de vêtements) est autorisé. Tous les articles retirés sont considérés comme des accessoires (voir les règlements sur les accessoires). Tous les vêtements révélés en dessous doivent respecter les règles sur les costumes (voir les règles sur les costumes).

Cette division est ouverte aux compétiteurs âgés de 18 ans et plus. Compétiteurs qui ont concouru au niveau professionnel ou qui ont gagné une compétition semi-professionnelle doivent concourir à ce niveau.

*Limites de mouvements : S.O.*

### 2.3.9 After Hours Pole Masters

Cette division est jugée en mettant l'accent sur le genre sexy ou sensuel de la pole dance. Dans cette division, le compétiteur doit utiliser le sol de la scène, la base et toute la hauteur de la barre.

L'accent est mis sur la création d'une performance qui excite, exalte et captive votre public avec l'art des qualités de mouvement provocantes et sexy. Les performances peuvent être énergiques avec attitude, douces et sensuelles, ou chaudes et intenses.

*Restrictions :*

Les mouvements tels que les ondulations du corps, les grincements et le fait de toucher, de frapper, de caresser ou de saisir les courbes de votre corps sont autorisés, mais l'interaction avec votre zone de l'aîne ou les actes sexuels implicites NE sont PAS autorisés.

Des compétences aériennes sont requises.

Les talons hauts, les bottes ou les chaussures à plateforme sont obligatoires.

Le déshabillage (retrait de vêtements) est autorisé. Tous les articles retirés sont considérés comme des accessoires (voir les règlements sur les accessoires). Tous les vêtements révélés en dessous doivent respecter les règles sur les costumes (voir les règles sur les costumes).

Compétiteurs dans la catégorie d'âge maîtres.

*Limites de mouvements* : S.O.

### 2.3.10 Troupes

Cette division est réservée aux groupes d'interprètes comptant un minimum de 4 et un maximum de 8 participants. Les troupes peuvent utiliser n'importe quel type d'appareil pour leurs routines et les participants peuvent être de même sexe ou de sexe mixte. L'accent est mis sur la chorégraphie de groupe, la créativité, la présence sur scène et la synchronie des mouvements (le cas échéant).

*Restrictions* : Concurrents dans la catégorie d'âge adultes.

*Limites de mouvements* : N/A

## 2.4 DÉFINITIONS

Ceci n'est pas une liste exhaustive de définitions, mais comprend une liste de définitions de compétences fréquemment demandées.

**Drop / Chutes** : Une chute est considérée comme tout changement d'un niveau de l'appareil à un autre dans lequel un concurrent effectue une libération contrôlée de son élan pour permettre une descente rapide par la force de gravité.

**Hang / Suspension** : Une suspension est considérée comme une position du corps où le corps reste suspendu par une partie sans support d'autres parties du corps/d'en dessous. Par exemple, un hang de cou est lorsque l'athlète suspend son corps à l'appareil uniquement à partir du point de contact avec le cou, sans support des bras ou des jambes.

**Jumpoff / Démontée** : Une figure de sortie où une partie du corps reste connectée à l'appareil tout au long de la manœuvre, et où la position finale est un atterrissage au sol en maintenant la connexion avec l'appareil.

**Lever / Levier** : Une position du corps où le corps est abaissé ou élevé sans être soutenu par une autre partie du corps que le point d'appui. Un levier corporel peut être exécuté par le compétiteur dans n'importe quelle direction (vers le haut, vers le bas, sur le côté). Le compétiteur peut démontrer un levier sans atteindre une position statique et entièrement horizontale; cependant, l'exécution correcte ou prévue de la figure devrait être celle-ci. Les exemples peuvent inclure les positions de planche ou de russian split.

**Open Wrap Drop / Chute à enveloppement ouvert** : Une chute à enveloppement ouvert est une chute qui ne se termine pas dans une position enveloppée, bloquée ou dans l'élingue du hamac. Cela peut nécessiter de s'agripper à la main pour compléter la chute et se ferait généralement à l'extérieur du hamac ou plus haut sur le mât du tissu.

Release (Partial) Relâchement (Partiel) : Une manœuvre dynamique où l'athlète lâche l'appareil, tout en maintenant un minimum d'un point de contact avec celui-ci, pour attraper / ressaisir / se démonter dans une nouvelle position. Au moment du relâchement, la position du corps NE PEUT PAS être maintenue sans ressaisir l'appareil.

Release (Full) / Relâchement (Complet) : Une manœuvre dynamique où l'athlète lâche l'appareil, n'ayant aucun point de contact avec celui-ci, pour attraper / ressaisir / se démonter dans une nouvelle position. Au moment du relâchement, l'athlète peut ou non procéder à l'exécution d'un saut périlleux, d'une rotation ou d'une autre figure dans les airs, où la position du corps NE PEUT PAS être maintenue sans attraper / ressaisir / se démonter pour atterrir au sol.

Slackline Drop / Chute sur ligne détendue: Une chute sur ligne détendue est un drop dans le tissu aérien où l'athlète tire ou positionne une longueur de tissu pour créer du mou, puis initie un drop dans le mou.

Glisse : Une glisse est considérée comme un mouvement où le concurrent se déplace en douceur le long d'une surface tout en maintenant un contact continu avec l'appareil et un contrôle continu de son élan.

Inversion Aérienne Sans Support / Non Soutenues: Une inversion aérienne sans support est une inversion hanches au-dessus de la tête à partir d'une position où le poids de l'athlète n'est pas supporté par le sol, la base du cerceau ou la base du sling à la position de départ. Cela n'inclut pas les inversions descendantes, où la tête s'abaisse au-dessous des hanches.