

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

- Ασκήσεις εδάφους-ενόργανης γυμναστικής
- Ρυθμική γυμναστική με ή χωρίς όργανα, σε συνδυασμό ή μεμονωμένα
- Αεροβική γυμναστική
- Πλινθίο, τραμπολίνο, ίππος
- Γυμναστική με φορητά όργανα, όπως: ομπρέλες, μαντίλες, Fit Ball, σκάλες και πρωτότυπα όργανα προσωπικής επινόησης
- Τζαζ γυμναστική
- Τζαζ χορός
- Φολκλορικός χορός
- Μοντέρνος χορός
- Δημιουργικός χορός
- ROPE SKIPPING

ΟΡΟΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Συμμετέχουν ομάδες όλων των ηλικιών
- Κάθε φορέας μπορεί να συμμετέχει με περισσότερες από μία ομάδες, διαφορετικού αθλήματος και κινητικής μορφής.
- Κάθε ομάδα ή φορέας πρέπει να αποτελείται το λιγότερο από 6 και το περισσότερο από 100 άτομα.
- Τα προγράμματα θα εκτελούνται σε ταπί, διαστάσεων 14 μ. X 20 μ.
- Η διάρκεια του προγράμματος δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 5' συμπεριλαμβανομένου του χρόνου εισόδου και εξόδου των ομάδων. Για εξαιρετικές περιπτώσεις υπέρβασης του καθορισμένου χρόνου, χρειάζεται ειδική άδεια από την Τεχνική Επιτροπή.
- Οι Ομάδες μπορούν να είναι αμιγείς ή μεικτές, με κατώτατο όριο ηλικίας το 5^ο έτος.
- Η σύνθεση των προγραμμάτων είναι ελεύθερη, με μουσική συνοδεία. Οι χορογραφίες θα πρέπει να αναπτύσσονται με βάση τη συλλογική εργασία. Παρακαλούνται οι γυμναστές, να δώσουν έμφαση στο γυμναστικό χαρακτήρα των κινήσεων.
- Τα ηχητικά και φωτιστικά εφέ, πρέπει να εναρμονίζονται με το θέμα του προγράμματος και την κίνηση. Το ίδιο ισχύει και για τα κοστούμια και τα σκηνικά που θα χρησιμοποιηθούν.
- Κατά τη διάρκεια της τελετής έναρξης και λήξης κάθε ημέρας του Φεστιβάλ, οι ομάδες και οι προπονητές πρέπει να φορούν αθλητικές φόρμες και αθλητικά παπούτσια.
- Η μουσική κάθε προγράμματος, θα πρέπει να είναι άριστα ηχογραφημένη σε CD ή Φλασάκι, στην εξωτερική επιφάνεια του οποίου θα αναγράφονται τα εξής στοιχεία: τίτλος προγράμματος ομάδας, καθώς και ο αριθμός της σειράς παρουσίασής της στο Φεστιβάλ. Το CD ή το Φλασάκι θα παραδίδεται την πρώτη ημέρα του Φεστιβάλ στους διοργανωτές
- Τα έξοδα μετακίνησης, διαμονής και διατροφής θα επιβαρύνουν τις ομάδες.

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Αθλητικοί Οργανισμοί Δήμων
- Δημόσια και Ιδιωτικά σχολεία
- Ανώτερα, Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα
- Σωματεία
- Ιδιωτικά Γυμναστήρια – Σχολές χορού – Σύλλογοι Ατόμων με Αναπηρίες
- Σχολές χορού
- Άλλοι φορείς

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΓΚΑΛΑ

- Ύπαρξη θέματος και ο τρόπος ανάπτυξής του στη χορογραφία
- Πρωτοτυπία
- Αισθητική του προγράμματος (κίνηση, μουσική, ενδυματολογία)
- Ποιότητα στην εκτέλεση
- Το πρόγραμμα πρέπει να κινείται μέσα στα πλαίσια των κανόνων της ομαδικής εργασίας.
- Μελετημένη είσοδος και έξοδος των αθλουμένων
- Εκφραστικότητα των αθλουμένων
- Η χορογραφία να ολοκληρώνεται μέσα στο προκαθορισμένο χρόνο
- Χρησιμοποίηση όλου του αγωνιστικού χώρου (ταπί) και ποικιλία στους σχηματισμούς

ΠΡΩΤΟΤΥΠΙΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

- Βραβείο Τριάθλου

Φορείς που θα παρουσιάσουν τρία προγράμματα διαφορετικού θέματος και κινητικής μορφής θα διαγωνισθούν και για το ειδικό βραβείο Τριάθλου.