

Super Cheer, Super Cheer
Adapté et Jeux Olympiques
Spéciaux
Consignes et Règlements ICU
2020



Ces règles sont tirées des règlements de l'International Cheer Union '2020 General Information Divisions Rules & Regulations' et sont publiées par Cheer Canada avec la permission de l'International Cheer Union.

RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX DE SÉCURITÉ

1. Tous les athlètes doivent être supervisés durant les pratiques, les événements et les fonctions officielles par un entraîneur (ou un directeur) qualifié.
2. Les entraîneurs doivent s'assurer d'évaluer correctement le niveau de leurs athlètes. L'entraîneur doit considérer le niveau d'habileté et les capacités de l'individu, du groupe et de l'équipe afin de déterminer et inscrire son équipe dans le niveau de performance approprié.
3. Toutes les équipes, les entraîneurs et les directeurs se doivent d'avoir un plan d'urgence en cas de blessure.
4. Pendant les entraînements/pratiques, les activités de cheerleading ou pendant une performance, tous les athlètes et les entraîneurs ne peuvent être sous l'influence d'alcool, de narcotique, de substance améliorant la performance, de médication ou toute autre substance qui entrave la capacité de superviser et d'exécuter une routine en toute sécurité.
5. Les athlètes doivent toujours pratiquer et performer sur une surface de performance adéquate et sécuritaire à la pratique du sport. Les éléments techniques tels que les stunts, les pyramides, les projections et le tumbling ne peuvent être effectués sur le béton, l'asphalte, les surfaces mouillées, inégales ou avec des obstructions.
6. Des souliers doivent être portés lors de toutes activités en cheerleading. Les souliers et/ou chaussons de ballet, de tumbling, les bottes et/ou les souliers de danse ne sont pas permis. Les souliers doivent avoir une semelle rigide.
7. Les bijoux de toutes sortes (incluant, mais ne se limitant pas) aux boucles d'oreilles, de nez, de langue, de nombril ou de visage, les bijoux de plastique clair, les bracelets, les colliers et les épinglettes sur les uniformes sont interdits. Les bijoux doivent être retirés et ne peuvent être recouverts.
Exception: bracelet médical, qui doit être couvert avec du ruban adhésif lors de la performance sur la surface de compétition.
Clarification: Les pierres de style cristal (Rhinestones) sont autorisées sur l'uniforme, mais interdites lorsqu'appliquées sur la peau.
8. Tout appareil servant à augmenter la hauteur d'une projection est interdit.

Exception: Les planchers avec ressorts utilisés par les équipes de cheerleading civiles.

9. Les drapeaux, les bannières, les pancartes, les pompons, les mégaphones et les morceaux de vêtements sont les seuls accessoires permis (**Exception:** dispositifs de mobilité/de soutien des athlètes Super Cheer, Super Cheer Adapté et Jeux Olympiques Spéciaux). Les accessoires avec poteaux ou autres supports similaires ne peuvent être utilisés lors de stunts (projections et pyramides incluses) ou tumbling. Tous les accessoires doivent être déposés de façon sécuritaire et assez loin pour éviter des blessures. (**Exemple:** jeter une pancarte rigide sur le matelas du haut d'un stunt n'est pas permis). Tout morceau de vêtement/d'uniforme retiré volontairement et utilisé pour créer un effet visuel sera considéré comme un accessoire une fois qu'il sera retiré du corps.
10. Les supports et attelles orthopédiques ainsi que les plâtres semi-rigides qui ne sont pas modifiés, par rapport à la conception / production d'origine du fabricant, ne nécessitent pas de rembourrage supplémentaire. Les supports et attelles orthopédiques ainsi que les plâtres semi-rigides qui ont été modifiés, par rapport à la conception / fabrication d'origine du fabricant, doivent être rembourrés avec une mousse à cellules fermées, avec restauration lente, d'au moins ½ pouce/ 1,27 cm d'épaisseur si l'athlète est impliqué dans des stunts, pyramides, gymnastique ou projections. Un athlète portant un plâtre rigide (exemple : fibre de verre ou plâtre de paris) ou une botte de marche ne peut pas être impliqué dans les stunts, les pyramides, la gymnastique ou les projections.
Exception: Dans les catégories Super Cheer, Super Cheer Adapté et Jeux Olympiques Spéciaux de l'ICU, une assistance mobile et des dispositifs de soutien utilisés pour aider l'athlète sont considérés comme faisant partie de l'athlète. Dans ces cas, X.10 ne s'applique pas.
11. En ce qui a trait aux niveaux offerts, toutes les habiletés autorisées dans un niveau particulier englobent également toutes les habiletés permises dans le niveau précédent.
12. Les spotteurs requis pour les habiletés doivent faire partie de votre équipe (membres de votre équipe) et doivent être formés avec la technique appropriée.
13. Les drops (tomber directement au sol) incluant, mais ne se limitant pas, sur les genoux, les fesses, le ventre, le dos ou en position écart, etc. d'un saut, d'un stunt ou d'une position inversée, sont interdits sauf si la majorité du poids est d'abord absorbé par les

mains ou les pieds, ce qui diminue l'impact de la chute au sol. Les shushunovas sont acceptées.

Clarification: Les descentes absorbées par les mains ou les pieds ne seraient pas en violation flagrante de cette règle.

14. Les athlètes doivent avoir au moins un pied, une main ou une partie du corps (autre que les cheveux) sur la surface de la performance quand la routine/musique débute.

Exception: les voltiges peuvent avoir leurs pieds dans les mains des bases si les mains des bases sont appuyées sur la surface de performance.

15. Les athlètes qui commencent une routine doivent rester les mêmes tout au long d'une routine. Un athlète n'est pas autorisé à être « remplacé » par un autre athlète pendant une routine.

16. Pendant les pratiques et/ou les performances, un athlète ne doit pas avoir dans sa bouche de la gomme, un bonbon, une pastille contre la toux ou tout autre élément comestible ou non comestible, qui peut provoquer un étouffement.

17. Aux fins de la promotion du sport international et de l'image athlétique mondiale du sport du cheerleading, il est recommandé aux athlètes de concourir dans une tenue d'équipe nationale qui n'expose pas intentionnellement le ventre / la section médiane de l'athlète alors que l'athlète est en position debout. À des fins de sensibilisation, il ne s'agit que d'une recommandation pour 2020.

RÈGLES DES DISPOSITIFS DE MOBILITÉ ET DE SUPPORT

(Catégories Super Cheer, Super Cheer Adapté et Jeux Olympiques Spéciaux, et toutes les catégories, le cas échéant)

Remarque: l'utilisation du terme «fauteuil roulant» ci-dessous s'applique également à l'utilisation de scooters et de dispositifs de mobilité similaires, selon le cas.

1. Tous les équipements de mobilité, prothèses et orthèses sont considérés comme faisant partie de l'athlète à moins qu'ils ne soient retirés, auquel cas ils sont considérés comme des accessoires légaux, jusqu'à ce qu'ils soient remplacés ou retournés à l'athlète..
2. Les utilisateurs de fauteuil roulant lorsqu'ils font des stunts et des pyramides doivent avoir toutes les roues en contact avec la surface de performance pendant l'habileté avec un accessoire anti-bascule supplémentaire et approprié (ou un guetteur / bracer avec les

deux pieds fermement placés sur la surface de performance avec les deux mains saisies sur les 2 poignées arrière stabilisant le fauteuil roulant avec les deux roues sur la surface de performance) pour la sécurité. *Clarification Pour qu'une fixation anti-basculement de fauteuil roulant soit appropriée, elle doit être en contact avec le fauteuil et la surface de performance comme point de contact supplémentaire avec la surface de performance tandis que les deux roues du fauteuil roulant sont également en contact avec la surface de performance.*

3. Les dispositifs de mobilité (c'est-à-dire des fauteuils roulants, des béquilles, etc.) peuvent être utilisés pour aider la voltige à se charger dans un stunt et / ou une pyramide.
Exemple: Une voltige peut marcher sur n'importe quelle partie d'un fauteuil roulant, d'un appareil mobile et / ou d'une base supportant une béquille pour se charger dans une habileté.
4. Les utilisateurs de fauteuil roulant lorsqu'ils surmontent des stunts et des pyramides dans le fauteuil roulant (ou un appareil similaire) doivent utiliser une ceinture de sécurité.
5. Tous les athlètes spottant, attrapant et / ou tenant une habileté ont une mobilité dans le bas du corps (avec ou sans utilisation d'équipement de mobilité) pour absorber l'impact de l'habileté, ainsi qu'avec une vitesse latérale adéquate pour spotter, attraper et / ou tenir l'habileté.
6. Tous les athlètes qui spottent, attrapent et / ou tiennent une habileté doivent avoir au moins 1 bras étendu, à l'exclusion d'une prothèse ou d'un autre dispositif, au-delà du coude pour aider adéquatement à l'habileté.
7. Les mouvements de relâche et les démontages peuvent être attrapés par des individus qui n'étaient pas la ou les bases d'origine si la ou les bases principales ne sont pas capables d'attraper et / ou de tenir l'habileté.

RÈGLES ICU CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX
CRITÈRES SPÉCIFIQUES AUX CATÉGORIES

1. Toutes les règles et directives générales de l'ICU, les règles relatives aux dispositifs de mobilité / de support, ainsi que les exigences de routine s'appliquent.

2. Toutes les équipes nationales unifiées Jeux Olympiques Spéciaux doivent être composées d'un ratio de 1: 1 d'athlètes avec et sans déficience intellectuelle.
3. Toutes les équipes nationales unifiées Super Cheer doivent être composées d'au moins 50% d'athlètes ayant une déficience intellectuelle.
4. Toutes les équipes nationales traditionnelles Super Cheer et Jeux Olympiques Spéciaux doivent être composées à 100% d'athlètes ayant une déficience intellectuelle.
5. Tous les stunts et pyramides - au niveau des épaules ou au-dessus - nécessiteront le spot d'un entraîneur ou d'un assistant pour des raisons de sécurité. Si l'entraîneur ou l'assistant aide à l'habileté, directement ou indirectement (pour des raisons de sécurité), tout en spottant l'habileté, une valeur en points réduite sera reflétée dans le pointage de l'équipe pour la catégorie respective en fonction du niveau d'assistance fourni.
6. Les projections ne sont pas autorisées.
7. Le tumbling spotté et assisté n'est pas autorisé en compétition; cependant, le tumbling spotté et assisté est autorisé dans les performances d'exhibition.
8. Jusqu'à trois (3) entraîneur (s) et / ou assistant (s) sont autorisés à signaler depuis l'avant du tapis et ne peuvent pas gêner la vue des juges. De plus, il n'y a pas de limite au nombre d'assistants autour du périmètre du sol en position accroupie.
9. Les assistants doivent être vêtus d'une tenue contrastante par rapport aux athlètes, de sorte qu'il soit clair pour les juges qui sont les athlètes et qui sont les assistants sur le plancher à tout moment. Par exemple, les assistants doivent porter un t-shirt et un pantalon foncés contrairement à l'uniforme plus clair des athlètes (ou vice versa); cependant, les assistants ne peuvent pas porter un uniforme de cheerleading ou de danse pendant la routine.
10. Les assistants doivent porter des chaussures de sport (par exemple, pas de tongs) et ne doivent pas porter de bijoux pour la protection des athlètes.
11. Pour les équipes unifiées Super Cheer/Jeux Olympiques Spéciaux seulement: la difficulté de l'habileté exécutée par un partenaire unifié dans une catégorie spécifique (par exemple, tumbling, partner stunts, pyramides, etc.) ne doit pas dépasser la difficulté d'une habileté comparable ou d'une habileté de la même catégorie exécutée par un athlète ayant une déficience intellectuelle, à moins qu'un l'athlète ayant une déficience intellectuelle

fait partie de l'habileté (par exemple, un groupe de partner stunt, une pyramide, etc.) et se conforme aux règles détaillées ici.

12. En tant que condition potentielle pour un athlète ayant une déficience intellectuelle ou un symptôme neurologique, tout athlète pouvant potentiellement souffrir d'instabilité atlanto-axiale (IAA) ou de toute condition physique associée à une compression de la moelle épinière, les entraîneurs doivent se référer à la section XIV. "Règles et directives relatives à la compression de la moelle épinière / à l'instabilité atlantoaxiale (IAA)."

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX TUMBLING GÉNÉRAL

1. Toute habileté de tumbling doit débiter et atterrir sur la surface de performance.
Clarification: L'athlète peut rebondir de ses pieds à une transition de stunt. Si le rebond après la séquence de tumbling implique une rotation des hanches au-dessus de la tête, l'athlète/voltige doit être attrapé et arrêté dans une position non inversée, avant de continuer avec la transition des hanches au-dessus de la tête ou le stunt. Exemple: Rondade flic suivi d'une poussée ou d'un contact avec une base ou une personne effectuant une connexion pour enchaîner un salto arrière enfreindrait ce règlement. Une séparation claire entre la passe de tumbling et le stunt est nécessaire pour le rendre légal. Attraper le rebond puis effectuer un squat pour créer la poussée à la rotation est permis. Ceci serait également applicable si vous effectuez un flic à l'arrêt sans rondade.
2. Le tumbling par-dessus, sous ou au travers un stunt, un individu ou un accessoire est interdit. *Clarification: Un athlète peut sauter (rebondir) par-dessus un autre individu.*
3. Le tumbling en tenant ou en contact avec un accessoire est interdit.
4. Les plongeurs (dive rolls) sont permis:
Exception 1: Les plongeurs en position du cygne/arqué sont interdits.
Exception 2: Les plongeurs impliquant des rotations (twists) sont interdits.
5. Les sauts ne sont pas considérés comme une habileté de tumbling du point de vue des pénalités. Par conséquent, si un saut est inclus dans une séquence de tumbling, le saut créera une séparation de cette séquence.
6. Aucune rotation n'est permise après un flic ouverture (Menichelli). Les pieds doivent être assemblés après l'exécution de l'élément avant de pouvoir tourner ou faire une rotation.

Exemple : Flic ouverture (Menichelli) > ½ tour est interdit.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX TUMBLING À L'ARRÊT

1. Les saltos et habiletés aériennes (*roue sans mains par exemple*) sont interdits.
2. Les séries de flics et les séries de sauts de mains ne sont pas permises.
Clarification: Un renversement arrière enchaîné d'un flic est permis.
3. Les sauts immédiatement combinés avec le(s) flic(s)/saut(s) de mains sont interdits.
Exemple: Toe touch flic, flic toe touch ne sont pas permis.
4. Aucune rotation twist n'est permise dans une habileté aérienne.
Exception: La rondade est permise.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX TUMBLING AVEC ÉLAN

1. Les saltos et habiletés aériennes (*roue sans mains par exemple*) sont interdits.
2. Les séries de flics et les séries de sauts de mains sont autorisées.
3. Aucune rotation twist n'est permise dans une habileté aérienne.
Exception: La rondade est permise.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX STUNTS

1. Spotteurs:
 - a. Un spotteur est requis pour chaque voltige soutenue au-dessus de la hauteur des épaules.
 - b. Un spotteur est exigé pour chaque voltige dans un stunt au sol.
Clarification: Le spotteur, dans un stunt au sol, peut saisir la taille de la voltige.
2. Hauteur des Stunts:
 - a. Un stunt à une jambe plus haut que le niveau des épaules n'est pas permis. Un stunt à une jambe ne peut pas être tenu ou passé plus haut que le niveau des épaules.
Clarification 1: Il est interdit d'amener la voltige plus haute que la tête des bases.

Clarification 2: Si la base principale squat, descend sur ses genoux ou tente de diminuer la hauteur générale du stunt pendant qu'elle amène ses bras en extension (exclut les stunts au niveau du sol), cette habileté sera considérée comme en extension et par conséquent illégale, indépendamment de la position de la base arrière (spot arrière).

3. Dans les stunts et les transitions impliquant une rotation twist, il est permis à la voltige de faire au maximum une demi-rotation ($\frac{1}{2}$ twist) par rapport à la surface de performance.

Clarification 1 : Dans une même séquence d'habiletés, une rotation effectuée avec un tour supplémentaire des bases serait illégale si le total de rotation effectuée par la voltige excède un $\frac{1}{2}$ tour ($\frac{1}{2}$ twist). Les juges de pénalités regarderont les hanches de la voltige pour déterminer le nombre total de rotations effectué par la voltige dans une séquence de stunts. Une fois que le stunt arrive en position, un prep par exemple, et que les athlètes prennent une pause, démontrent un arrêt clair et défini, avec une voltige immobile, ils peuvent ensuite enchaîner le stunt avec une autre rotation.

Exception: Une rotation twist assistée dans le log roll est permise, mais seulement si elle débute et termine en position cradle. Le log roll peut seulement être assisté par une base.

Clarification 2: Le log roll ne peut inclure aucun autre élément que la rotation (Ex: kick twist est interdit).

Clarification 3: Le log roll ne peut pas être assisté par une autre voltige.

4. Durant les transitions, au moins une base doit demeurer en contact avec la voltige.
5. Aucun salto, libre ou assisté, n'est permis dans les stunts et les transitions.

Aucun stunt, pyramide ou individu ne peut se déplacer par-dessus ou sous un autre stunt, pyramide ou individu séparé.

Clarification 1: Cette règle fait référence au torse (le milieu du corps) d'un athlète qui ne peut pas se déplacer par-dessus ou sous le torse d'un autre athlète. Ceci ne fait pas référence aux bras ni aux jambes.

Clarification 2: Une voltige ne peut pas passer par-dessus ou sous le torse d'une autre personne, et ce, même si le stunt ou la pyramide est séparé ou pas.

Exemple: un shoulder sit qui se déplace en dessous d'un stunt à la hauteur des épaules (prep) n'est pas autorisé.

Exception: un individu peut sauter par-dessus un autre individu.

6. Les attrapées en position écart (split) à une seule base sont interdites.
7. Les stunts à une seule base avec plusieurs voltiges sont interdits (ex : double cupie)

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX STUNTS

Mouvements de relâche

1. Les mouvements de relâche ne sont pas permis, sauf ceux permis dans les démontages des catégories intermédiaires (unifiées et traditionnelles) Super Cheer et Jeux Olympiques Spéciaux; et les projections ne sont pas permises,
2. Les mouvements de relâche ne peuvent pas atterrir sur le ventre ou dans une position inversée.
3. Les mouvements de relâche doivent retourner aux bases d'origine.
Clarification: Un individu ne peut pas atterrir sur la surface de performance sans assistance.
Exception: Voir démontage "3".
4. Les mouvements de relâche d'une position inversée à non inversée ne sont pas permis.
5. Les hélicoptères ne sont pas permis.
6. Un mouvement de relâche impliquant une rotation twist dans log roll est permise pourvu qu'il commence et se termine en position cradle.
Clarification 1: Le log roll d'un stunt à une seule base doit avoir deux (2) attrapeurs. Le log roll d'un stunt à bases multiples doit avoir trois (3) attrapeurs.
Clarification 2: Le log roll ne peut pas être assisté par une autre voltige.
Clarification 3: Le log roll doit retourner aux bases d'origine et ne peut inclure aucun autre élément que la rotation. Exemple: kick twist est interdit.
7. Les mouvements de relâche ne peuvent pas intentionnellement se déplacer.
8. Les mouvements de relâche ne peuvent pas passer par-dessus, sous ou à travers d'autres stunts, pyramides ou individus.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX STUNTS

Inversions

1. Les transitions d'une inversion au niveau du sol à une position non inversée sont permises. Aucune autre inversion n'est permise.

Clarification: Tous les athlètes inversés doivent demeurer en contact avec la surface de performance à moins que la voltige soit levée directement à la position non inversée.

Exemple 1: Permis: Une transition d'un équilibre fait au sol à un stunt non inversé tel qu'un shoulder sit est permis.

Exemple 2: Non-permis: Partir de la position cradle à un équilibre au sol ou d'une position sur le ventre à une roulade avant est interdit.

2. Les bases ne peuvent pas supporter le poids d'une voltige lorsqu'elles (les bases) sont placées dans une position de pont ou une position inversée. (Inversion vers le bas)

Clarification: Une personne se tenant debout sur le sol n'est pas considérée comme une voltige.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX PYRAMIDES

1. Les pyramides doivent suivre les règlements des stunts et démontages des catégories intermédiaires (unifiées et traditionnelles) Super Cheer et Jeux Olympiques Spéciaux, et sont permises jusqu'à deux personnes de hauteur.
2. Le support primaire de la voltige doit être une base.

Clarification: À chaque fois que la voltige est relâchée (par ses bases) dans une transition de pyramide, elle doit soit atterrir en position cradle ou démonter sur la surface de performance. Elle ne peut pas être connectée à une voltige qui est soutenue au-dessus de la hauteur des épaules et doit suivre les règlements de démontages des catégories intermédiaires (unifiées et traditionnelles) Super Cheer et Jeux Olympiques Spéciaux.

3. Les stunts en extension ne doivent pas être supportés ou connectés à d'autres stunts en extension.
4. Aucun stunt, pyramide ou individu ne peut se déplacer par-dessus ou sous un autre stunt, pyramide ou individu séparé.

Clarification : Une voltige ne peut pas passer par-dessus ou sous le torse d'une autre personne, et ce, même si le stunt ou la pyramide est séparé ou pas.

Exemple: un shoulder sit qui se déplace en dessous d'un stunt à la hauteur des épaules (prep) n'est pas autorisé.

5. Les stunts à une jambe en extension:
 - a. Doivent être connectés à minimum une voltige qui est à la hauteur des épaules ou plus bas et par une connexion main/bras seulement. La main/bras de la voltige en extension doit être connectée, et doit demeurer connectée, à la main/bras de l'autre voltige.
 - b. La connexion doit être faite avant l'initiation du stunt à une jambe en extension.
 - c. La voltige à la hauteur des épaules, celle qui effectue la connexion, doit avoir les deux pieds dans les mains des bases.
Exception : La voltige n'a pas besoin d'avoir les deux pieds dans les mains des bases si elle est en shoulder sit, dead-man, assis-écart ou shoulder stand.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX DÉMONTAGES

Note: Les mouvements sont considérés comme des démontages seulement si les voltiges sont relâchées pour atterrir en cradle, ou relâchées et assistées jusqu'à la surface de performance.

1. Les démontages cradle de stunts à une seule base doivent avoir un spotteur qui supporte, avec au minimum un bras/main, de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules de la voltige lors de l'attrapée.
2. Les démontages cradle de stunts à bases multiples doivent avoir deux (2) attrapeurs en plus d'un spotteur qui supporte, avec au minimum un bras/main, de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules de la voltige lors de l'attrapée.
3. Les démontages doivent retourner aux bases d'origine.

Exception 1: Tout démontage à la surface de performance doit être assisté par soit une base d'origine et/ou un spotteur.

Exception 2: Les descentes droites (straight drops) ou les petits sauts (hop offs), sans aucune habileté supplémentaire, à partir d'un stunt au niveau de la taille ou en dessous, sont les seuls démontages sur la surface de performance permis qui ne nécessitent pas d'assistance.

Clarification: Un individu ne peut pas atterrir sur la surface de performance sans assistance à partir d'un stunt plus haut que le niveau de la taille.

4. Seuls les démontages pop down, cradle en ligne droite et cradle $\frac{1}{4}$ de tour sont permis.

Tout démontage excédant un quart (1/4) de tour est interdit. Aucune autre position/habilité additionnelle lors du démontage n'est permise (Exemple: toe touch, groupé ou pike n'est pas autorisé).

5. Aucun stunt, pyramide, individu ou accessoire ne peut se déplacer par-dessus ou sous un démontage, et un démontage ne peut être projeté par-dessus, sous ou à travers des stunts, pyramides, individus ou accessoires.
6. Dans les pyramides, un démontage cradle d'un stunt à une jambe en extension est permis.
7. Aucun démontage de type salto, libre ou assisté, n'est permis.
8. Les démontages ne peuvent pas intentionnellement se déplacer.
9. Lors du démontage, les voltiges ne peuvent pas entrer en contact les unes avec les autres lorsqu'elles sont relâchées de leurs bases.
10. Tous les types de tensions drops/rolls sont interdits.

CATÉGORIES INTERMÉDIAIRES (UNIFIÉES ET TRADITIONNELLES) SUPER CHEER ET JEUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX PROJECTIONS

1. Aucune projection n'est permise.

Clarification 1: Ceci inclut les projections turbos (aussi connus comme « accroupi/load in » ou « squish ».

Clarification 2: Tout cradle à partir du niveau de la taille est interdit.

RÈGLES ICU CATÉGORIES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ CRITÈRES SPÉCIFIQUES AUX CATÉGORIES

1. Toutes les règles et directives générales de l'ICU, les règles relatives aux dispositifs de mobilité / de support, ainsi que les exigences de routine s'appliquent.
2. En tant que condition potentielle pour un athlète ayant une déficience intellectuelle ou un symptôme neurologique, tout athlète pouvant potentiellement souffrir d'instabilité atlanto-axiale (IAA) ou de toute condition physique associée à une compression de la moelle épinière, les entraîneurs doivent se référer à la section XIV. "Règles et directives relatives à la compression de la moelle épinière / à l'instabilité atlantoaxiale (IAA)."
3. Toutes les équipes nationales unifiées Super Cheer Adapté doivent être composées d'au moins 25% d'athlètes ayant une déficience.

Clarification: La qualification des athlètes Super Cheer Adapté est soumise aux règles et directives générales respectives de l'ICU, ainsi qu'à la confirmation de la fédération nationale et / ou à la documentation médicale, sur demande. Veuillez consulter la section XV des règles et règlements des divisions de l'équipe de cheerleading (RRDEC) pour plus d'informations.

4. Tous les athlètes spottant, attrapant et / ou tenant une habileté ont une mobilité dans le bas du corps (avec ou sans utilisation d'équipement de mobilité) pour absorber l'impact de l'habileté, ainsi qu'avec une vitesse latérale adéquate pour spotter, attraper et / ou tenir l'habileté.
5. Tous les athlètes qui spottent, attrapent et / ou tiennent une habileté doivent avoir au moins 1 bras étendu, à l'exclusion d'une prothèse ou d'un autre dispositif, au-delà du coude pour aider adéquatement à l'habileté.
6. Les mouvements de relâche et les démontages peuvent être attrapés par des individus qui n'étaient pas là ou les bases d'origine si la ou les bases principales ne sont pas capables d'attraper et / ou de tenir l'habileté.
7. Les projections panier ne sont pas autorisées.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ TUMBLING GÉNÉRAL

1. Toute habileté de tumbling doit débiter et atterrir sur la surface de performance.
Clarification: L'athlète peut rebondir de ses pieds à une transition de stunt. Si le rebond après la séquence de tumbling implique une rotation des hanches au-dessus de la tête, l'athlète/voltige doit être attrapé et arrêté dans une position non inversée, avant de continuer avec la transition des hanches au-dessus de la tête ou le stunt.
Exemple: Rondade flic suivi d'une poussée ou d'un contact avec une base ou une personne effectuant une connexion pour enchaîner un salto arrière enfreindrait ce règlement. Une séparation claire entre la passe de tumbling et le stunt est nécessaire pour le rendre légal. Attraper le rebond puis effectuer un squat pour créer la poussée à la rotation est permis. Ceci serait également applicable si vous effectuez un flic à l'arrêt sans rondade.

2. Le tumbling par-dessus, sous ou au travers un stunt, un individu ou un accessoire est interdit, sauf si l'«accessoire» est un équipement de mobilité pour un athlète Super Cheer Adapté. *Clarification: Un athlète peut sauter (rebondir) par-dessus un autre individu.*
3. Le tumbling en tenant ou en contact avec un accessoire est interdit, sauf si l'«accessoire» est un équipement de mobilité pour un athlète Super Cheer Adapté.
4. Les plongeurs (dive rolls) sont permis:
Exception 1: Les plongeurs en position du cygne/arqué sont interdits.
Exception 2: Les plongeurs impliquant des rotations (twists) sont interdits.
5. Les sauts ne sont pas considérés comme une habileté de tumbling du point de vue des pénalités. Par conséquent, si un saut est inclus dans une séquence de tumbling, le saut créera une séparation de cette séquence.
 Exemple: Si un athlète de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté exécute la série suivante: rondade, toe touch, flic, salto arrière, ceci serait considéré illégal puisqu'un salto n'est pas permis dans les règlements de tumbling à l'arrêt de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ TUMBLING À L'ARRÊT

1. Les saltos à l'arrêt sont interdits.
Clarification : Les sauts combinés au ¾ de salto avant ne sont également pas permis.
2. Les séries de flics et les séries de sauts de mains sont permises.
3. Aucune rotation twist n'est permise dans une habileté aérienne.
Exception: La rondade est permise.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ TUMBLING AVEC ÉLAN

1. Les saltos doivent respecter les conditions ci-jointes:
 - a. Les saltos arrière peuvent seulement être faits dans la position groupée et doivent être précédés d'une rondade ou d'une rondade flic(s).
 Exemples d'éléments illégaux: les saltos tels que: X-out, salto arrière tendu, salto arrière tendu step out, tempo, salto arrière carpé, saut de mains aérien et arabian.

- b. Il est permis de faire d'autres habiletés, qui ont un support d'une/deux main(s) sur le sol, avant d'effectuer la rondade ou la rondade flic.
Exemple : Les sauts de main et les renversements avant enchaînés d'une rondade flic salto arrière sont permis.
 - c. Les roues enchaînées d'un salto groupé et/ou roues flics salto arrière ne sont pas permises.
 - d. Les roues sans main, saltos avant avec élan et trois quart ($\frac{3}{4}$ front flips) de salto avant avec élan sont permis. *Clarification : Un saut de mains (ou n'importe laquelle habileté de tumbling) enchaîné d'un salto avant est interdit.*
2. Aucune habileté de tumbling n'est permise après un salto ou une roue sans main.
Clarification: S'il y a du tumbling après un salto ou une roue sans main, afin de séparer clairement les deux (2) passes de tumbling, il doit y avoir au moins un pas de fait avant de débiter la prochaine habileté de tumbling.
Faire une ouverture (step-out) après un salto est considérée comme une continuité de la même passe. L'athlète doit prendre un pas additionnel après un salto ouverture. Par contre, si l'athlète fini son élément avec les deux (2) pieds ensemble, alors un seul pas est nécessaire pour créer une nouvelle passe de tumbling.
3. Aucune rotation twist n'est permise dans une habileté aérienne.
Exception 1: La rondade est permise.
Exception 2: Les roues sans main sont permises.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ STUNTS

1. Un spotteur est requis pour chaque voltige soutenue au-dessus de la hauteur des épaules.
2. Les stunts à une jambe en extension sont permis.
3. Dans les stunts et les transitions impliquant une rotation twist, il est permis à la voltige de faire au maximum une rotation (1 twist) par rapport à la surface de performance.
Clarification: Dans une même séquence d'habiletés, une rotation effectuée avec un tour supplémentaire des bases serait illégale si le total de rotation effectuée par la voltige excède un tour (1 twist). Les juges de pénalités regarderont les hanches de la voltige pour déterminer le nombre total de rotations effectué par la voltige dans une séquence de stunts. Une fois que le stunt arrive en position, un prep par exemple, et que les athlètes

prennent une pause, démontrent un arrêt clair et défini, avec une voltige immobile, ils peuvent ensuite enchaîner le stunt avec une autre rotation.

4. Les montées/transitions impliquant un twist doivent provenir et arriver à la hauteur des épaules (prep) ou plus bas seulement.

Exemple : une montée twist (full up) jusqu'à une position en extension est interdite.

5. Lorsque la transition twist va jusqu'en extension ou que la transition provient d'une position en extension, il est permis à la voltige de faire au maximum une demi-rotation twist ($\frac{1}{2}$ twist).

Clarification : Dans une même séquence d'habiletés, une rotation effectuée avec un tour supplémentaire des bases serait illégale si le total de rotation effectuée par la voltige excède un demi-tour ($\frac{1}{2}$ twist).

6. Durant les stunts et transitions, au moins une base doit demeurer en contact avec la voltige.

Exception: Voir " Mouvements de relâche ".

7. Aucun salto libre n'est permis dans les stunts et les transitions.
8. Aucun stunt, pyramide ou individu ne peut se déplacer par-dessus ou sous un autre stunt, pyramide ou individu séparé.

Clarification 1 : Cette règle fait référence au torse (le milieu du corps) d'un athlète qui ne peut pas se déplacer par-dessus ou sous le torse d'un autre athlète. Ceci ne fait pas référence aux bras ni aux jambes.

Clarification 2 : Une voltige ne peut pas passer par-dessus ou sous le torse d'une autre personne, et ce, même si le stunt ou la pyramide est séparé ou pas.

Exemple: un shoulder sit qui se déplace en dessous d'un stunt à la hauteur des épaules (prep) n'est pas autorisé.

Exception: un individu peut sauter par-dessus un autre individu.

9. Les attrapées en position écart (split) à une seule base sont interdites.
10. Les stunts à une seule base avec plusieurs voltiges doivent avoir un spotteur pour chaque voltige (ex : double cupie).
11. Les voltiges en extension à une jambe ne peuvent pas être connectées à d'autres voltiges en extension.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ STUNTS

Mouvements de relâche

1. Les mouvements de relâche sont permis, mais ils ne peuvent pas aller plus haut que le niveau des bras en extension.

Clarification: Si le mouvement de relâche dépasse le niveau des bras des bases en extension, il sera considéré comme une projection et/ou un démontage et doit suivre les règlements des projections et/ou démontages appropriés au niveau. Pour déterminer la hauteur du mouvement de relâche, au point de relâche le plus haut, la distance entre les hanches de la voltige et les bras des bases en extension sera utilisée pour déterminer la hauteur du mouvement de relâche. Si cette distance est plus grande que la longueur des jambes de la voltige, ce sera considéré comme une projection ou un démontage et doit suivre les règlements des projections et démontages appropriés au niveau.

2. Les mouvements de relâche ne peuvent pas atterrir dans une position inversée. Relâcher d'une position inversée à une position non inversée est interdit.
3. Les mouvements de relâche doivent débuter au niveau de la taille ou plus bas et doivent être attrapés à la hauteur des épaules ou plus bas.
4. Les mouvements de relâche qui n'atterrissent pas dans une position verticale doivent avoir 3 attrapeurs pour un stunt à bases multiples et 2 attrapeurs pour les stunt à une seule base.
5. Il est permis d'effectuer une (1) seule habileté/truc et aucune rotation twist (0 twist) dans les mouvements de relâche. Seules les habiletés exécutées pendant le mouvement de relâche comptent. Conséquemment, arriver immédiatement dans une figure à 1 jambe ne compte pas comme une habileté.

Exception: Il est permis de faire jusqu'à une rotation dans un log roll et il doit atterrir en position cradle ou dans une position du corps à plat, couchée ou horizontale (ex : dead man ou sur le ventre).

Clarification: Le log roll d'un stunt à une seule base doit avoir 2 attrapeurs. Le log roll d'un stunt à bases multiples doit avoir 3 attrapeurs.

6. Les mouvements de relâche doivent retourner aux bases d'origine, sauf si la ou les base (s) d'origine ne sont pas physiquement capables d'attraper le mouvement de relâche tel que désigné.

Clarification: un individu ne peut atterrir sur la surface de performance sans assistance.

Exception 1: Voir règlement 3 des démontages de la catégorie médiane Super Cheer Adapté.

Exception 2: Démontage à partir d'un stunt à seule base avec plusieurs voltiges (ex : double cupie).

7. Les hélicoptères ne sont pas permis.
8. Les mouvements de relâche ne peuvent pas intentionnellement se déplacer.
9. Les mouvements de relâche ne peuvent pas passer par-dessus, sous ou à travers d'autres stunts, pyramides ou individus.
10. Les voltiges dans les mouvements de relâche séparés ne peuvent pas se toucher/entrer en contact les unes avec les autres.

Exception: Démontage à partir d'un stunt à seule base avec plusieurs voltiges (ex : double cupie).

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ STUNTS

Inversions

1. Pas de stunts inversés plus haut que le niveau des épaules. La connexion et le support de la voltige avec la (les) base(s) doit être faite au niveau des épaules ou plus bas.

Exception: Dans un stunt à bases multiples, une roulade suspendue qui arrive en position cradle, en position accroupie, en position couchée dans un stunt à la hauteur des épaules ou sur la surface de performance est permis.

La roulade suspendue doit être soutenue par deux mains. Chaque main (les deux mains) de la voltige doit être connectée à chaque main (les deux mains) de la (des) base(s).

2. Les inversions sont limitées à ½ rotation twist (½ twist) pour les stunts se terminant en extension et à une (1) rotation twist (1 twist) pour les stunts se terminant au niveau des épaules ou plus bas.

Exception 1: Dans un stunt à bases multiples, où la voltige effectue une roulade avant suspendue, il est permis à la voltige de faire jusqu'à 1 rotation twist (voir exception #1 ci-dessus).

La roulade avant suspendue qui excède plus d'un demi-tour doit atterrir en cradle.

Exception 2: Dans un stunt à bases multiples, il n'est pas permis d'effectuer une rotation impliquant un twist lorsque la voltige fait une roulade arrière suspendue.

3. Les inversions qui se dirigent vers le bas, sont seulement permises au niveau de la taille et doivent être assistées par un minimum de 2 bases/atrapeurs positionnées du niveau de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules. La voltige doit demeurer en contact avec une des bases d'origine.

Clarification 1: Le stunt ne peut pas passer à la hauteur des épaules et ensuite s'inverser sous la hauteur des épaules (le momentum de la voltige qui descend est la priorité numéro un).

Clarification 2: Les atrapeurs doivent physiquement toucher la voltige de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules.

Clarification 3: Les stunts à 2 jambes où la voltige se replie sur elle-même en position carpée (la crêpe/pancake) ne sont pas permis dans la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté.

4. Les inversions qui se dirigent vers le bas, ne peuvent se toucher/entrer en contact les unes avec les autres.
5. Les bases ne peuvent pas supporter le poids d'une voltige lorsqu'elles (les bases) sont placées dans une position de pont ou une position inversée.

Clarification : Une personne se tenant debout sur le sol n'est pas considérée comme une voltige.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

1. Les pyramides doivent suivre les règlements des stunts et démontages de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté, et sont permises jusqu'à deux personnes de hauteur.
2. Le support primaire de la voltige doit être une base.

Exception: Voir les mouvements de relâche des pyramides de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté.

3. Les stunts en extension à une jambe ne doivent pas être supportés ou connectés à d'autres stunts en extension.

4. Aucun stunt, pyramide ou individu ne peut se déplacer par-dessus ou sous un autre stunt, pyramide ou individu séparé.

Clarification: Une voltige ne peut pas passer par-dessus ou sous le torse d'une autre personne, et ce, même si le stunt ou la pyramide est séparé ou pas.

Exemple: un shoulder sit qui se déplace en dessous d'un stunt à la hauteur des épaules (prep) n'est pas autorisé.

5. Une montée/transition twist qui se termine en extension, impliquant jusqu'à un (1) twist, est permise si la voltige est connectée à UNE voltige qui est à la hauteur des épaules ou plus bas ET à au moins une base.

La connexion avec la voltige à la hauteur des épaules ou plus bas doit être une connexion main/bras à main/bras seulement. La connexion doit être faite avant d'initier l'habileté et la voltige doit demeurer connectée durant toute la transition. Une connexion main/bras n'inclus pas l'épaule.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

Mouvements de relâche

Toute habileté légale sous mouvements de relâche de pyramides de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté, demeure légale si l'habileté reste en contact avec une (1) base ET deux (2) voltiges.

Chaque fois qu'une voltige est relâchée de ses bases durant les transitions de pyramide et qu'elle ne respecte pas les six (6) règlements ci-dessous, la voltige devra atterrir en position cradle ou démonter sur la surface de performance et suivre les règlements des démontages de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté.

1. Durant une transition de pyramide, la voltige peut passer plus haut que deux personnes de hauteur lorsqu'elle est en contact physique directe avec minimum deux (2) connexions à la hauteur des épaules (prep level) ou plus bas.

Le contact doit être maintenu avec les mêmes personnes pendant toute la transition.

Clarification : Les montées/transitions twists sont autorisées jusqu'à une (1) rotation twist si la voltige est connectée à au moins deux voltiges, à la hauteur des épaules et plus bas, avec des connexions main/bras. La connexion doit être faite avant l'initiation de l'habileté et doit rester en contact pendant l'habileté.

Clarification 2: Dans les pyramides mouvements de relâche de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté, il est permis d'incorporer des mouvements de relâche de stunt où le contact est maintenu avec une autre voltige si les mouvements de relâche respectent les règlements de stunts- mouvements de relâche de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté ou de démontages de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté.

2. La voltige doit demeurer en contact directe avec minimum deux (2) personnes différentes à la hauteur des épaules (prep level) ou plus bas. Une de ces deux connexions doit être une connexion main/bras à main/bras ou main/bras à pied/tibia (sous le genou).

Clarification 1: Les mouvements de relâche dans les pyramides doit être connectés par deux (2) personnes et sur deux (2) côtés différents (côté droit-gauche, côté gauche et arrière, etc.). Une voltige doit être soutenue/connectée par deux (2) de ses quatre (4) côtés du corps (avant, arrière, droite, gauche).

Clarification 2: Deux personnes qui soutiennent du même côté n'est pas permis.

Clarification 3: Un contact doit être fait entre la voltige et une base sur la surface de performance AVANT que le contact avec les personnes effectuant les connexions (les autres voltiges) soit relâché.

3. Le poids de la voltige ne peut être supporté par un deuxième niveau de pyramide (semi-base).

Clarification: la transition doit être continue.

4. Ces types de transitions ne peuvent pas inclure un changement de bases.
5. Ces types de transitions doivent être attrapées par minimum deux (2) attrapeurs (minimum 1 attrapeur et 1 spotteur) et doivent respecter les conditions ci-dessous:
 - a. Ces deux personnes/attrapeurs doivent être en position stationnaire/ immobile.
 - b. Ces deux personnes/attrapeurs doivent avoir un contact visuel avec la voltige durant toute la transition.
6. Les mouvements de relâche ne peuvent pas être soutenus/connectés à des voltiges qui sont plus hautes que la hauteur des épaules.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

Inversions

1. Les inversions dans les pyramides doivent suivre les règlements des stunts inversions de la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté.
2. Une voltige peut passer par une position inversée, pendant une transition de pyramide, SI elle demeure en contact directe avec au moins une base qui a les deux pieds au sol ET une voltige à la hauteur des épaules ou plus bas.

La voltige doit demeurer connectée à la base et à l'autre voltige tout le long de la transition. La base qui demeure en contact avec la voltige peut tendre ses bras en extension lors de la transition, si l'élément débute et se termine dans une position à la hauteur des épaules ou plus bas.

Exemple: Une voltige couchée sur le dos en position jambes écartées (flat back split), qui effectue une roulade arrière afin de revenir dans une position de départ (accroupi ou pied au sol) est permis, même si la base tend ses bras en extension durant la position inversée.

Exemple d'habileté illégale: Une voltige couchée sur le dos en position split (flat back split), qui effectue une roulade arrière puis arrive dans une position en extension est un élément illégal, puisque la voltige n'est pas d'abord arrivée à la hauteur des épaules ou plus bas.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

Mouvements de relâche avec inversions soutenues

1. Dans les transitions de pyramides, il est interdit d'effectuer une inversion lorsqu'il y a un relâchement des bases.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ DÉMONTAGES

Note: Les mouvements sont considérés comme des démontages seulement si les voltiges sont relâchées pour atterrir en cradle, ou relâchées et assistées jusqu'à la surface de performance.

1. Les démontages cradle de stunts à une seule base doivent avoir un spotteur qui supporte, avec au minimum un bras/main, de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules de la voltige lors de l'attrapée.
2. Les démontages cradles de stunts à bases multiples doivent avoir deux (2) attrapeurs en plus d'un spotteur qui supporte, avec au minimum un bras/main, de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules de la voltige lors de l'attrapée.

3. Les démontages doivent retourner aux bases d'origine.

Exception 1: Tout démontage à la surface de performance doit être assisté par soit une base d'origine et/ou un spotteur.

Exception 2: Les descentes droites (straight drops) ou les petits sauts (hop offs), sans aucune habileté supplémentaire, à partir d'un stunt au niveau de la taille ou en dessous, sont les seuls démontages sur la surface de performance permis qui ne nécessitent pas d'assistance.

Clarification : Un individu ne peut pas atterrir sur la surface de performance sans assistance à partir d'un stunt plus haut que le niveau de la taille.

4. Seuls les démontages de type pop down, cradle en ligne droite et cradle ¼ de tour sont permis de tout stunt à une jambe.
5. Les démontages cradle twist sont permis jusqu'à maximum 1¼ de rotation (1¼ tour) de tous les stunts à deux (2) jambes.

Clarification : Un démontage cradle twist à partir d'un « faux » cupie (plateforme) n'est pas permis. Ce stunt n'est pas considéré comme un stunt à deux jambes. Il y a des exceptions spécifiques pour ce stunt (plateforme) dans la catégorie médiane unifiée Super Cheer Adapté, sous stunts et transitions twist spécifiquement.

6. Aucun stunt, pyramide, individu ou accessoire ne peut se déplacer par-dessus ou sous un démontage, et un démontage ne peut être projeté par-dessus, sous ou à travers des stunts, pyramides, individus ou accessoires.

Exception: sauf si l'«accessoire» est un équipement de mobilité pour un athlète Super Cheer Adapté.

7. Dans les démontages de stunts à deux jambes, il est possible d'exécuter une (1) habileté/truc.
8. Tout démontage impliquant une habileté (Exemple : twist, toe touch), d'un stunt plus haut que la hauteur des épaules, doit être attrapé en position cradle.
9. Aucun démontage de type salto libre n'est permis.
10. Les démontages ne peuvent pas intentionnellement se déplacer.
11. Lors d'un démontage, les voltiges ne peuvent pas entrer en contact les unes avec les autres lorsqu'elles sont relâchées de leurs bases.
12. Tous les types de tensions drops/rolls sont interdits.

13. Dans les démontages cradle d'un stunt à seule base avec plusieurs voltiges (ex : double cupie), il doit y avoir deux attrapeurs pour chacune des voltiges. Ces attrapeurs et bases doivent être en position stationnaire/immobile avant l'initiation du démontage.
14. Les démontages à partir d'une position inversée ne sont pas autorisés.

CATÉGORIE MÉDIANE UNIFIÉE SUPER CHEER ADAPTÉ PROJECTIONS

1. Les projections panier ne sont pas autorisées.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ TUMBLING GÉNÉRAL

1. Toute habileté de tumbling doit débiter et atterrir sur la surface de performance.
Clarification: L'athlète peut rebondir de ses pieds à une transition de stunt. Si le rebond après la séquence de tumbling implique une rotation des hanches au-dessus de la tête, l'athlète/voltige doit être attrapé et arrêté dans une position non inversée, avant de continuer avec la transition des hanches au-dessus de la tête ou le stunt.
Exemple: Rondade flic suivi d'une poussée ou d'un contact avec une base ou une personne effectuant une connexion pour enchaîner un salto arrière enfreindrait ce règlement. Une séparation claire entre la passe de tumbling et le stunt est nécessaire pour le rendre légal. Attraper le rebond puis effectuer un squat pour créer la poussée à la rotation est permis. Ceci serait également applicable si vous effectuez un flic à l'arrêt sans rondade.
2. Le tumbling par-dessus, sous ou au travers un stunt, un individu ou un accessoire est interdit, sauf si l'«accessoire» est un équipement de mobilité pour un athlète Super Cheer Adapté. *Clarification: Un athlète peut sauter (rebondir) par-dessus un autre individu.*
3. Le tumbling en tenant ou en contact avec un accessoire est interdit, sauf si l'«accessoire» est un équipement de mobilité pour un athlète Super Cheer Adapté.
4. Les plongeurs (dive rolls) sont permis:
Exception 1: Les plongeurs en position du cygne/arqué sont interdits.
Exception 2: Les plongeurs impliquant des rotations (twists) sont interdits.

5. Les sauts ne sont pas considérés comme une habileté de tumbling du point de vue des pénalités. Par conséquent, si un saut est inclus dans une séquence de tumbling, le saut créera une séparation de cette séquence.

Exemple: Si un athlète de la catégorie avancée unifiée Super Cheer Adapté exécute la série suivante: rondade, toe touch, flic, tempo (whip), salto arrière tendu, ceci serait considéré illégal puisque les combinaisons salto-salto consécutifs sont interdites dans les règlements de tumbling à l'arrêt de la catégorie avancée unifiée Super Cheer Adapté.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ TUMBLING À L'ARRÊT

1. Les saltos à l'arrêt et les saltos après un flic sont permis.
2. Les habiletés sont permises jusqu'à 1 rotation salto (flipping) et 0 rotation de torsion (twisting).

Exception: Les roués sans main et les onodis sont permis.

3. Les combinaisons salto-salto consécutifs sont interdites.

Exemple: Les séries suivantes: salto arrière salto arrière et salto arrière salto avant sont interdites.

4. Les habiletés de saut sont interdites en combinaison immédiate avec un salto à l'arrêt.

Exemple: Les séries suivantes: saut toe touch salto arrière, salto arrière saut toe touch, saut pike salto avant sont interdites.

Clarification 1: Les sauts connectés aux $\frac{3}{4}$ de saltos avants sont interdits.

Clarification 2: La série suivante: Saut toe touch flic salto arrière est permise car l'habileté de salto n'est pas connectée immédiatement après l'habileté de saut.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ TUMBLING AVEC ÉLAN

1. Les habiletés sont permises jusqu'à 1 rotation salto (flipping) et 0 rotation de torsion (twisting).

Exception: Les roués sans main et les onodis sont permis.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ STUNTS

1. Un spotteur est requis pour chaque voltige soutenue au-dessus de la hauteur des épaules.
2. Les stunts à une jambe en extension sont permis.
3. Dans les stunts et les transitions au niveau des épaules impliquant une rotation twist, il est permis à la voltige de faire au maximum une rotation et demie ($1\frac{1}{2}$ twist) par rapport à la surface de performance.

Clarification: Dans une même séquence d'habiletés, une rotation effectuée avec un tour supplémentaire des bases serait illégale si le total de rotation effectuée par la voltige excède un tour et demi ($1\frac{1}{2}$ twist). Les juges de pénalités regarderont les hanches de la voltige pour déterminer le nombre total de rotations effectué par la voltige dans une séquence de stunts. Une fois que le stunt arrive en position, (c'est-à-dire prep), et que les athlètes prennent une pause, démontrent un arrêt clair et défini, avec une voltige immobile, ils peuvent ensuite enchaîner le stunt avec une autre rotation.

4. Les stunts et les transitions impliquant une rotation twist allant jusqu'en extension sont permis dans les conditions suivantes:

- a. Des habiletés en extension sont permises jusqu'au maximum une demi-rotation ($\frac{1}{2}$ twist).

Exemple: Stunt d'une demi-rotation ($\frac{1}{2}$ twist) à une jambe en extension est permis.

Clarification : Dans une même séquence d'habiletés, une rotation effectuée avec un tour supplémentaire des bases serait illégale si le total de rotation effectuée par la voltige excède un demi-tour ($\frac{1}{2}$ twist). Les juges de pénalités regarderont les hanches de la voltige pour déterminer le nombre total de rotations effectué par la voltige dans une séquence de stunts. Une fois que le stunt arrive en position, (c'est-à-dire prep), et que les athlètes prennent une pause, démontrent un arrêt clair et défini, avec une voltige immobile, ils peuvent ensuite enchaîner le stunt avec une autre rotation.

- b. Les habiletés en extension excédant une demi-rotation ($\frac{1}{2}$ twist) jusqu'au maximum d'une rotation (1 twist) doivent atterrir dans un stunt à 2 jambes, une position plate-forme ou une liberté (les variations de position du corps ne sont pas autorisées).

Exemple: Un full up (1 twist) vers un heel stretch en extension immédiat n'est pas permis, mais un full up (1 twist) vers une extension est permis.

Clarification 1: Une position plate-forme en extension doit être visiblement maintenue avant d'exécuter un stunt sur une seule jambe (1 jambe) autre qu'une liberté.

Clarification 2: Dans une même séquence d'habiletés, une rotation effectuée avec un tour supplémentaire des bases serait illégale si le total de rotation effectuée par la voltige excède un tour (1 twist). Les juges de pénalités regarderont les hanches de la voltige pour déterminer le nombre total de rotations effectué par la voltige dans une séquence de stunts. Une fois que le stunt arrive en position, (c'est-à-dire prep), et que les athlètes prennent une pause, démontrent un arrêt clair et défini, avec une voltige immobile, ils peuvent ensuite enchaîner le stunt avec une autre rotation.

5. Durant les transitions, au moins une base doit demeurer en contact avec la voltige.

Exception: Voir les mouvements de relâche.

6. Aucun salto libre n'est permis dans les stunts et les transitions.
7. Aucun stunt, pyramide ou individu ne peut se déplacer par-dessus ou sous un autre stunt, pyramide ou individu séparé.

Clarification: Cette règle fait référence au torse (le milieu du corps) d'un athlète qui ne peut pas se déplacer par-dessus ou sous le torse d'un autre athlète. Ceci ne fait pas référence aux bras ni aux jambes.

Exemple: Un shoulder sit qui se déplace en dessous d'un stunt à la hauteur des épaules (prep) n'est pas autorisé.

Exception 1: Un individu peut sauter par-dessus un autre individu.

Exception 2: Un individu peut se déplacer sous un stunt ou un stunt peut se déplacer par-dessus un individu.

8. Les attrapées en position écart (split) à une seule base sont interdites.
9. Les stunts à une seule base avec plusieurs voltiges doivent avoir un spotteur pour chaque voltige (ex : double cupie).
10. Les voltiges en extension à une jambe ne peuvent pas être connectées à d'autres voltiges en extension.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ STUNTS

Mouvements de relâche

1. Les mouvements de relâche sont permis, mais ils ne peuvent pas aller plus haut que le niveau des bras en extension.

Clarification: Si le mouvement de relâche dépasse le niveau des bras des bases en extension, il sera considéré comme une projection et/ou un démontage et doit suivre les règlements des projections et/ou démontages appropriés au niveau. Pour déterminer la hauteur du mouvement de relâche, au point de relâche le plus haut, la distance entre les hanches de la voltige et les bras des bases en extension sera utilisée pour déterminer la hauteur du mouvement de relâche. Si cette distance est plus grande que la longueur des jambes de la voltige, ce sera considéré comme une projection ou un démontage et doit suivre les règlements des projections et démontages appropriés au niveau.

2. Les mouvements de relâche ne peuvent pas atterrir dans une position inversée. Lors de l'exécution d'un mouvement de relâche d'une position inversée à une position non inversée, le bas du creux sera utilisé pour déterminer si la position initiale a été inversée. Les mouvements de relâche inversés en positions non inversées ne doivent pas impliquer de torsion (twisting). Les mouvements de relâche de positions inversées à non inversées atterrissant au niveau des épaules ou plus doivent avoir un spot.
3. Les mouvements de relâche qui n'atterrissent pas dans une position verticale doivent avoir 3 attrapeurs pour un stunt à bases multiples et 2 attrapeurs pour les stunt à une seule base.
4. Les mouvements de relâche doivent retourner aux bases d'origine, sauf si la ou les base (s) d'origine ne sont pas physiquement capables d'attraper le mouvement de relâche tel que désigné.

Clarification: un individu ne peut atterrir sur la surface de performance sans assistance.

Exception 1: Voir règlement 3 des démontages des catégories avancées Super Cheer Adapté.

Exception 2: Démontage à partir d'un stunt à seule base avec plusieurs voltiges (ex : double cupie).

5. Les mouvements de relâche qui atterrissent en position étendue doivent provenir du niveau de la taille ou plus bas et ne doivent pas impliquer de torsion (twisting) ou de retournement (flipping).
6. Les mouvements de relâche lancés à partir du niveau en extension ne doivent pas impliquer de torsion (twisting).
7. Les hélicoptères sont permis jusqu'à une rotation de 180 degrés et 0 torsion (twisting) et doivent être attrapés par un minimum de 3 attrapeurs, dont l'un est positionné au niveau de la tête et des épaules de la voltige.
8. Les mouvements de relâche ne peuvent pas intentionnellement se déplacer.
9. Les mouvements de relâche ne peuvent pas passer par-dessus, sous ou à travers d'autres stunts, pyramides ou individus.
10. Les voltiges dans les mouvements de relâche séparés ne peuvent pas se toucher/entrer en contact les unes avec les autres.

Exception: Démontage à partir d'un stunt à seule base avec plusieurs voltiges (ex : double cupie).

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ STUNTS

Inversions

1. Les stunts inversées en extension sont permis. Voir également "Stunts" et "Pyramides".
2. Les inversions qui se dirigent vers le bas, sont seulement permises au niveau des épaules et doivent être assistées par un minimum de 3 bases/attrapeurs, dont un minimum de 2 sont positionnés pour protéger la zone de la tête et des épaules.

Exception: Une descente contrôlée d'un stunt inversé en extension (exemple: équilibre (handstand)) au niveau des épaules est autorisé.

Clarification 1: Le stunt ne peut pas passer au-delà de la hauteur des épaules et ensuite s'inverser à la hauteur des épaules ou plus bas (le momentum de la voltige qui descend est la priorité numéro un).

Clarification 2: Les attrapeurs doivent physiquement toucher la voltige de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules.

Clarification 3: Les inversions qui se dirigent vers le bas, provenant d'un niveau plus bas que les épaules ne nécessitent pas trois (3) bases. Exception: Les stunts à 2 jambes (la

crêpe/pancake) doivent commencer au niveau des épaules ou plus bas, et sont autorisés à passer immédiatement au niveau en extension pendant l'habileté.

Clarification 4: Les stunts à 2 jambes (la crêpe/pancake) ne peuvent pas s'arrêter ou atterrir en position inversée.

3. Lors des inversions qui se dirigent vers le bas, la voltige doit demeurer en contact avec une des bases d'origine.

Exception: Inversions tournantes qui se dirigent vers le bas. Exemple: Dans les transitions de type roue, la base d'origine peut perdre le contact avec la voltige lorsqu'il devient nécessaire de le faire.

4. Les inversions qui se dirigent vers le bas, ne peuvent se toucher/entrer en contact les unes avec les autres.
5. Les bases ne peuvent pas supporter le poids d'une voltige lorsqu'elles (les bases) sont placées dans une position de pont ou une position inversée.

Clarification : Une personne se tenant debout sur le sol n'est pas considérée comme une voltige.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

1. Les pyramides doivent suivre les règlements des stunts et démontages des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté, et sont permises jusqu'à deux personnes de hauteur.

Exception: Les montées/transitions twists à des habiletés en extension sont autorisées jusqu'à une et demie (1½) rotation twist si la voltige est connectée à une voltige, à la hauteur des épaules ou plus bas. La connexion doit être faite avant l'initiation de l'habileté et doit rester en contact pendant la transition.

2. Le support primaire de la voltige doit être une base.

Exception: Voir les mouvements de relâche des pyramides des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté.

3. Les stunts en extension à une jambe ne doivent pas être supportés ou connectés à d'autres stunts en extension.
4. Aucun stunt ou pyramide ne peut se déplacer par-dessus ou sous un autre stunt ou pyramide séparé.

Clarification: Une voltige ne peut pas s'inverser par-dessus ou sous le torse (section médiane du corps d'un athlète) d'une autre voltige, que le stunt ou la pyramide soit séparée ou non.

Exemple: Un shoulder sit qui se déplace en dessous d'un stunt à la hauteur des épaules (prep) n'est pas autorisé.

Exception 1: Un individu peut sauter par-dessus un autre individu.

Exception 2: Un individu peut se déplacer sous un stunt ou un stunt peut se déplacer par-dessus un individu.

5. Toute habileté légale sous mouvements de relâche de pyramides des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté, demeure légale si l'habileté reste en contact avec une (1) base ET une (1) voltige (ou 2 voltiges si nécessaire).

Exemple: Un stunt crêpe (pancake) en extension serait requis de rester connecté à 2 voltiges.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

Mouvements de relâche

1. Durant une transition de pyramide, la voltige peut passer plus haut que deux personnes de hauteur lorsqu'elle est en contact physique directe avec minimum une (1) connexion à la hauteur des épaules (prep level) ou plus bas. Le contact doit être maintenu avec les mêmes personnes pendant toute la transition.

*Clarification 1: Un contact doit être fait entre la voltige et une base sur la surface de performance AVANT que le contact avec les personnes effectuant les connexions (les autres voltiges) soit relâché. **Exception:** Alors qu'un tic-tock du niveau des épaules ou plus haut à un niveau en extension (par exemple de low à high et de high à high) n'est pas autorisé pour les stunts des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté, la même compétence est autorisée dans les mouvements de relâche des pyramides des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté si l'habileté est soutenue/connectée par un minimum de 1 personne au niveau des épaules ou plus bas. La voltige effectuant le tic-tock doit être soutenue/connectée en tout temps pendant la relâche des bases.*

Clarification 2: Les mouvements de relâche des pyramides des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté peuvent incorporer des mouvements de relâche de stunt qui

maintiennent le contact avec 1 autre voltige à condition que le mouvement de relâche rencontre les critères des mouvements de relâche des stunts et des démontages des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté.

Clarification 3: Les stunts et les transitions impliquant une rotation twist sont autorisés à faire au maximum une rotation et demie (1½ twist) s'ils sont connectés à un minimum de 1 connexion au niveau des épaules ou plus bas.

2. Dans une transition de pyramide, une voltige peut passer par-dessus une autre voltige tout en étant connectée à cette voltige au niveau des épaules ou plus bas.
3. Le poids de la voltige ne peut être supporté par un deuxième niveau de pyramide (semi-base).

Clarification: La transition doit être continue.

4. Les pyramides de transition non inversées peuvent impliquer un changement de base dans les conditions suivantes:

- a. La voltige doit maintenir un contact physique avec une personne au niveau des épaules ou plus bas.

Clarification 1: Un contact doit être fait entre la voltige et une base sur la surface de performance AVANT que le contact avec les personnes effectuant les connexions (les autres voltiges) soit relâché.

- b. La voltige doit être attrapée par minimum deux (2) attrapeurs (minimum 1 attrapeur et 1 spotteur). Ces deux personnes/attrapeurs doivent être en position stationnaire/ immobile et ne peuvent pas être impliqués dans aucune autre habileté ou chorégraphie lorsque la transition est amorcée. (Le dip pour lancer la voltige est considéré comme l'initiation de l'habileté).

5. Les mouvements de relâche non inversés de pyramide doivent être attrapés par au moins 2 attrapeurs (minimum 1 attrapeur et 1 spotteur) dans les conditions suivantes:

- a. Ces deux personnes/attrapeurs doivent être en position stationnaire/ immobile.
- b. Ces deux personnes/attrapeurs doivent avoir un contact visuel avec la voltige durant toute la transition.

6. Les mouvements de relâche ne peuvent pas être soutenus/connectés à des voltiges qui sont plus hautes que la hauteur des épaules.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

Inversions

1. Les inversions dans les pyramides doivent suivre les règlements des stunts inversions des catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ PYRAMIDES

Mouvements de relâche avec inversions soutenues

1. Les transitions de pyramides peuvent impliquer des inversions soutenues (y compris des saltos soutenus) lorsqu'elles sont libérées des bases si le contact est maintenu avec au moins 2 personnes au niveau des épaules ou plus bas. Le contact doit être maintenu avec le même bracer tout au long de la transition.

Clarification 1: Un contact doit être fait entre la voltige et une base sur la surface de performance AVANT que le contact avec les personnes effectuant les connexions (les autres voltiges) soit relâché.

Clarification 2: Les saltos soutenus doivent être connectés par deux (2) personnes et sur deux (2) côtés différents (côté droit-gauche, côté gauche et arrière, etc.). (Exemple: deux bracers sur le même bras ne seront plus autorisés). Une voltige doit être soutenue/connectée par deux (2) de ses quatre (4) côtés du corps (avant, arrière, droite, gauche).

2. Les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) sont permises jusqu'à 1¼ rotation salto (flipping) et 0 rotation twist (twisting).
3. Les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) ne peuvent pas impliquer de changer de bases.
4. Les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) doivent être en mouvement continu.
5. Toutes les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) n'impliquant pas une rotation twist doivent être attrapées par minimum trois (3) attrapeurs.

Exception: Les saltos soutenus qui atterrissent en position verticale à la hauteur des épaules ou plus haut nécessitent au moins 1 attrapeurs et 2 spotteurs.

- a. Ces personnes/attrapeurs doivent être en position stationnaire/ immobile.

- b. Ces personnes/atrapeurs doivent avoir un contact visuel avec la voltige durant toute la transition.
 - c. Ces personnes/atrapeurs ne doivent pas être impliqués dans aucune autre habileté ou chorégraphie lorsque la transition est amorcée. (Le dip pour lancer la voltige est considéré comme l'initiation de l'habileté).
6. Les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) ne peuvent pas se déplacer vers le bas lorsqu'elles sont inversées.
 7. Les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) ne peuvent pas entrer en contact avec d'autres mouvements de relâche de stunt / pyramide.
 8. Les inversions soutenues (y compris les saltos soutenus) ne peuvent pas être soutenues / connectées aux voltiges au-dessus du niveau des épaules.

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ DÉMONTAGES

Note: Les mouvements sont considérés comme des démontages seulement si les voltiges sont relâchées pour atterrir en cradle, ou relâchées et assistées jusqu'à la surface de performance.

1. Les démontages cradle de stunts à une seule base doivent avoir un spotteur qui supporte, avec au minimum un bras/main, de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules de la voltige lors de l'attrapée.
2. Les démontages cradle de stunts à bases multiples doivent avoir deux (2) attrapeurs en plus d'un spotteur qui supporte, avec au minimum un bras/main, de la taille jusqu'à la région des épaules afin de protéger la tête et les épaules de la voltige lors de l'attrapée.
3. Les démontages doivent retourner aux bases d'origine.

Exception 1: Tout démontage à la surface de performance doit être assisté par soit une base d'origine et/ou un spotteur.

Exception 2: Les descentes droites (straight drops) ou les petits sauts (hop offs), sans aucune habileté supplémentaire, à partir d'un stunt au niveau de la taille ou en dessous, sont les seuls démontages sur la surface de performance permis qui ne nécessitent pas d'assistance.

Clarification: Un individu ne peut pas atterrir sur la surface de performance sans assistance à partir d'un stunt plus haut que le niveau de la taille.

4. Les démontages cradle twist sont permis jusqu'à maximum $2\frac{1}{4}$ de rotation ($2\frac{1}{4}$ tour) de tous les stunts à deux (2) jambes.

Clarification: Un démontage cradle twist à partir d'un « faux » cupie (plateforme) est permis jusqu'à maximum $1\frac{1}{4}$ de rotation ($1\frac{1}{4}$ tour). Ce stunt n'est pas considéré comme un stunt à deux jambes. Il y a des exceptions spécifiques pour ce stunt (plateforme) dans les catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté, sous stunts et transitions twist spécifiquement.

5. Les démontages cradle twist sont permis jusqu'à maximum $1\frac{1}{4}$ de rotation ($1\frac{1}{4}$ tour) de tous les stunts à une (1) jambe.

Clarification: Un stunt « faux » cupie (plateforme) n'est pas considéré comme un stunt à deux jambes. Il y a des exceptions spécifiques pour ce stunt (plateforme) dans les catégories avancées unifiées Super Cheer Adapté, sous stunts et transitions twist spécifiquement.

6. Aucun stunt, pyramide, individu ou accessoire ne peut se déplacer par-dessus ou sous un démontage, et un démontage ne peut être projeté par-dessus, sous ou à travers des stunts, pyramides, individus ou accessoires.

Exception: sauf si l'«accessoire» est un équipement de mobilité pour un athlète Super Cheer Adapté.

7. Durant un démontage cradle impliquant une rotation twist qui dépasse $1\frac{1}{4}$ de torsion, aucune habileté autre que la rotation twist n'est autorisée.
8. Aucun démontage de type salto libre n'est permis.
9. Les démontages ne peuvent pas intentionnellement se déplacer.
10. Lors du démontage, les voltiges ne peuvent pas entrer en contact les unes avec les autres lorsqu'elles sont relâchées de leurs bases.
11. Tous les types de tensions drops/rolls sont interdits.
12. Dans les démontages cradle d'un stunt à seule base avec plusieurs voltiges (ex : double cupie), il doit y avoir deux attrapeurs pour chacune des voltiges. Ces attrapeurs et bases doivent être en position stationnaire/immobile avant l'initiation du démontage.
13. Les démontages à partir d'une position inversée ne doivent pas impliquer de torsion (twisting).

CATÉGORIES AVANCÉES UNIFIÉES SUPER CHEER ADAPTÉ PROJECTIONS

1. Les projections panier ne sont pas autorisées.

RÈGLES ET LIGNES DIRECTRICES DE COMPRESSION DU CORDON SPINAL / INSTABILITÉ ATLANTOAXIALE (IAA)

1. Vue d'ensemble: Une compression de la moelle épinière peut survenir à n'importe quel niveau vertébral en raison d'une anomalie osseuse ou ligamentaire. Ces anomalies peuvent prédisposer les individus à des blessures s'ils participent à des activités qui déplacent radicalement les vertèbres au niveau de la zone de compression. Lorsque la compression de la moelle épinière se produit au niveau des vertèbres cervicales (C-1 et C-2) du cou, on parle d'instabilité atlantoaxiale (IAA). Il convient de noter que les personnes atteintes du syndrome de Down courent un risque plus élevé de développer un IAA symptomatique. La compression de la moelle épinière / IAA peut entraîner un certain nombre de signes ou de symptômes. Les athlètes qui décrivent une incontinence ou un engourdissement, une faiblesse, une douleur ou une gêne, une inclinaison de la tête, une spasticité ou une paralysie de toute partie du corps, en particulier si l'un de ces symptômes est nouveau ou s'est aggravé au cours des 3 dernières années, peuvent nécessiter une évaluation neurologique supplémentaire avant de pouvoir être autorisés à participer à certaines habiletés en cheerleading. Il convient de noter que ce ne sont PAS tous les signes et symptômes neurologiques (tels que ceux qui sont stables et de longue date) qui nécessiteront une évaluation neurologique supplémentaire pour la compression de la moelle épinière / IAA avant de participer.
2. Règles et directives: Compression de la moelle épinière / IAA est référencé ici à titre de précaution pour les équipes Super Cheer, Super Cheer adapté et Jeux Olympiques Spéciaux ou tout athlète qui peut potentiellement avoir une compression de la moelle épinière / IAA. La présence de tout signe ou symptôme doit être prise au sérieux car elle est associée à un risque important de lésion de la moelle épinière dans l'environnement sportif. Toutes les habiletés qui peuvent présenter un danger pour un athlète présentant des symptômes de compression de la moelle épinière / IAA (y compris, mais sans s'y limiter, les roulades vers l'avant, les roulades vers l'arrière et toute habileté pouvant

exposer un athlète avec IAA à un risque de chute de hauteur) sont interdites, sans l'approbation / l'autorisation écrite d'un professionnel de la santé.

3. Renonciations et documentation: Preuve de toutes les renonciations (renonciations Jeux Olympiques Spéciaux ci-joint: https://resources.specialolympics.org/taxonomy/leading_a_program/athlete_registration_forms.aspx#su%20pplementalforms) et la documentation est la responsabilité directe du directeur d'équipe et de l'entraîneur.
4. Pour les équipes Jeux Olympiques Spéciaux en particulier: selon les règles générales des Jeux Olympiques Spéciaux (section 2.02F) <https://resources.specialolympics.org/governance-and-leadership-excellence/special-olympics-general-rules/article-2>, tous les athlètes doivent être autorisés par un professionnel de la santé (via les renonciations médicales officielles et la documentation) et les formulaires doivent être soumis au programme local des Jeux Olympiques Spéciaux. La compression de la moelle épinière / IAA est évaluée comme un composant du formulaire médical officiel des Jeux Olympiques Spéciaux. Travaillez avec votre programme local des Jeux Olympiques Spéciaux pour obtenir les formulaires d'inscription pertinents, y compris les formulaires médicaux et les renonciations pour le programme régional. *Modèles disponibles ici:* https://resources.specialolympics.org/taxonomy/leading_a_program/athlete_registration_forms.aspx

ADAPTIVE ABILITIES QUALIFICATION GUIDELINES

Dans le but d'aider et d'encourager les fédérations nationales de l'ICU à développer des opportunités de Super Cheer Adapté pour les athlètes handicapés et non handicapés (par exemple les catégories «Super Cheer Adapté Unifiées») au sein de notre sport, ci-joint (à titre indicatif seulement), veuillez trouver une brève description du CPI des 10 types de déficience éligibles * (ci-dessous) également indiqués sur le site Web du CPI:

<https://www.paralympic.org/classification>; trouvé dans la section 2, chapitre 3.13 du manuel du CPI.

** Note 1: En raison de la nouveauté du programme de développement du Super Cheer Adapté de l'ICU au niveau local, l'ICU encourage ses fédérations nationales à utiliser l'excellente brève*

description du CPI des types de déficiences éligibles simplement comme une ligne directrice - et à encourager la participation de tous les athlètes handicapés qui peuvent ou non rencontrer les déficiences énumérées ci-dessous. Au fur et à mesure que le programme de développement du Super Cheer Adapté de l'ICU continue de se développer, un respect plus strict de ces politiques sera clairement abordé pour des compétitions futures spécifiques.

*** Note 2: Sur la base du caractère unique de la compétition de cheerleading, l'UCI inclut en outre la déficience auditive (n ° 11) à titre indicatif uniquement et également pour le développement futur éventuel de programmes conformes au CISS. L'ICU encourage à nouveau les fédérations nationales à inclure les athlètes de tous les handicaps, qui peuvent ou non rencontrer les handicaps énumérés ci-dessous, à des fins de développement du Super Cheer Adapté.*

**** Note 3: En 2020, l'ICU devrait lancer le programme de classification des athlètes du Super Cheer Adapté pour un score de base de 25 points (sur 100 points) pour les catégories Équipe Cheer uniquement. De plus amples détails peuvent être référencés sur:*

<http://cheerunion.org/education/coach/>.

Brève description du CPI des 10 types de déficience éligibles* (à titre indicatif pour le programme de Super Cheer Adapté de l'ICU):

Déficience: Explication

1. **Diminution de la puissance musculaire:** Affaiblissement de la puissance générée par les muscles et les groupes musculaires, comme les muscles d'un membre ou de la moitié inférieure du corps, résultant par exemple d'une lésion de la moelle épinière, d'un spina-bifida ou d'une poliomyélite.
2. **Diminution de l'amplitude maximale passive:** L'amplitude de mouvements dans une ou plusieurs articulations est réduite de manière irrémédiable en raison d'une arthrogrypose, par exemple. L'hypermobilité articulaire, l'instabilité articulaire et les troubles aigus, comme l'arthrite, ne sont pas considérés comme des déficiences admissibles.
3. **Déficience d'un membre:** Absence totale ou partielle d'os ou d'articulations en raison d'un traumatisme (accident de voiture, p. ex.), d'une maladie (cancer des os, p. ex.) ou d'une déficience congénitale d'un membre (dysmélie, p. ex.).

4. **Longueur inégale des jambes:** Raccourcissement osseux dans une jambe résultant d'une déficience congénitale ou d'un traumatisme.
5. **Petite taille:** Taille en position debout réduite en raison de la dimension anormale des os des membres supérieurs et inférieurs ou du tronc, résultant par exemple d'une achondroplasie ou d'un déficit en hormone de croissance.
6. **Hypertonie:** Augmentation anormale de la tension musculaire et capacité réduite d'un muscle à s'étirer, du fait d'un trouble neurologique, comme une infirmité motrice cérébrale, une lésion cérébrale ou une sclérose en plaques.
7. **Ataxie:** Manque de coordination des mouvements musculaires du fait d'un trouble neurologique, comme une infirmité motrice cérébrale, une lésion cérébrale ou une sclérose en plaques.
8. **Athétose:** Maladie généralement caractérisée par des mouvements déséquilibrés et involontaires et une difficulté à maintenir une posture symétrique, résultant d'un trouble neurologique, comme une infirmité motrice cérébrale, une lésion cérébrale ou une sclérose en plaques.
9. **Déficience visuelle:** La vision est impactée soit par une déficience de la structure oculaire, des nerfs optiques ou des trajectoires optiques, soit par le cortex visuel.
10. **Déficience intellectuelle:** Limitation du fonctionnement intellectuel et du comportement adaptatif qui se manifeste dans les habiletés conceptuelles, sociales et pratiques, et qui voit le jour avant l'âge de 18 ans.
11. **** Déficience auditive:** L'audition est affectée par une altération de la structure de l'oreille, une maladie ou d'autres facteurs conduisant à une perte auditive d'au moins 55 décibels dans la «meilleure oreille» d'un athlète - qui n'est pas corrigée par l'utilisation d'aides auditives, d'implants cochléaires et / ou appareils similaires.