



Cheer Canada Competitive Time Limits 2025-2026

Applicable to all divisions:

- There is no minimum time requirement for any division, with the exception of Performance Teams.
 - Teams competing outside of Canada may be required to shorten their routine time in accordance with host event regulations.
- Teams must take the floor immediately upon being announced. After completing their performance, teams are expected to exit the floor without delay. Choreographed entrances and exits are not permitted.

Recommendation: Teams should aim to set up and begin their routine within 30 seconds of taking the floor, and exit the performance area within 30 seconds of finishing. It is understood that teams performing cheer abilities may require additional time for entry and exit.

SCHOOL, COLLEGIATE, CHEER ABILITIES & ICU DIVISIONS

- The total maximum time for the routine is three (3) minutes.
- Maximum musical portion: 2:00 minutes (120 seconds)
 - A cheer is required and can be at any point in the routine
 - **EXCEPTION:** in Cheer Abilities a cheer is not required if a sizable percentage of athletes are not able to due to their disability.
- Note that teams competing outside of Canada may be required to have shorter routine length (typically 1:45 minutes for music).

GAME DAY

- Maximum Overall Time: 3:00 (180 Seconds)

ALL STAR

- NOVICE: 1:30 minute (90 seconds)
- PREP: 2:00 minutes (120 seconds)
- NON-TUMBLE DIVISIONS: 2:00 minutes (120 seconds)
- All other ALL STAR divisions: 2:30 minutes (150 seconds)
- Group Stunts, Partner Stunt, Indy: 1 minute (60 seconds)

PERFORMANCE CHEER

- PREP: 2:00 minutes (120 seconds)
- TEAM: minimum 1:45 with maximum 2:15 minutes
 - Cheer Abilities teams do not have a minimum
- Doubles: 1:30 minutes (90 seconds)



Cheer Canada Competitive Time Limits 2025-2026

Length	Division
1:00	Specialty: group stunt, partner stunt, indy
1:30	Performance Doubles All Star NOVICE
2:00	All Star PREP All Star Non Tumble divisions
2:15	Performance Teams
2:30	All Star
3:00	Cheer Abilities, School, Collegiate, Game Day, ICU divisions

Applicable à toutes les divisions :

- Il n'y a pas de durée minimale requise pour aucune division, à l'exception des équipes de performance.
 - Les équipes participant à des compétitions à l'extérieur du Canada peuvent être tenues de raccourcir la durée de leur routine conformément au règlement de l'événement hôte.
- Les équipes doivent entrer en scène immédiatement après avoir été annoncées. Une fois leur performance terminée, les équipes doivent quitter la scène sans délai. Les entrées et sorties chorégraphiées ne sont pas autorisées.

Recommandation : les équipes doivent s'efforcer de s'installer et de commencer leur routine dans les 30 secondes suivant leur entrée sur le sol de performance, et de le quitter dans les 30 secondes suivant la fin de leur performance. Il est entendu que les équipes de Cheer spécialisé peuvent avoir besoin de plus de temps pour entrer et sortir.

SCOLAIRE, COLLÉGIAL, CHEER SPÉCIALISÉ & DIVISIONS ICU

- La durée maximale totale de la routine est de **trois (3) minutes**.
- **Portion musicale maximale** : 2:00 minutes (120 secondes)
- Un **cheer (chant)** est obligatoire et peut être placé à n'importe quel moment de la routine.
 - **EXCEPTION** : dans la division *Cheer spécialisé*, un cheer n'est pas obligatoire si un pourcentage significatif des athlètes n'est pas en mesure de le faire en raison de leur handicap.
- À noter : les équipes qui compétitionnent à l'extérieur du Canada peuvent être tenues d'avoir une routine plus courte (généralement 1:45 minutes pour la portion musicale).

JOUR DE MATCH

- **Durée totale maximale** : 3:00 minutes (180 secondes)

ALL STAR

- **NOVICE** : 1:30 minute (90 secondes)
- **INITIATION (PREP)** : 2:00 minutes (120 secondes)
- **DIVISIONS SANS TUMBLING** : 2:00 minutes (120 secondes)
- **Toutes les autres divisions ALL STAR** : 2:30 minutes (150 secondes)
- **Groupe de stunt, tumbling individuel, duo et trio** : 1:00 minute (60 secondes)



Cheer Canada Competitive Time Limits 2025-2026

PERFORMANCE CHEER (DANSE)

- **PREP** : 2:00 minutes (120 secondes)
- **ÉQUIPE** : minimum 1:45 minute et maximum 2:15 minutes
 - Les équipes de *Cheer spécialisé* n'ont pas de durée minimale.
- **DOUBLES** : 1:30 minute (90 secondes)

Durée	Division / Catégorie
1:00	Groupe de stunt, tumbling individuel, duo et trio
1:30	Performance cheer (danse) - Doubles Novice
2:00	Initiation (prep) Divisions sans tumbling
2:15	Performance cheer (danse) Équipe
2:30	All Star
3:00	Cheer spécialisé, scolaire, collégial, jour de match, divisions ICU