PRAVIDLA

TEAM CheerPom

PRAVIDLA,
VĚKOVÉ SKUPINY,
OTEVÍRANÉ DIVIZE NA SOUTĚŽÍCH ČACH
2026/2027

Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6

cach@cach.cz
www.cach.cz

IČ 26546612
FIO Banka, č.ú. 2500357400/2010

I. ZÁKLADNÍ USTANOVENÍ

1. Team CheerPom je týmová soutěžní kategorie určená především skupinám působícím na rekreační nebo volnočasové úrovni, které nemají předchozí zkušenosti se soutěžním sportovním cheerleadingem.
2. Kategorie je určena klubům, jejichž žádná soutěžní skupina se v období pěti let předcházejících příslušné soutěžní sezoně nezúčastnila soutěže ve sportovním cheerleadingu pořádané ČACH nebo pod její záštitou.
3. Hodnocení zahrnuje základní oblasti cheerleadingu, zejména tanec, akrobacii, stunty, výhozy a pyramidy, s výjimkou pokřiku. Posuzuje se práce s pom-pons, akrobatické prvky, využití soutěžní plochy, nápaditost a plynulost choreografie.
4. Pro tuto kategorii se použije Soutěžní řád ČACH a jeho přílohy, platné pro pořadatele soutěží v sezoně 2026/2027. Aktuální znění Soutěžního řádu ČACH a souvisejících platných dokumentů je dostupné na pravidla.cach.cz.

II. SPECIFIKACE KATEGORIE A BEZPEČNOSTNÍ PRAVIDLA

A. POKŘIK: Pokřiky (cheer i chant) jsou zakázány.

B. TANEC: Použití pom-pons je povinnou součástí taneční části soutěžní sestavy. Minimální délka ani rozsah jejich využití nejsou stanoveny. Doporučuje se jejich aktivní zapojení do choreografie s důrazem na rozmanitost pohybů, synchronizaci a celkový vizuální efekt.

C. AKROBACIE

1. Není povolené provádět akrobatický prvek tak, aby váha sportovce byla na pom-pons.
2. Při provádění akrobatického prvku musí mít sportovec volné dlaně (nebo alespoň jednu, která nese váhu sportovce).
3. Výjimka: Lze provádět kotoul s pomy, popř. hvězda/přemet s pomy v jedné ruce, o kterou se sportovec neopírá svojí váhou těla.

D. STUNTY / PYRAMIDY / VÝHOZY:

V kategorii Team CheerPom jsou povoleny stunty, pyramidy a výhozy (*basket tosses*) za podmínek stanovených těmito pravidly. Veškeré prvky musí být prováděny kontrolovaně, s odpovídajícím počtem basů a spotterů a se zajištěním bezpečnosti všech zúčastněných sportovců. Stunty, pyramidy a výhozy nesmí obsahovat prvky výslovně zakázané těmito pravidly.

1. Výška stuntů

- V kategorii Team CheerPom jsou povoleny stunty do úrovně *extended level* včetně.
- **Prep level** (úroveň ramen) je výšková úroveň stuntu, při které je top podpírán přibližně ve výšce ramen basů.
- **Extended level** (úroveň natažených paží) je výšková úroveň stuntu, při které je top ve vzpřímené poloze podpírán basy s pažemi plně nataženými nad hlavou. Typickým

Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6
cach@cach.cz
www.cach.cz
IČ 26546612
FIO Banka, č.ú. 2500357400/2010

příkladem je *extension*, při kterém top stojí oběma nohama na rukou basů nad úrovní jejich hlavy.

2. Počet basů a jištění

- Při provádění stuntů, ve kterých top stojí na rukou basů v úrovni ramen (*prep level*) nebo výše (*extended level*), je povinná účast minimálně tří osob zajišťujících podporu a bezpečnost topa.
- Nejméně jedna z těchto osob musí zajišťovat jištění topa v oblasti hlavy, krku a ramen a být schopna bezprostředně reagovat na případnou ztrátu stability.
- Povinnost minimálně tří osob se nevztahuje na výslovně uvedené výjimky dle bodu 3.

3. Výjimky z minimálního počtu tří basů

Z povinnosti minimálně tří osob zajišťujících podporu a bezpečnost topa jsou vyňaty následující stuntové pozice:

- **Shoulder sit (sedačka):** Top sedí na jednom nebo obou ramenou base.

  Prvek může být prováděn jedním basem a jedním topem.

- **Shoulder stand (stoj na ramenou):** Top stojí oběma nohama na ramenou base.

  Prvek může být prováděn ve dvou osobách, tedy jedním basem a jedním topem.

- **Suspended split (provaz):** Top se nachází v pozici provazu, přičemž jeho dolní končetiny jsou podpírány basy.

  Prvek může být prováděn dvěma basy a jedním topem.

- **Další základní sedové a horizontální pozice**

  Základní sedové nebo horizontální stuntové pozice, při kterých top nestojí na rukou basů, mohou být prováděny s menším počtem basů, pokud je zajištěna odpovídající podpora a jištění.

  Výjimky se vztahují pouze na uvedené pozice a jejich kontrolované nástupy a sestupy. Nevztahují se automaticky na složitější přechody, rotace, výhozy nebo uvolnění topa z podpory.

4. Výhozy (Basket Tosses)

- V kategorii Team CheerPom jsou povoleny výhozy (*basket tosses*).
- Výhozy musí být prováděny minimálně čtyřmi osobami, a to dvěma basy, jedním zadním spotterem (*back spotter*) a jedním topem. Výhozy mohou být prováděny maximálně pěti osobami, tedy třemi basy, jedním zadním spotterem a jedním topem.
- Top musí být při výhozu zachycen kontrolovaně do pozice *cradle (kolébka)*.
- Při provádění výhozů nesmí žádná ze zapojených osob držet pom-pons způsobem, který by omezoval bezpečné provedení výhozu nebo zachycení topa.

Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6
cach@cach.cz
www.cach.cz
IČ 26546612
FIO Banka, č.ú. 2500357400/2010

5. Pyramidy

- V kategorii Team CheerPom jsou povoleny výhozy (*basket tosses*).
- Výhozy musí být prováděny minimálně čtyřmi osobami, a to dvěma basy, jedním zadním spotterem (*back spotter*) a jedním topem. Výhozy mohou být prováděny maximálně pěti osobami, tedy třemi basy, jedním zadním spotterem a jedním topem.
- V kategorii Team CheerPom jsou povoleny pyramidy sestavené z prvků odpovídajících povoleným stuntovým pozicím.
- Maximální povolenou výškou pyramid je extended level (úroveň natažených paží).
- Každý top musí mít zajištěnou odpovídající podporu a jištění.
- Není povoleno, aby top nesl váhu dalšího topa.

6. Posuzování legality

- Dodržování bezpečnostních omezení podléhá posouzení Legality porotce.
- Porušení těchto pravidel je posuzováno v souladu s platným systémem penalizací ČACH (Technická pravidla – Bezpečnost a Legalita).
- Případné nejasnosti týkající se legality konkrétního prvku mohou být před soutěží konzultovány prostřednictvím Legality Call.

E. AKROBACIE

1. Není povolené provádět akrobatický prvek tak, aby váha sportovce byla na pom-pons.
2. Při provádění akrobatického prvku musí mít sportovec volné dlaně (nebo alespoň jednu, která nese váhu sportovce).
3. Výjimka: Lze provádět kotoul s pomy, popř. hvězda/přemet s pomy v jedné ruce, o kterou se sportovec neopírá svojí váhou těla.

III. POČET SPORTOVCŮ

1. Povolený počet sportovců v týmové kategorii Team CheerPom je 5 - 30 soutěžících.
2. Upřesnění dalších účastníků soutěže v rámci této kategorie je uvedené níže v tabulce.

Kategorie	Soutěžící	Náhradníci	Ex. spotteři	Trenéři	Doprovod
POM SHOW	**5-30**	**5**	**5**	**3**	**2**

3. Osoby zastávající role Účastníků soutěže (soutěžící sportovci, náhradník, trenér, doprovod, externí spotter) musí být jmenovitě uvedeny v soutěžní přihlášce nejpozději měsíc před datem konání akce, a to včetně příslušnosti k soutěžním skupinám.
4. Aktualizace jmen nesoutěžících Účastníků je možná nejpozději týden před danou soutěží.

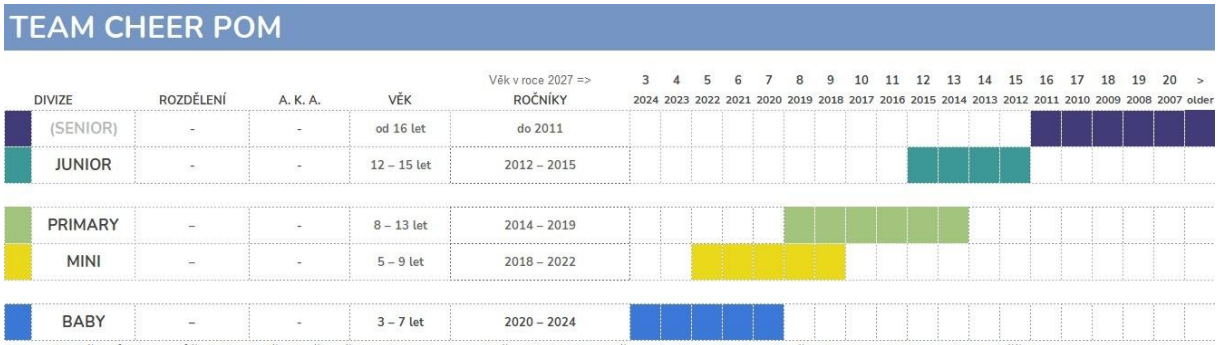
Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6
cach@cach.cz
www.cach.cz
IČ 26546612
FIO Banka, č.ú. 2500357400/2010

IV. VĚKOVÉ SKUPINY

Soutěžní skupiny kategorie Team CheerPom podléhají věkovému rozdělení:

- SENIOR (16 let a více)
- JUNIOR (12-15 let)
- PRIMARY (8-13 let)
- MINI (5-9 let)
- BABY (3-7 let)

Pozn. 20% členů týmu může být mladší/starší než dovoluje vymezená věková skupina výše.



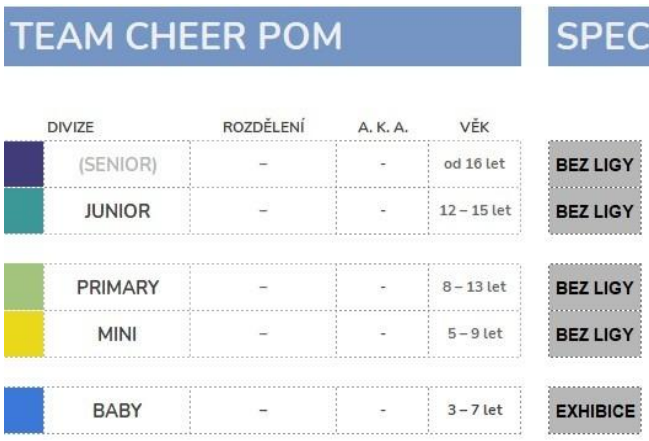
Pozn. 20% členů týmu může být mladší/starší než dovoluje vymezená věková skupina výše. Tyto divize budou otevřené pouze na vypsaných soutěžích.

Kompletní přehled všech věkových skupin je uveden v dokumentu Věkové skupiny pro sezonu 2026/27 na webu ČACH pravidla.cach.cz.

V. OTEVÍRANÉ DIVIZE

Otevírané divize podléhají tomuto rozdělení:

- Team CheerPom (SENIOR)
- Team CheerPom JUNIOR
- Team CheerPom PRIMARY
- Team CheerPom MINI
- Team CheerPom BABY



Kompletní přehled všech otevíraných divizí je uveden v dokumentu Otevírané divize pro sezonu 2026/27 na webu ČACH pravidla.cach.cz.

Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6
cach@cach.cz
www.cach.cz
IČ 26546612
FIO Banka, č.ú. 2500357400/2010

VI. SOUTĚŽNÍ PLOCHA

Soutěžní plocha pro kategorie Team CheerPom má následující parametry:

- povrch Marley (baletizol)
- rozměr min. 12 x 12 m.
- pořadatel každé soutěže určuje přesný rozměr plochy (viz Karta dané soutěže)

VII. DÉLKA SOUTĚŽNÍ SESTAVY

- Celková délka soutěžní sestavy musí být nejméně 2 minuty a nejvýše 4 minuty.
- Měření času začíná prvním pohybem sportovců nebo prvním zvukem hudebního doprovodu, podle toho, co nastane dříve, a končí posledním pohybem sportovců nebo ukončením hudebního doprovodu, podle toho, co nastane později.

VIII. HODNOTÍCÍ KRITÉRIA

Pro kategorii Team CheerPom je platná následující bodovací listina s detaily hodnotících kritérií.

Judging Criteria **Hodnotící kritéria**	*Description* **Popis**	*Max.* **Max.**	*Points* **Body**
Category Style Execution and Difficulty of POM style **Provedení a Obtížnost tanečního stylu**	*Quality of Pom Technique: placement, control, precise and strong completion of movement, Difficulty of the movement and technical skills* Kvalita Pom techniky: umístění, kontrola, přesné a pevné dokončení pohybu / Obtížnost tanečního stylu	**10**	
Skill Technical Execution **Provedení technických prvků**	*Appropriate level skills with correct placement, body alignment, control, extension, balance, strength and completion of movement* Odpovídající úroveň dovedností se správným umístěním, linií těla, kontrolou, rozsahem, rovnováhou, pevností a dotažením pohybu	**10**	
Choreography / Story **Choreografie / Téma**	*Varied formations, seamless transitions, visual impact of staging, floor work, lifts, levels, opposition / Story execution* Rozmanité formace, plynulé přechody, vizuální dopad skladby, práci na zemi, zvedačkám, úrovním, opozicím / Téma sestavy	**10**	
Synchronization / Timing with Music **Synchronizace / souhra s hudbou**	*Correct timing with team members and the music* Správné načasování členů týmu navzájem a s hudbou	**10**	
Stunts and Pyramids **Stunty a Pyramidy**	*Difficulty, Synchronization, Transitions Moving into or Dismounting out of Skills, Execution, Timing, Creativity, Variety* Obtížnost, synchronizace, přechody do dalších prvků, sestupy, provedení, souhra, kreativita, rozmanitost	**15**	
Tumbling, jumps **Akrobacie, skoky**	*Group tumbling, Execution of skills (includes jumps), Difficulty, Proper Technique, Synchronization* Skupinová akrobacie, provedení prvků (včetně skoků), obtížnost, správná technika, synchronizace	**15**	
Flow of the Routine / Transitions **Plynulost sestavy / přechody**	*Execution of routine components: flow, pace, timing of skills, transitions* Provedení částí sestavy: plynulost, tempo, načasování prvků, přechody	**15**	
Overall Presentation, Crowd Appeal **Celkový dojem, showmanship**	*Overall presentation, showmanship (spirit, energy), crowd effect* Celkový dojem, showmanship (výraz, nadšení, energie), spolupráce s diváky	**15**	
TOTAL / **CELKEM**		**100**	

Tato pravidla pro sezonu 2026/2027 byla schválena Prezidiem ČACH dne 12.11.2026.

Zátopkova 100/2
160 17 Praha 6
cach@cach.cz
www.cach.cz
IČ 26546612
FIO Banka, č.ú. 2500357400/2010