

Česká asociace cheerleaders, z.s.

Časové limity

Team Cheer

- max. 3 minuty (3:00) celkem (hudba + pokřik + přechod)
- čas sestavy na hudbu max. 2 minuty (2:00)
- doporučená délka pokřiku 30 vteřin (0:30)
- čas na nástup na plochu je max. 20 vteřin (0:20), zákaz choreografických nástupů
- čas na odchod z plochy je max. 20 vteřin (0:20)

Team Performance

- čas sestavy na hudbu max. 2 minuty (2:00)
- čas na nástup na plochu je max. 20 vteřin (0:20), zákaz choreografických nástupů
- čas na odchod z plochy je max. 20 vteřin (0:20)

Doubles Performance

- čas sestavy na hudbu max. 1 minuta a 30 vteřin (1:30)
- čas na nástup na plochu je max. 20 vteřin (0:20), zákaz choreografických nástupů
- čas na odchod z plochy je max. 20 vteřin (0:20)

Group Stunts a Partners Stunts

- čas sestavy na hudbu max. 1 minuta (1:00)
- čas na nástup na plochu je max. 20 vteřin (0:20), zákaz choreografických nástupů
- čas na odchod z plochy je max. 20 vteřin (0:20)

Individual

- čas sestavy na hudbu max. 1 minuta (1:00)
- doporučená délka pokřiku je 30 vteřin (0:30)
- čas na nástup na plochu je max. 20 vteřin (0:20), zákaz choreografických nástupů
- čas na odchod z plochy je max. 20 vteřin (0:20)

Team pom Show

- viz pravidla team Pom Show

Další specifika spojená s postupem zasílání a spouštění hudby, měření délky soutěžního vystoupení a penalizacemi za nedodržení časového limitu jsou popsána v Soutěžním řádu ČACH.

Tato pravidla byla schválena Prezidiem ČACH dne 23.10.2025.

