

Sporta dejas

Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāžu mācību treniņu grupu rezultativitātes kritēriji sportā un nosacījumi attiecībā uz izglītojamo skaitu un vecumu

1. Šajā pielikumā ir lietoti šādi termini un saīsinājumi:

1.1. Latvijas valsts izlases dalībnieks – izglītojamais, kurš attiecīgajā sporta veidā valsts izlases sastāvā piedalās sporta federācijas kalendārā iekļautajās starptautiskajās sacensībās;

1.2. Latvijas valsts izlases kandidāts – izglītojamais, kurš iekļauts attiecīgās sporta federācijas izlašu vai paplašinātajos izlašu kandidātu sarakstos;

1.3. oficiālās sacensības – sacensības, kuras iekļautas izglītības iestādes sacensību kalendārā;

1.4. starptautiskās sacensības – starptautiskās sporta federācijas kalendārā iekļautās sporta sacensības;

1.5. valsts sacensības – Sporta likumā noteiktajā kārtībā atzīto sporta veidu sporta federāciju kalendārā iekļautās sacensības;

1.6. ASM – augstākās sporta meistarības grupa;

1.7. MT-1 – mācību treniņu pirmā apmācības gada grupa;

1.8. MT-2 – mācību treniņu otrā apmācības gada grupa;

1.9. MT-3 – mācību treniņu trešā apmācības gada grupa;

1.10. MT-4 – mācību treniņu ceturta apmācības gada grupa;

1.11. MT-5 – mācību treniņu piektā apmācības gada grupa;

1.12. MT-6 – mācību treniņu sestā apmācības gada grupa;

1.13. MT-7 – mācību treniņu septītā apmācības gada grupa;

1.14. SFS – speciālā fiziskā sagatavošana;

1.15. SM – sporta meistars;

1.16. SMP-1 – sporta meistarības pilnveidošanas pirmā apmācības gada grupa;

1.17. SMP-2 – sporta meistarības pilnveidošanas otrā apmācības gada grupa;

1.18. SMP-3 – sporta meistarības pilnveidošanas trešā apmācības gada grupa;

1.19. SSG – sākuma sagatavošanas grupa;

1.20. SMK – sporta meistara kandidāts;

1.21. VFS – vispārējā fiziskā sagatavošana.

2. Izglītības iestādēs treniņu grupu izglītojamo vecums, skaits grupā un sportiskie sasniegumi atbilst šādiem nosacījumiem un rezultativitātes kritērijiem:

Nr. p. k.	Grupas kvalifi- kācija	Nosacījumi			Rezultativitātes kritēriji
		izglītojamo skaits		izglītojamo vecums	
		minimālais	maksimālais		
1.	SSG	12	16	5–8	Nav

2.	MT-1	12	16	6–9	75 % nodarbību apmeklējums iepriekšējā mācību gadā vai kontrolnormatīvu izpilde
3.	MT-2	10	16	7–10	Dalība divās oficiālajās sacensībās vai iesācēju klases 1. līmeņa kontrolnormatīvu izpilde
4.	MT-3	10	14	8–11	Dalība četrās oficiālajās sacensībās vai iesācēju klases 2. līmeņa kontrolnormatīvu izpilde
5.	MT-4	8	14	9–12	Dalība sešās oficiālajās sacensībās vai iesācēju klases 3. līmeņa kontrolnormatīvu izpilde
6.	MT-5	8	12	10–13	Dalība astoņās valsts sacensībās, izpildīta E4 un E6 klase
7.	MT-6	6	12	11–14	Dalība astoņās valsts sacensībās, izpildīta E6 un D klase
8.	MT-7	6	10	12–15	Dalība 10 valsts sacensībās, izpildīta E6 un D klase
9.	SMP-1	4	8	13–16	Dalība 10 valsts sacensībās, izpildīta D un C klase vai divi pāri iekļuvuši Latvijas čempionātā izcīnīto vietu pirmajos 50 %
10.	SMP-2	4	8	14–17	Dalība 12 oficiālajās sacensībās, izpildīta D un C klase vai divi pāri iekļuvuši Latvijas čempionātā izcīnīto vietu pirmajos 25 %
11.	SMP-3	4	8	15–19	Dalība 14 oficiālajās sacensībās, izpildīta C un B klase vai divi pāri iekļuvuši Latvijas čempionātā izcīnīto vietu pirmajos 25 %
12.	ASM	2	4	16–25	Grupā ir Latvijas valsts izlases dalībnieks vai kandidāts, grupas izglītojamie izpildījuši B, A vai S klasi

Piezīmes.

1. Izglītojamos, kuri apgūst sporta interešu izglītības programmas attiecīgajā sporta veidā, no SSG grupas līdz MT-3 grupai var uzņemt bez kontrolnormatīvu izpildes.

2. Mācību treniņu grupas var papildināt ar attiecīgas kvalifikācijas izglītojamiem, ja tie ir apguvuši profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas citā akreditētā profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādē vai pēc kontrolnormatīvu izpildes.

3. Izglītojamie, kuri iegūst vispārējo izglītību Murjāņu sporta ģimnāzijā, drīkst paralēli apgūt profesionālās ievirzes sporta izglītību saskaņā ar Murjāņu sporta ģimnāzijas attiecīgā

sporta veida trenera izstrādātu un attiecīgās sporta federācijas apstiprinātu individuālu treniņu plānu.

4. Izglītojamie, kuri iekļauti Augstas klases sportistu sagatavošanas centru sastāvā, drīkst paralēli apgūt profesionālās ievirzes sporta izglītību saskaņā ar Augstas klases sportistu sagatavošanas centra attiecīgā sporta veida trenera izstrādātu un attiecīgās sporta federācijas apstiprinātu individuālu treniņu plānu.

5. Izglītības iestādes vadītājs apstiprina mācību treniņu grupu, ja vismaz 75 % grupas izglītojamo ir izpildījuši noteiktos rezultativitātes kritērijus.

6. Papildus rezultatīvo rādītāju izpildei paredzēt kontrolnormatīvu izpildi no MT-4 līdz ASM grupām kā alternatīvu norādīto rezultatīvo rādītāju neizpildei. Iespēju piemērot kontrolnormatīvus kā atbilstības rādītāju noteiktas mācību–treniņu apmācības gada grupas prasību izpildei paredzēt ne vairāk kā 50 % grupas izglītojamo (ja mācību treniņu grupā ir līdz astoņiem izglītojamiem) un 75 % grupas izglītojamo (ja mācību treniņu grupā ir deviņi izglītojamie un vairāk).

7. Ja izglītojamais objektīvu iemeslu dēļ (piemēram, slimība, trauma) nav piedalījies valsts sacensībās, bet ir piedalījies Eiropas vai pasaules čempionātā, tiek uzskatīts, ka viņš ir izpildījis noteiktos rezultativitātes kritērijus attiecībā uz dalību sacensībās.

8. Izglītojamo, kurš ir izpildījis augstākas mācību treniņu grupas rezultativitātes kritērijus, ar izglītības iestādes vadītāja rīkojumu var pārcelt uz atbilstošu grupu.

9. Mācību treniņu grupa, kurā vairāk par 25 % grupas izglītojamo nav izpildījuši attiecīgajai grupai noteiktos rezultativitātes kritērijus, var palikt iepriekšējā grupas kvalifikācijā, tomēr šai grupai nav tiesību pretendēt uz valsts finansējumu.

Kontrolnormatīvi sporta dejās:

1. Līmenis (MT-1, MT-2):

9.4 Waltz

Iesācēji I

1. RF Closed Change
2. LF Closed Change

9.5. Quickstep

Iesācēji I

1. Quarter Turn to R
2. Progressive Chasse
3. Quarter Turn to L

9.9. Cha-Cha-Cha

Iesācēji I

1. Basic Movement In Place (Compact Chasse)
2. Side Basic Movement (Side Chasse) or Time Steps (bez Latin Cross)
3. Close or Closed Basic Movement (arī ar Compact Chasse)

9.13. Jive

Iesācēji I

1. Basic in Place
2. Basic in Fallaway (Fallaway Rock)

2.Līmenis (MT-3):

9.4 Waltz

Iesācēji II

1. RF Closed Change
2. LF Closed Change
3. Natural Turn (arī ar samazinātu griezienu apjomu – ¼ griezienu pa labi takts laikā)
4. Reverse Turn (arī ar samazinātu griezienu apjomu – ¼ griezienu pa kreisi takts laikā)

9.5. Quickstep

Iesācēji II

1. Quarter Turn to R
2. Progressive Chasse
3. Quarter Turn to L
4. Forward Lock Step
5. Natural Pivot Turn (arī ar samazinātu griezienu apjomu)

9.9. Cha-Cha-Cha

Iesācēji II

1. Basic Movement In Place (Compact Chasse)
2. Side Basic Movement (Side Chasse) or Time Steps (bez Latin Cross)
3. Close or Closed Basic Movement (arī ar Compact Chasse)
4. New York to Left Side Position(Check from Open PP)*#
5. New York to Right Side Position(Check from Open CPP)*#
6. Spot (and Switch) Turns To Left*
7. Spot (and Switch) Turns To Right*
8. Underarm Turns to Right
9. Underarm Turns to Left
10. Hand to Hand (to Right Side Position)*
11. Hand to Hand (to Left Side Position)*

9.13. Jive

Iesācēji II

1. Basic in Place
2. Basic in Fallaway (Fallaway Rock)
3. Link Rock : (1 Chasse or 2 Chasses: 1-2 soli nav atļauts atkārtot)
4. Change Of Place R to L **nobeidzot vaļējā pozīcijā**
5. Change of Place L to R **bez** Double Spin **vai** Spin Ending

6. American Spin – **zēns vada meiteni ar kreiso vai labo roku, atlaižot satvērienu**
7. Left Shoulder Shove [Hip Bump]

3.Līmenis (MT-4):

9.4 Waltz

Iesācēji III

1. RF Closed Change
2. LF Closed Change
3. Natural Turn (arī ar samazinātu grieziena apjomu – ¼ grieziena pa labi takts laikā)
4. Reverse Turn (arī ar samazinātu grieziena apjomu – ¼ grieziena pa kreisi takts laikā)
5. LF Backward Passing Change
6. RF Backward Passing Change
7. Natural Spin Turn
8. Hesitation Change
9. Outside Change

9.5. Quickstep

Iesācēji III

1. Quarter Turn to R
2. Progressive Chasse
3. Quarter Turn to L
4. Forward Lock Step
5. Natural Pivot Turn (arī ar samazinātu grieziena apjomu)
6. 1-3 of Natural Turn
7. Backward Lock Step
8. Tipple Chasse to R
9. Tipple Chasse to L
10. Natural Spin Turn

9.9. Cha-Cha-Cha

Iesācēji III

1. Basic Movement In Place (Compact Chasse)
2. Side Basic Movement (Side Chasse) or Time Steps (bez Latin Cross)
3. Close or Closed Basic Movement (arī ar Compact Chasse)
4. New York to Left Side Position(Check from Open PP)*#
5. New York to Right Side Position(Check from Open CPP)*#
6. Spot (and Switch) Turns To Left*
7. Spot (and Switch) Turns To Right*
8. Underarm Turns to Right
9. Underarm Turns to Left
10. Hand to Hand (to Right Side Position)*
11. Hand to Hand (to Left Side Position)*
12. (Left side) Shoulder to Shoulder*
13. (Right side) Shoulder to Shoulder*
14. Time Steps (with Latin Cross) *#

15. Open Basic Movement *
16. Three Cha Cha Chas Fwd, in Open Position *
17. Three Cha Cha Chas Bwd, in Open Position *
18. Three Cha Cha Chas Fwd in CPP (or L side Position) *
19. Three Cha Cha Chas Fwd in PP (or R side Position) *
20. *Cross Basic # bez Spirāles vai Alemanas tipa griezieniem

9.13. Jive

iesācēji III

1. Basic in Place
2. Basic in Fallaway (Fallaway Rock)
3. Link Rock : (1 Chasse or 2 Chasses: 1-2 soli nav atlats atkārtot)
4. Change Of Place R to L **nobeidzot vaļējā pozīcijā**
5. Change of Place L to R **bez** Double Spin **vai** Spin Ending
6. American Spin – **zēns vada meiteni ar kreiso vai labo roku, atlaižot satvērienu**
7. Left Shoulder Shove [Hip Bump]
8. Fallaway Throwaway – **varianti ar šasē vai loksoli**
9. Stop and Go – **neatlaižot satvērienu**
10. Change of Hands Behind Back (**arī ar alternatīvo satvērienu**)

(MT-5): E – 4 kvalifikācijas klase

Dalība astoņās valsts sacensībās. Izpildīta E4-E6 kvalifikācijas programma

9.4 Waltz

1. Whisk
2. Chasse from PP
3. Weave in Waltz Time
4. Progressive Chasse to Right

9.5. Quickstep

1. Natural Turn at a Corner
2. Natural Turn with Hesitation
3. Chasse Reverse Turn
4. Progressive Chasse to the Right
5. Cross Chasse

9.9. Cha-Cha-Ch

dejo tikai norādīto figūru pamata variantus bez spirāles tipa griezieniem,

1. Natural Top
2. Natural Opening Out Movement (to Right)
3. *Fan – nav atļauts nobeigt ar Runaway Chasse
4. *Fan Development– nav atļauts nobeigt ar Runaway Chasse
5. *Hockey Stick# - nav atļauts nobegt ar skrējiena soļiem
6. *Alemana From Fan Pos #

7. *Alemana From Open (Facing) Pos #

Līdz E – 6 klasei atļauts ISTD un IDTA grāmatās norādītajos variantos figūru laikā mainīt roku satvērienu, ja maiņa notiek viena taktssitiena laikā. Tos variantus, kur satvēriens tiek atlaists ilgāk, atļauts izpildīt, tikai sākot ar E – 6 klasi

9.13. Jive

1. Throwaway Whip [Whip Throwaway]
2. Throwaway Whip] Steps 1-2 repeated Twice([Double Whip Throwaway)
3. Promenade Walks [Walks](slow)
4. Promenade Walks [Walks] (quick)
5. Whip.
6. Double Cross Whip {Double Whip]

Līdz E – 6 klasei atļauts grāmatās norādītajos variantos figūru laikā mainīt roku satvērienu, ja maiņa notiek viena taktssitiena laikā. Tos variantus, kur satvēriens tiek atlaists ilgāk, atļauts izpildīt, tikai sākot ar E – 6 klasi

(MT-6): 6 E kvalifikācijas klase

Dalība astoņās valsts sacensībās. Izpildīta E6-D kvalifikācijas programma

9.4 Waltz

1. Reverse Corte
2. Hover Corte
3. Back Whisk
4. Weave from PP
5. Back Lock
6. Cross Hesitation
7. Drag Hesitation

9.5. Quickstep

1. Running Finish
2. Zig Zag, Back Lock and Running Finish
3. Natural Turn, Back Lock and Running Finish
4. V-6
5. Outside Change

9.6. Viennese Waltz

1. Natural Turn
2. Reverse Turn
3. Change from Natural Turn to Reverse Turn
4. Change from Reverse Turn to Natural Turn
5. Backward Change from Natural Turn to Reverse Turn
6. Backward Change from Reverse Turn to Natural Turn

9.9. Cha-Cha-Cha

Dejo tikai norādīto figūru variantus bez spirāles tipa griezieniem, nav atļauts iesākt figūras no Dāmas Spiral Cross pozīcijas

1. Side Steps to R
2. Side Steps to L
3. Closed Hip Twist # – nav atļauts nobeigt ar Runaway Chasse
4. Open Hip Twist #

Advanced Hip Twist– Dāmai nav atļauts nobeigt ar Runaway Chasse, kungam nav atļauts izpildīt “Press Line”

5. Aida (Fallaway) With Endings 1and 2
6. Alemana From Open (Facing) Pos in R to R hand Hold #

Advanced Hip Twist Development (with R to R hand Hold) – Dāmai nav atļauts nobeigt ar Runaway Chasse, kungam nav atļauts izpildīt “Press Line”

9.10. Rumba

1. Basic Movement In Place
2. Alternative Basic Movement
3. Closed Basic Movement
4. Open Basic Movement
5. Progressive Walks Fwd in Open Position
6. Progressive Walks Backward in Open Position **nav atļauts nobeigt ar Spirāles tipa griezienu**
7. Progressive Walks Fwd in Shadow Position **nav atļauts nobeigt ar Spirāles tipa griezienu**
8. Progressive Walks Fwd in R Side Position **nav atļauts nobeigt ar Spirāles tipa griezienu**
9. Progressive Walks Fwd in L. Side Position **nav atļauts nobeigt ar Spirāles tipa griezienu**
10. Spot (and Switch) Turns to L
11. Spot (and Switch) Turns to R
12. Underarm Turns to L
13. Underarm Turns to R
14. New York to R Side Position [Check from Open PP]
15. New York to L Side Position [Check from Open CPP]
16. Hand to Hand [To R Side Position] **nav atļauts nobeigt ar Spirāles griezienu**
17. Hand to Hand [To L Side Position] **nav atļauts nobeigt ar Rope Spinning Spiral griezienu**
18. Left Side Shoulder to Shoulder
19. Right Side Shoulder to Shoulder
20. Side Steps to L
21. Side Steps to R
22. Side Step and Cucarachas
23. Cuban Rock, **nav atļauts dejot Syncopated Cuban Rock**
24. Cucarachas
25. Fan
26. Hockey Stick
27. Alemana
28. Runaway Alemana #
29. Natural Top **nav atļauts nobeigt ar Rope Spinning Spiral griezienu, nav atļauts 4-5 solī dāmai izpildīt zemrokas griezienu pa kreisi.**
30. Natural Opening Out Movement
31. Closed Hip Twist #
32. Open Hip Twist #, **nav atļauts sinkopētais variants, jo nedrīkst izpildīt soļus ar saliektu celi**

33. Aida (Fallaway) with Cuban Rock and Spot Turn or Progressive Walks Ending **nedrīkst uzsākt** no Spiral Cross **pozīcijas**
34. Aida (Fallaway) with Side Cucaracha Ending **nedrīkst uzsākt** no Spiral Cross **pozīcijas**
35. Advanced Opening Out Movement
36. Advanced Hip Twist #, **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
37. Advanced Hip Twist with R to R Hand Hold # **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
38. Alemana with R to R Hand Hold

E -6 klasei nav atļauts nobeigt figūras ar Spirāles vai Rope Spining kustībām, kā arī iesākt figūras no Spiral Cross **pozīcijas**

9.13. Jive

Link, Link Rock 1-2 **solī atļauts atkārtot**)

Alternative Method of Dancing the Walks (ar **Merengue tipa kustību**)

American Spin – **zēnam atļauts izgriezt meiteni zem sadotās kreisās rokas**

Simple Spin no Open Position

Change of Place Left to R **Nobeidzot** VCPP

Stop and Go – **ar satvēriena maiņu**

Mooch

E – 6 klasei un **augstāk** Link 1-2 soli **atļauts aizvietot ar**: a) Flick (Kick) Ball Change b) Point, Ball Change c) Hesitation, Ball Change d) Hesitation, Close, Forward e) Hesitation, Half Close, Forward tikai tādā veidā, kā aprakstīts ISTD un IDTA tehnikas grāmatās (nav atļauts izspēriens atpakaļ)

(MT-7): D, C kvalifikācijas klase

Dalība sešās valsts sacensībās. Izpildīta D-C kvalifikācijas programma

9.4 Waltz

1. Telemark
2. Open Telemark
3. ImpetusTurn
4. Open Impetus Turn
5. Double Reverse Spin
6. Turning Lock to Left
7. Wing
8. Outside Spin
9. Underturned Outside Spin
10. Turning Lock to Right
11. Closed Wing
12. Fallaway Reverse and Slip Pivot
13. The Double Natural
14. Passing Natural Turn from PP (Open Natural Turn), var sākt ārsāniski vai no PP
15. Fallaway Whisk
16. Fallaway Natural Turn
17. Quick Natural Spin Turn (Overturned Running Spin Turn), Quick Wing nobeiguma vietā var dejot 2 soļus uz priekšu PP
18. Running Spin Turn
19. Reverse Pivot
20. Quick Wing <https://youtu.be/zrAMWzw1fU8> 41. Running Cross Chasse

21. Running Weave from PP <https://youtu.be/9etCagze6CQ>
22. Curved Feather
23. Running Finish
24. Outside Swivel
25. Progressive Chasse 47. Bounce Fallaway Weave ending
26. Quick Open Reverse

9.5. Quickstep

1. Reverse Pivot
2. Quick Open Reverse
3. Change of Direction
4. Telemark
5. Impetus Turn
6. Hover Corte
7. Double Reverse Spin
8. Four Quick Run
9. Running Right
10. Cross Swivel
11. Fish Tail
12. Outside Spin
13. 6 Quick Run
14. Topsy to R
15. Topsy to L
16. Rumba Cross
17. Passing Natural Turn From PP
18. Running Finish to PP
19. Zig Zag (turning to left) var izmanot soļus 1-2, vai 1-6
20. Running Zig Zag
21. Open Telemark
22. Running Cross Chasse
23. Fallaway Reverse and Slip Pivot
24. Back Whisk
25. Whisk
26. Turning Lock to R (Natural Turning Lock)
27. Weave from PP
28. Natural Fallaway Turn
29. Wing
30. Wing from PP
31. Open Impetus (Impetus to PP) 52. Drag Hesitation (SSS) 53. Curved Feather (SQQ), var sākt ārsāniski vai no PP 54. Running Spin Turn (SQQ SQQS)

9.7. Tango

1. Progressive Side Step
2. Basic Reverse Turn
3. Open Reverse Turn Lady in Line
4. Open Reverse Turn Lady Outside
5. Progressive Side Step Reverse Turn
6. Closed Promenade
7. Open Promenade
8. Back Corte on RF Rock on LF

9. Natural Twist Turn
10. Progressive Link
11. Promenade Link
12. Four Step
13. Fallaway Promenade
14. Outside Swivel
15. BrushTap
16. Fallaway Four Step
17. Four step Change
18. Natural Promenade Turn
19. Back Open Promenade
20. Chase 23.
21. Chase, Chasse to R, Step 3 of Whisk, 2-3 of Promenade Link
22. Chase, Chasse to R, Step 3 of Whisk, Close, Tap
23. Chase, Chasse to R, Step 3 of Whisk, Step Fwd, Tap
24. Chase, Chasse to R, Progressive Link
25. Fallaway Reverse and Slip Pivot
26. Five Step
27. Mini Five Step
28. Whisk
29. Back Whisk
30. Tap - Alternative Entries to PP
31. Telemark to PP
32. Outside Spin
33. Open Natural Turn

9.8. Foxtrot

1. Feather Step
2. Three Step
3. Natural Turn
4. Reverse Turn
5. Reverse Wave
6. Change of Direction
7. Impetus Turn
8. Telemark
9. Open Telemark, Feather Ending
10. Open Telemark, Natural Turn, Outside Swivel, Feather Ending
11. Open Telemark. Natural Turn, Open Impetus
12. Weave
13. Weave from PP
14. Top Spin
15. Hover Feather
16. Hover Telemark
17. Natural Telemark
18. Natural Twist Turn
19. Outside Swivel
20. Whisk
21. Open Impetus Turn
22. Natural Weave
23. Natural Weave from PP

24. Quick Natural Weave from PP (Running Weave)
25. Feather Finish
26. Curved Feather
27. Back Feather
28. Hover Cross
29. Bounce Fallaway with Weave ending
30. Extended Reverse Wave
31. Curved Three Step
32. Fallaway Reverse and Slip Pivot
33. Reverse Pivot
34. Natural Zig-zag from PP
35. Natural Hover Telemark
36. Curved Feather From PP
37. Quick Open Reverse
38. Curved Three Step
39. Back Whisk
40. Open Natural Turn
41. Double Reverse Spin
42. Hover Corte
43. Progressive Chasse to Right

9.9. Cha-Cha-Cha

1. Cross Basic nobeigts ar Spirāles vai Alemanas tipa griezienu
2. Hand to Hand nobeigts ar Spirāles vai Rope Spinning tipa griezienu
3. Three Cha-cha-chas nobeigtsar Spirāles tipa griezienu
4. Aida atļauts uzsākt pēc Spirāles
5. Natural Top atļauts nobeigt ar Rope Spinning spirāli
6. Chase
7. There and Back
8. Reverse Top –atļauts nobeigt ar Spirāli
9. Opening Out from Reverse Top
10. Cuban Break *
11. Split Cuban Break *
12. Split Cuban Break (danced as Quick New Yorks)
13. Natural Top with Lady's Underarm Turn to Left
14. Turkish Towel (2 varianti)
15. Spiral
16. Curl
17. Rope Spinning
18. Sweetheart (2 varianti)
19. Follow my Leader *
20. Close Hip Twist Spiral
21. Open Hip Twist Spiral
22. Fan u. c. figūras, kas beidzas Fan pozīcijā atļauts nobeigt ar dāmas Runaway Chasse
Hockey Stick atļauts nobeigt ar Dāmas Forward Runs
23. Foot Changes I (changing from Opposite foot to Same Foot) 60. Foot Changes II
(changing from Same Foot to Opposite Foot)
24. Overturned Lock Ending

25. Continuous Overturned Lock
26. Swivel Hip Twist
27. Swivels
28. Walks and Whisks
29. Advanced Methods of Changing Feet

D. klasei atļauts izpildīt Foot Changes un deļot Figūras, kas apzīmētas ar zvaigznīti * paralēlās pozīcijās. (Side, Shadow, Tandem) Līdz E-6 klasei ieskaitot deļot šajās pozīcijās nav atļauts.

D klasei ir atļauts izpildīt figūras kas apzīmētas restīti #. Guapacha ritmā. Līdz E-6 klasei ieskaitot deļot Guapačas ritmā nav atļauts. Deļā ča-ča-ča deļot figūras kontūra pozīcijā uz viena nosaukuma kājas nav atļauts.

9.10. Rumba

1. Opening Out to R and L
2. Reverse Top
3. Opening Out from Reverse Top
4. Aida (Fallaway) after Step 3 of Spiral or Curl
5. Aida (Fallaway) with Double Spot Turn Ending
6. Syncopated Cuban Rock 45. Spiral #
7. Curl #
8. Rope Spinning
9. Sliding Doors
10. Fencing
11. Fencing with Man and Lady`s Solo Spins
12. Fencing with Lady`s Solo Spin to L
13. Fencing with Man`s Solo Spin to L
14. Three Threes, **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
15. Three Threes ended in Fan Position, **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
16. Three Alemanas, **Dāmai nav atļauts iesēdiens kreisajā celī**
17. Continuous Hip Twist **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
18. [Continuous] Circular Hip Twist **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
19. [Continuous] Circular Hip Twist with R to R hand Hold **kungs nedrīkst lietot** "Press Line"
20. Natural Top **atļauts 4-5 solī dāmai izpildīt zemrokas griezienu pa kreisi.**
21. Swivels

D klasei ir atļauts Rumbā izpildīt Habanēras ritmu to 2 taktu ilgo figūru 2. taktī, kuras nobeidzas ar Fan pozīciju, kā arī Runaway Alemana pēdējā taktī – šīs figūras ir atzīmētas ar restīti #. E-6 klase šādā veidā izpildīt figūras nedrīkst!

9.12. Samba

D, C kvalifikācijas klase

1. Natural Basic Movement
2. Reverse Basic Movement
3. Alternative Natural Basic Movement (4 steps)
4. Alternative Reverse Basic Movement (4 steps)
5. Side Basic Movement
6. Alternative Side Basic Movement (4 steps)
7. Progressive Basic Movement
8. Alternative Progressive Basic Movement (4 steps)
9. Outside Basic Movement

10. Alternative Outside Basic Movement
11. Whisk to L
12. Whisk to
13. Promenade Samba Walks (Samba Walks in PP) *
14. Side Samba Walks *
15. Stationary Samba Walks *
16. Travelling Boto Fogos Forward *
17. Travelling Boto Fogos Backward
18. Travelling Boto Fogos Backward ended in PP
19. Contra Boto Fogos +}
20. Shadow Boto Fogos (Criss Cross Boto Fogos)
21. Boto Fogos to PP and CPP
22. Closed
23. Open Rocks
24. Back Rocks
25. Reverse Turn
26. Corta Jaca *
27. Corta Jaca, Man dancing Lady`s Steps
28. Argentine Crosses
29. Natural Roll
30. Plait
31. Rolling Off Arm
32. Promenade to Counter Promenade Runs
33. Samba Locks in Open CPP
34. Samba Locks in Open PP
35. Lady`s 3 step Turn (Man dances Stationary Walk)
36. Rhvthm Bounce
37. Cruzados Locks in Shadow position *, **atļauts dejot arī bez satvēriena**
38. Crusados Walks in Shadow position *, **atļauts dejot arī bez satvēriena**
39. Criss Cross
40. Criss Cross (Lady passes behind Man)
41. Simple Volta to R
42. Simple Volta to L
43. Shadow Travelling Volta to R *
44. Shadow Travelling Volta to L *
45. Travelling Volta to R
46. Travelling Volta to L
47. Volta Spot Turn to R for Lady (Man dances Whisk to L)
48. Volta Spot Turn to L for Lady (Man dances Whisk to R)
49. Solo Spot Volta (Man turns to R, Lady to L)
50. Continous Solo Spot Volta (Man Turns to R, Lady to L)
51. Solo Spot Volta (Man Turns to L, Lady to R), **bez satvēriena**
52. **Continous** Solo Spot Volta (Man Turns to L, Lady to R), **bez satvēriena**
53. Maypole - Man Turns to Left [Continous Volta Spot Turn to R]
54. Maypole - Man Turns to Right [Continous Volta Spot Turn to L]
55. Shadow Circular Volta (circled to R)
56. Shadow Circular Volta (circled to L) *
57. Roundabout to R [Circular Voltas to R] +
58. Roundabout to L [Circular Voltas to L] +
59. Closed Volta
60. Foot Changes

61. Dropped Volta #
62. Drag
63. Samba Side Chasses

D klasei ir atļauts:

- 1) Figūras, kas apzīmētas ar zvaigznīti * ir atļauts dejot paralēlā pozīcijā (Shadow, R Side, L. Side, Tandem Positions) Dāma un Kungs abi dejo vienādā ritmā, sākot ar viena nosaukuma kāju
- 2) Figūras, kas apzīmētas ar krustiņu + ir piemērotas dejošanai Kontra pozīcijā (Contra Position), ar viena nosaukuma kāju.
- 3) Voltas figūrās, kas apzīmētas ar restīti #, pāris var lietot ritmu 1-2 a 1 a 2
- 4) Voltas figūru pēdējos 2 soļus vēlams aizvietot ar Boto fogo 2-3 soli tad, ja pēc Voltas seko turpinājumfigūra, kas virzās vai rotē pretējā virzienā.

13. Jive

1. Reverse Whip
2. Curly Whip
3. Simple Spin No Tandem Position
4. Overturned change of place L to R
5. Change of Place L to R **ar** Laird Break
6. Fallaway Throwaway ar skrējiena soli
7. Overturned Fallaway Throwaway
8. Overturned Change of Place L to R
9. Miami Special
10. Windmill
11. Change Of Place R to L **ar** Double Spin(Laird) **vai** Spin Ending(ISTD)
12. Spanish Arms (**bez** Spin Ending)
13. Spanish Arms (ar Spin Ending (ISTD) **vai** 3 step Turn Ending(Laird))
14. Rolling off the Arm (bez Spin Ending)
15. Rolling off the Arm (ar Spin Ending)
16. Chicken Walks
17. Chicken Walks preceded with Overturned Fallaway Throwaway
18. Toe Heel Swiwels
19. Toe Heel Swiwels with Alternative Timing [Slow and Quick]
20. Stalking Walks, Flicks and Break
21. Flicks into Break
22. Shoulder Spin
23. Chugging
24. Catapult
25. Shugar Push

(ASM):

1. 1.-6.vieta Valsts čempionātos un reitingu tabulā
2. Valsts izlases dalībnieks
3. Dalība izlasei organizētos semināros

4. 2-3 reizes gadā piedalīties WDSF sacensībās
5. Dalība Pasaules un Eiropas čempionātos un kausos
6. 1-50 vieta WDSF pasaules reitinga tabulā
7. Grand Slam sacensību finālists
8. Dalība pasaules spēlēs (neolimpiskajiem sporta veidiem)