

REGELN & REGELHANDBUCH
Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027



REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer

&

Sideline Dance

2026/2027

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

WETTKAMPFRICHTLINIEN

ALLGEMEINES

ALTERSGRUPPEN, ALTERSBEGRENZUNGEN UND TEAMGRÖSSEN

KATEGORIEN

DAS PROGRAMM

KLEIDUNG, EQUIPMENT, DRESS CODE ETC.

PROGRAMMINHALTE

STRAFEN

WETTKAMPFSTRAFEN

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

WETTKAMPFRICHTLINIEN

In diesem Kapitel werden alle wichtigen Punkte bezüglich des Wettkampfes und der Vorgaben für die Programme aufgeführt.

Grundvoraussetzung ist ein gültiger Pass, wobei die gleichen Voraussetzungen zur Ausstellung eines Cheerleaderpasses der BWO gültig sind und Anwendung finden. Ein lizenzierter Trainer ist nicht erforderlich.

Die Regeln gelten für Landesmeisterschaften und die Deutsche Meisterschaft.

ALTERSGRUPPEN, ALTERSBEGRENZUNGEN UND TEAMGRÖSSEN

Juniors:

Teilnehmer können 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 Jahre alt sein zum Ende des Kalenderjahres, in welchem der Wettkampf stattfindet. Teilnehmer dürfen nicht 18 Jahre oder älter sein und nicht jünger als 9 Jahre alt sein.

Seniors:

Teilnehmer müssen mindestens 16 Jahre alt sein zum Ende des Kalenderjahres, in welchem der Wettkampf stattfindet. Teilnehmer dürfen nicht jünger als 15 Jahre alt sein.

Masters:

Teilnehmer müssen mindestens 25 Jahre alt sein zum Ende des Kalenderjahres, in welchem der Wettkampf stattfindet. Teilnehmer dürfen nicht jünger als 24 Jahre alt sein.

KATEGORIE	ALTER VON	ALTER BIS	Personen MIND.	Personen MAX.
Junior	10	17	8	20
Senior	16	N/A	8	20
Master	25	N/A	8	20

Eine Qualifikation ist nur bis zur DCM möglich.

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

KATEGORIEN

Es gibt die Oberkategorien Sideline Cheer und Sideline Dance.

Teams dürfen nur in den Altersklassen und Kategorien auf der Deutschen Meisterschaft starten, mit welchen sie die Qualifikation erreicht haben. Das bedeutet, ein Team, welches sich z.B. in der Kategorie Junior Sideline Cheer über die Landesmeisterschaft für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert hat, kann auf der Deutschen Meisterschaft nicht im Senior Sideline Cheer antreten.

Teilnehmer können die Altersklasse immer nur in die jeweilig höhere Altersklasse wechseln. Ist der Teilnehmer bereits in einer höheren Altersklasse gestartet, kann dieser nicht wieder in eine niedrigere Altersklasse zurückwechseln. Ausnahme hierzu bildet die Altersklasse Master. Hier ist parallel die Altersklasse Senior möglich.

Jeder Teilnehmer kann nur einer Altersklasse angehören, darf jedoch in beiden Oberkategorien Sideline Cheer/Sideline Dance starten. Ausnahme hierzu bildet die Altersklasse Masters. Es ist zulässig an einem Wettkampftag sowohl in der Altersklasse Masters als auch Seniors zu starten. Ein Doppelstart in einer Kategorie (auch bei unterschiedlichen Altersklassen) ist unzulässig.

DAS PROGRAMM

Wettkampffläche

Das absichtliche Verlassen der Wettkampffläche (markiert 12m x 12m) **während** des Programms durch die Aktiven wird bestraft (siehe Strafenkatalog).

Die Zeitnahme der **Set up time** beginnt, wenn die erste Person die Wettkampffläche betritt und wird gestoppt, wenn das gesamte Team (Aktive) zum Stillstand kommt. Verzögerungen bis zum Musikstart werden außer Acht gelassen, wenn offensichtlich ein technisches Problem vorliegt. (Verstoß, siehe Strafen)

Beginn des Programms

Das Programm kann mit einem Kommando und/oder Musik beginnen. Das Programm muss innerhalb der Wettkampffläche beginnen und alle Teilnehmer müssen mindestens einen Fuß am Boden haben. Alle Teilnehmer müssen zum vollständigen Stillstand gekommen sein, bevor das Programm beginnen kann. (Verstoß, siehe Strafen)

Programmdauer

	SET UP TIME	PROGRAMM- DAUER MIND.	PROGRAMM- DAUER MAX.	LEAVING TIME
Sideline Cheer & Sideline Dance	0:20 Min.	2:00	2:30	0:20 Min.

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

Programmende (Leaving time)

Die Teilnehmer (Aktive, Trainer) haben nach Beendigung des Programms 20 Sekunden Zeit die Wettkampffläche zu verlassen bzw. Equipment von der Wettkampffläche wegzuräumen. (Verstoß, siehe Strafen)

Ende des Programms

Das Programm endet mit dem letzten Ton der Musik oder dem Kommando und wenn alle Teammitglieder zum völligen Stillstand gekommen sind. (Verstoß, siehe Strafen)

Programmabbruch

Ein Programmabbruch, welcher auf eine Verletzung zurückzuführen ist, muss unverzüglich mitgeteilt werden und kann ausschließlich durch den auf der namentlichen Meldeliste genannten Trainer oder des zuständigen Hauptjurors erfolgen. Nach Rücksprache zwischen dem gemeldeten Trainer und dem Hauptjuror, kann das Team zu einem späteren Zeitpunkt erneut starten. Die Wertung bis zum verletzungsbedingten Abbruch bleibt bestehen, im erneuten Auftritt wird ab dem Zeitpunkt des Abbruchs bis zum Ende des Programms weitergewertet. Entscheidet sich das betreffende Team, nicht erneut zu starten, wird es keine abschließende Wertung/Punktvergabe also keine Ehrung geben. Sollte ein Neustart erfolgen, kann ein Ersatzcheerleader für die ausgefallene Person eingesetzt werden, sofern dieser den Passcheck als Ersatzperson durchlaufen hat.

Musik

Die präsentierten Programme müssen familienfreundlich sein. Dazu muss eine passende Musik und Choreografie verwendet werden, die eine typische Sideline widerspiegeln. Teams, die auffällig zweideutige, vulgäre, rassistische oder geschmacklose Bewegungen, Worte und/oder Musik benutzen, werden mit Punktabzug bis hin zur Disqualifikation bestraft werden.

Jedes Team muss die Musik zweifach auf Tonträgern (bevorzugt USB Stick) mitbringen, welche mit der Startnummer, der Kategorie und dem Namen des Teams sowie dem Verein beschriftet/bezeichnet sind. Ein Verantwortlicher von jedem Team muss zwei Auftritte vor dem geplanten eigenen Auftritt an der Musikanlage bereitstehen. Ein Ersatz-Tonträger (Handy mit Kabel) muss mitgebracht werden. Der Verantwortliche, ist selbst dafür verantwortlich, Start und Pause, sowie Stopp, wie für den Ablauf des Programms nötig, zu drücken oder das entsprechende Kommando dafür zu geben. Der Verantwortliche muss während der Dauer des Auftritts bei der Musik bleiben und muss den Tonträger mitnehmen, wenn das Programm beendet ist und das Team die Wettkampffläche verlässt.

Sollte es technische Probleme geben, hat **ausschließlich** der Hauptjuror mit dem Musikverantwortlichen und/oder DJ Rücksprache über die Art des Problems zu halten und entscheidet dann, ob das Team noch einmal starten darf.

Sollten die Probleme auf den Tonträger oder einen Bedienfehler der Teamverantwortlichen zurückzuführen sein, muss das Team seinen Auftritt ohne Musik zu Ende bringen oder es wird andernfalls nicht mehr bewertet.

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

KLEIDUNG, EQUIPMENT, DRESS CODE ETC.

Verstöße gegen die nachfolgenden Regelungen siehe Strafenkatalog.

Erlaubtes Equipment

Poms, Schilder, Flaggen, Banner, Megaphone (nicht batteriebetrieben), Fächer, Tücher und Bänder, welche die Auftrittsfläche nicht beschädigen und/oder beschmutzen.

Dresscode

Uniformen und Kostüme müssen für Cheerleading und Dance angemessen sein. Alle **Aktiven** müssen, geeignete Kleidung, wie Uniformen/Kostüme o.ä. tragen. Unterwäsche darf nicht absichtlich sichtbar sein, die Oberteile sollten die Brust vollständig bedecken und der Rock mindestens 3 cm über das Gesäß gehen. Es dürfen keine Uniform-/Kostümteile an- und/oder ausgezogen werden.

Juniors: Absichtlich bauchfreie Kleidung, Uniformen und Kostüme sowie Hot Pants sind verboten. Das Oberteil muss mit dem Bund des Unterteils abschließen, wenn der Teilnehmer die Arme am Körper hat. Das Unterteil (wie Rock/Pants) hat deutlich unterhalb des Gesäßes zu enden (mind. 3 cm unterhalb).

Haare Sideline Dance

Offene Haare sind erlaubt.

Haare Sideline Cheer

Alle aktiven Teilnehmer, egal welchen Geschlechts, mit einer Haarlänge ab Schulterlänge, müssen diese aus dem Gesicht binden, um eine sichere Präsentation zu gewährleisten.

Schmuck

Es darf **kein** Schmuck getragen werden, sprich Schmuckstücke am oder/und im Körper, insb. Piercings und Implantate. Tunnel müssen entfernt und zusätzlich abgeklebt werden.

Medizinische Hilfen

Gips(-Schienen), Bandagen mit festen Schienen o.ä. dürfen während des Programms nicht getragen werden. Brillen, Tape sowie flexible Sportbandage sind zwar medizinische Hilfsmittel, unterliegen aber nicht der Genehmigungspflicht. Anderweitige benötigte medizinische Hilfsmittel sind grundsätzlich spätestens 14 Tage vor dem Wettkampf per Attest bei dem Hauptjuror des Tages per E-Mail einzureichen (es zählt das Eingangsdatum der E-Mail). Die Entscheidung auf Zulassung erfolgt seitens des Hauptjurors schriftlich.

Schuhwerk Sideline Dance

Alle Teilnehmer **müssen** während des Auftritts Schuhe tragen. Feste Sportschuhe, Jazz-Schuhe, Ballett-Schuhe, Dance-Schuhe (auch Dance-Stiefel) und Textilschuhe sind in der Dance Kategorie erlaubt. Nicht erlaubt sind High-Heels, Pumps, offene Schuhe sowie Schuhwerk, welches die Wettkampffläche beschädigen kann.

Schuhwerk Sideline Cheer

Alle Teilnehmer haben während des Auftritts feste Sportschuhe mit nicht färbender Sohle zu tragen.

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

PROGRAMMINHALTE

Die präsentierten Programme müssen familienfreundlich sein. Dazu müssen eine passende Musik und Choreografie verwendet werden, die eine typische Sideline widerspiegeln. Die Teams haben auffällig zweideutige, vulgäre, rassistische oder geschmacklose Bewegungen zu unterlassen. Dies gilt entsprechend für die verwendeten Cheers/Chants, Kommandos und die Musik.

In der Kategorie Sideline liegen die Schwerpunkte auf Kreativität, Zusammenarbeit mit dem Publikum, typische Elemente der Sideline – unabhängig von der begleitenden Sportart – mit Einsatz von Equipment.

Sideline Dance

Gestaltung

Die Sidelinetänze sind tänzerisch frei gestaltbar, sollen jedoch:

- unterhaltend und kreativ sein
- technische Tanzfähigkeiten zeigen
- den Charakter einer Sideline widerspiegeln
- Vocals bei Bandcheer ist erlaubt

Die Pflichtelemente müssen sauber, synchron oder als Wellenabfolge (Ripple) in die Routine integriert werden.

Verbotene Elemente

Nicht erlaubt sind:

- Stunts
- Lifts und Hebefiguren
- Baskets und Pyramiden
- Akrobatik
- Tumbling aus dem Cheerleading

Pflichtelemente

Programmdauer: mindestens 2:00 Minuten, maximal 2:30 Minuten

- Mindestens:
 - ein Sideline Cheer/Chant
 - ein Sideline Cheer/Chant für eine Offense oder Defense-Situation
 - ein Bandcheer (ca. 30 sec)
 - ein Sidelinetanz (ca. 30 sec)

Die Reihenfolge der Elemente ist frei wählbar.

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

Es werden 6 Fightsongs/Bandcheers von der CVD nach Eingang der Teammeldungen am 01.12. eines Jahres zur Auswahl Verfügung gestellt. Vorab kann in die Songs reingehört werden (max. 10 sec).

Weitere Pflichtbestandteile

- Motions
- Nutzung von Poms (Ripple zulässig)

Equipment soll sinnvoll und kreativ eingesetzt werden. Die Tanzbewegungen müssen zur Musik passen und das Publikum zum Mitmachen animieren. Eine synchrone Darbietung mit Spirit, Freude und Ausdruck ist essenziell.

Bewertungskriterien

- Kreativität
- Sound
- Motions
- Publikumswirksamkeit
- Nutzung von Equipment
- Allgemeine Ausstrahlung

Sideline Cheer

Gestaltung

Die Sideline-Elemente sind frei gestaltbar und sollen:

- unterhaltend und kreativ sein
- technische Cheer-Fähigkeiten an der Sideline zeigen
- jederzeit sicher ausgeführt werden
- Vocals bei Bandcheer und Timeout ist erlaubt

Pflichtelemente müssen sauber, synchron oder als Ripple gezeigt werden.

Verbotene Elemente

Nicht erlaubt sind:

- Baskets mit mehr als eine Drehung um die Längs- oder Querachse
- Flyover
- Pyramide mit Middlelayern
- Running Tumbling

Pflichtelemente

Programmdauer: mindestens 2:00 Minuten, maximal 2:30 Minuten

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

- Mindestens:
 - ein Sideline Cheer/Chant
 - ein Sideline Cheer/Chant für eine Offense- oder Defense-Situation
 - ein Sidelinestunt oder ein Basket **und** eine Pyramide (ohne Middlelayer)
 - ein Bandcheer (ca. 30 sec)
 - ein Timeout (ca. 30 sec)

Es werden 6 Fightsongs/Bandcheers von der CVD nach Eingang der Teammeldungen am 01.12. eines Jahres zur Auswahl Verfügung gestellt. Vorab kann in die Songs reingehört werden (max. 10 sec).

Weitere Pflichtbestandteile

- Motions
- Nutzung von Poms (Ripple zulässig)

Das Equipment soll kreativ eingesetzt werden. Musik und Darbietung sollen das Publikum animieren. Erwartet wird eine synchrone, sichere Darbietung mit viel Spirit, Freude und Ausdruck.

Bewertungskriterien

- Kreativität
- Sound
- Motions
- Publikumswirksamkeit
- Nutzung von Equipment
- Allgemeine Ausstrahlung

REGELN & REGELHANDBUCH

Sideline Cheer & Sideline Dance 2026/2027

STRAFEN

Wettkampfstrafen

REGELVERSTOß	STRAFE
Zweideutige, vulgäre, rassistische oder geschmacklose Bewegungen/Worte von Teilnehmern, Vereinsoffiziellen, Spottern, Coaches oder Fans	Disqualifikation
Kopiertes Material (ganze Programme) nach Einspruch	Disqualifikation
Präsentieren von Familien ungeeigneten Programmen, z.B. Darbietung von zweideutigen/r, vulgären/r oder geschmacklosen/r Bewegungen/Worten und oder Musik.	10 Punkte Abzug von Endpunktzahl, je nach Schwere bis hin zur Disqualifikation.
Anstößige Bekleidung	50 Punkte Abzug von Endpunktzahl pro Team
An- und/oder ausgezogene oder weggeworfene Uniformteile (z. B. Hüte, Handschuhe etc.)	10 Punkte Abzug von Endpunktzahl pro ausgezogenem Uniformteil
Fehlendes Pflichtelement oder Nichtnutzung der Poms	10 Punkte Abzug von Endpunktzahl pro fehlendem Element oder fehlendem Einsatz der Poms

REGELVERSTOß	STRAFE
Tragen von unerlaubtem Schuhwerk	5 Punkte Abzug von Endpunktzahl pro Person
Tragen von Schmuck (auch Haargummis, Aktivenbändchen etc.) durch aktive Cheerleader oder externe Spotter	5 Punkte Abzug von Endpunktzahl pro Person
Tragen von nicht genehmigten medizinischen Gegenständen	5 Punkte Abzug von Endpunktzahl pro Person
Überschreitung der Set up Time / Leaving Time	1 Punkt Abzug von Endpunktzahl pro Sekunde
Zeitunterschreitung/Zeitüberschreitung der Programmdauer in allen Kategorien	1 Punkt Abzug von Endpunktzahl pro Sekunde
offensichtlich beabsichtigtes Verlassen der markierten Auftrittsfläche	1 Punkt Abzug von Endpunktzahl pro Übertritt
Verlorene Poms	1 Punkt Abzug von Endpunktzahl pro verlorenem Pom
Ein Teilnehmer oder ein teilnehmendes Team führt ein in hohem Maße gesundheitsgefährdendes Element aus	1 bis 5 Punkte Abzug von Endpunktzahl
Verstoß gegen die Kleiderordnung	1 Punkt Abzug von Endpunktzahl pro Person
Unerlaubtes Bodentumbling bei Dance oder Running Tumbling bei Cheer	5 Punkte Abzug von Endpunktzahl