

**Néptánc**
Kéz-láb függetlenített ritmikai gyakorlat 1 perc

Max 2 perces tájegységnek megfelelő szabadonválasztott koreográfia
Testhezálló egyszínű ruha

**Klasszikus balett**
Klasszikus balett rúd gyakorlat: plié, battement jeté, fondu, grand battement jeté gyakorlatok max 4 perc
Középgyakorlat: fondu, grand adaggio, tour variáció gyakorlatok(petit és grand) max 5 perc
Assamblè, jeté, fermé, 1 db grand allegro gyakorlatok max 3 perc

Max 2 perces koreográfia bármely klasszikus balett repertoire-ból féltalpon vagy spiccen
Balettdressz, harisnya, kisszoknya, balettcipő, spicc cipő
Balettdressz, poló, balettcipő

**Modern-Kortárs**
Klasszikus balett középgyakorlat: grand adaggio és tour(petit) max 2 perc gyakorlatok
Limon technika alapú középgyakorlat,

Max 2 perces szabadonválasztott koreográfia
Testhezálló egyszínű ruha

**Színházi tánc**
Klasszikus balett rúd gyakorlat: battement tendu,
középgyakorlat: adaggio és tour(petit) gyakorlat, peti allegro echapé, jeté gyakorlatok max 3 perc
Testhezálló egyszínű ruha

Max 2 perces szabadonválasztott koreográfia-sztepp, hip-hop, b-boy+ b-girl, rock & roll, mambo, salsa, argentin tangó, boogie-woogie, electric boogie, disco tánc, show-tánc, street dance, musical, swing. A páros táncoknál partner közreműködése lehetséges.
Egyszínű ruha