



Lappeenrannan Tanssiurheilijat ry

KILPATANSSIN ABC

Infopaketti kilpatanssilapsille ja lasten vanhemmille

Kilpatanssin aloittamiseen liittyy paljon uusia asioita: taitoluokkia, ikäsarjoja, kilpailuja, nousupisteitä, tanssilajeja ja kilpailupäivän käytäntöjä.

Tähän oppaaseen olemme koonneet tärkeimmät asiat mahdollisimman selkeästi, jotta kilpatanssin maailmaan on helppo tulla mukaan.

Kaikkea ei tarvitse osata heti. Valmentaja ja seura auttavat matkan varrella – ensimmäisistä harjoituksista ensimmäisiin kilpailuihin ja siitä eteenpäin.

1. MISTÄ KILPAILEMINEN ALKAA?

Kilpailemisen voi aloittaa **starttiluokasta**.

Starttiluokka on tarkoitettu aloitteleville tanssijoille ja ensimmäisten kilpailukokemusten hankkimiseen. Starttiluokassa kilpailijoita ei aseteta paremmuusjärjestykseen, vaan tanssija tai pari saa palautetta omasta suorituksesta.

Starttiluokassa voidaan tanssia kilpailusta riippuen 1–6 tanssia:

Vakiotanssit

- Valssi
- Tango
- Quickstep

Latinalaistanssit

- Samba
- Cha-cha
- Jive

Starttiluokassa ei kerätä nousupisteitä.



Lappeenrannan Tanssiurheilijat ry

Starttiluokasta siirrytään **E-luokkaan valmentajan suosituksesta**. Starttiluokkaa ei siis tarvitse ”voittaa”, eikä E-luokkaan päästäkseen tarvitse kerätä tiettyä pistemäärää.

Ensimmäisten kilpailujen tärkein tavoite on saada kilpailukokemusta ja onnistumisen iloa – ei sijoitus.

2. TAITOLUOKAT – MITEN TANSSIJA ETENEE?

Kilpatanssin taitoluokat etenevät seuraavasti:

STARTTI → E → D → C → B → A

Starttiluokan jälkeen eteneminen perustuu kilpailuista saataviin nousupisteisiin.

Nousupisteet

- **E → D:** 40 nousupistettä
- **D → C:** 40 nousupistettä
- **C → B:** 40 nousupistettä
- **B → A:** 50 nousupistettä

Kun pari saavuttaa oman taitoluokkansa vaihtamiseen tarvittavan pistemäärän, se siirtyy seuraavaan taitoluokkaan.

Nousupisteitä kerätään virallisista nousupistekilpailuista. Pisteitä voi kertyä kilpailussa tanssituista kierroksista ja kilpailumenestyksestä.

Nousupisteitä ei siis tarvitse saada pelkästään kilpailuja voittamalla. Kilpailuihin osallistuminen ja kilpailukierrosten tanssiminen vievät paria vähitellen eteenpäin.

Valmentaja seuraa parin etenemistä ja auttaa kilpailupolun suunnittelussa.

3. MILLOIN TANSSILAJEJA TULEE LISÄÄ?

Kilpatanssissa tanssilajien määrä kasvaa taitoluokan mukana.



Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

E-LUOKKA – 6 TANSSIA

Vakiotanssit

Valssi • Tango • Quickstep

Latinalaistanssit

Samba • Cha-cha • Jive

↓

D-LUOKKA – 8 TANSSIA

Mukaan tulevat:

+ Foxtrot

+ Rumba

↓

C-LUOKKA – 10 TANSSIA

Mukaan tulevat:

+ Wienivalssi

+ Paso doble

C-luokasta eteenpäin tanssitaan kaikki kymmenen kilpatanssia.

Helppo muistisääntö

E = 6 tanssia

↓

D = 8 tanssia

- foxtrot & rumba

↓

C = 10 tanssia

- wienivalssi & paso doble

↓

B → A = 10 tanssia



Lappeenrannan Tanssiurheilijat ry

Taitoluokan noustessa tanssilajien määrä ei enää kasva, vaan tanssijan tekniikka, koreografiat ja tanssillinen osaaminen kehittyvät.

4. IKÄSARJAT

Ikäsarja ja taitoluokka ovat kaksi eri asiaa.

Ikäsarja määräytyy tanssijoiden iän perusteella. Taitoluokassa puolestaan edetään kilpailukokemuksen ja nousupisteiden kautta.

Ikäsarjat

Ikäsarja Ikäraja

Lapsi 1 Molemmat alle 10-vuotiaita

Lapsi 2 Vanhempi osapuoli 10–11-vuotias

Juniori 1 Vanhempi osapuoli 12–13-vuotias

Juniori 2 Vanhempi osapuoli 14–15-vuotias

Nuoriso Vanhempi osapuoli 16–18-vuotias

Ikäsarja muuttuu iän myötä. Taitoluokka puolestaan muuttuu kilpailuissa saavutetun etenemisen mukaan.

5. MIHIN KILPAILUIHIN VOI OSALLISTUA?

Kaikissa kilpailuissa ei järjestetä kaikkia ikä- ja taitoluokkia. Kilpailukutsusta selviää aina, mitä luokkia kyseisessä kilpailussa järjestetään.

STARTTILUOKAT

Starttiluokat sopivat ensimmäisiä kilpailuja käyville tanssijoille.

Starttiluokassa ei aseteta pareja paremmuusjärjestykseen eikä kerätä nousupisteitä.

SEURAKILPAILUT

Seurakilpailut ovat erityisesti E- ja D-luokan tanssijoille tärkeitä kilpailuja. Niissä voidaan kerätä nousupisteitä kilpailukutsun ja kilpailumuodon mukaisesti.



Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

Nimestään huolimatta seurakilpailu ei tarkoita vain järjestävän seuran omille tanssijoille tarkoitettua kilpailua.

VALTAKUNNALLISET KILPAILUT

Valtakunnallisissa kilpailuissa kilpaillaan pääasiassa D–A-luokissa. Kilpailukohtaisesti mukana voi olla myös muita luokkia.

AVOIMET LUOKAT

Avoimissa luokissa saman ikäsarjan eri taitoluokkien tanssijat voivat kilpailusääntöjen ja kilpailukutsun mukaisesti kilpailla yhdessä.

GP – GRAND PRIX

GP-kilpailut kuuluvat valtakunnalliseen rankingjärjestelmään ja painottuvat pidemmälle edenneisiin kilpailijoihin.

IKM – IKÄKAUSIMESTARUUSKILPAILUT

IKM-kilpailut järjestetään vuosittain. Niissä kilpaillaan ikäkausien mestaruuksista, ja mukana on mestaruusluokkia myös lapsille.

Vanhempien ei tarvitse osata kilpailukalenteria ulkoa.

Valmentaja auttaa valitsemaan lapselle ja parille sopivat kilpailut.

6. KUINKA USEIN OLISI HYVÄ KILPAILLA?

Kilpailut ovat tärkeä osa kilpatanssijan kehittymistä.

Kilpailuissa opitaan tanssimisen lisäksi muun muassa:

- kilpailutilanteessa toimimista
- esiintymistä
- jännityksen hallintaa
- oman suorituksen arviointia
- yhteistyötä oman parin kanssa
- kilpailupäivän käytäntöjä.

Aloittelevalle kilpatanssilapselle hyvä tavoite voisi olla esimerkiksi **2–4 kilpailupäivää syys- ja kevätkauden aikana.**



Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

Tämä ei ole sääntö tai vaatimus, vaan valmennuksellinen suositus. Sopiva kilpailumäärä riippuu aina lapsen iästä, tasosta, harjoittelumäärästä ja omista tavoitteista.

Tavoitteellisemmin harjoitteleville pareille voidaan tehdä yhdessä valmentajan kanssa oma kilpailusuunnitelma.

Kilpailuja ei tarvitse ajatella testinä siitä, kuinka hyvä tanssija lapsi on. Ne ovat osa harjoittelua ja oppimista.

7. MITÄ KILPAILUIHIN TARVITAAN?

Ennen ensimmäisiä kilpailuja kannattaa tarkistaa ainakin seuraavat asiat.

Kilpailuihin ilmoittautuminen

Kilpailuihin ilmoittaudutaan kilpailukutsussa ilmoitetulla tavalla ja määräaikaan mennessä. Kaikki kilpailut löytyvät Suomen tanssiurheiluseuran STUL kalenterista: [Dancesport](#)

Valmentaja ja seura ohjeistavat ensimmäisiin kilpailuihin lähteviä perheitä ilmoittautumisessa.

Seuran jäsenyys, kilpailuoikeus ja lisenssi

Virallisiin kilpailuihin osallistuminen edellyttää kilpailumuodosta riippuen tarvittavaa seuran jäsenyyttä, kilpailulisenssiä (E luokasta ylöspäin) ja kilpailijarekisteröintiä.

Seura auttaa näiden käytännön asioiden kanssa ennen ensimmäisiä kilpailuja.

Kilpailuasus

Kilpailuasujen tulee noudattaa oman ikä- ja taitoluokan pukusääntöjä.

Kaikkien luokkien kilpailu- ja pukusäännöt löytyvät STUL:n sivuilta: [Kilpailusäännöt – Dancesport](#)

Tanssikengät

Kilpailuihin tarvitaan asianmukaiset ja lapselle sopivat tanssikengät. Myös kenkien tulee olla kyseiseen ikä- ja kilpailuluokkaan sopivat.

Hiukset ja muu kisatyyli

Hiukset tehdään siististi ja kestävästi. Lasten kilpailutyylissä noudatetaan omaa ikäsarjaa koskevia sääntöjä.



Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

Kilpailunumero

Kilpailupaikalta haetaan parille kilpailunumero, joka kiinnitetään kilpailuasuun kilpailun ohjeiden mukaisesti.

Aikataulu

Kilpailupaikalle kannattaa saapua hyvissä ajoin.

Ennen omaa kilpailuluokkaa tarvitaan aikaa esimerkiksi:

- ilmoittautumiseen
- kilpailunumeron hakemiseen
- vaatteiden vaihtamiseen
- kampauksen viimeistelyyn
- lämmittelyyn
- kilpailupaikkaan ja aikatauluun tutustumiseen.

8. KISAKAMPAUS

Kilpatanssissa siisti ja huoliteltu kampaus kuuluu kilpailuun valmistautumiseen.

Ensimmäisissä kilpailuissa kampauksen ei tarvitse olla monimutkainen. Tärkeintä on, että hiukset ovat siistit ja pysyvät hyvin paikoillaan koko kilpailupäivän ajan.

Kisakampausilta vanhemmille

Seura voi järjestää erillisen kisakampausillan, jossa opetellaan yhdessä kilpailukampauksen perusteet:

- hiusten pohjatyö
- sileän ja kestävä pohjan tekeminen
- jakaus ja poninhäntä
- nutturan tekeminen
- hiusverkon ja pinnien käyttö
- geelin ja hiuslakan käyttö
- kampauksen viimeistely.



Lappeenrannan Tanssiurheilijat ry

Tavoitteena on, että vanhemmat saavat valmiudet tehdä lapselle siistin peruskisakampauksen myös itse.

9. MITÄ KILPATANSSI MAKSAA?

Kilpatanssin kustannukset muodostuvat useista eri asioista, ja kulut kasvavat harrastuksen edetessä.

Mahdollisia kustannuksia ovat esimerkiksi:

- harjoitusmaksut
- seuran jäsenyys
- kilpailulisenssi ja rekisteröinti
- kilpailumaksut
- tanssikengät
- kilpailuasua
- valmennus ja mahdolliset lisävalmennukset yksityistunteineen
- leirit ja muut tapahtumat
- kilpailumatkojen matkakulut.

Kaikkea ei tarvitse hankkia heti.

Ensimmäisiin kilpailuihin valmistautuessa kannattaa kysyä valmentajalta, mitä juuri tässä vaiheessa tarvitaan ja milloin uusia varusteita on tarpeen hankkia.

10. ENSIMMÄINEN KILPAILUPÄIVÄ – MUISTILISTA

Ennen kilpailua

- ☐ Tarkista kilpailun aikataulu
- ☐ Tarkista kilpailupaikka ja ajo-ohjeet
- ☐ Pakkaa kilpailuasua
- ☐ Pakkaa tanssikengät
- ☐ Tee kisakampaus
- ☐ Pakkaa hiustuotteet ja varatarvikkeet



Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

- ☐ Ota juomapullo
- ☐ Pakkaa riittävästi eväitä
- ☐ Tarkista, että tarvittavat ilmoittautumiset ja maksut on hoidettu
- ☐ Saavu kilpailupaikalle hyvissä ajoin

Kilpailupaikalla

- ☐ Ilmoittaudu tarvittaessa
- ☐ Hae kilpailunumero
- ☐ Vaihda kilpailuasua
- ☐ Tarkista kampa
- ☐ Tutustu kilpailupaikkaan
- ☐ Lämmittele
- ☐ Tarkista oma kilpailuluokka ja aikataulu
- ☐ Ole valmiina hyvissä ajoin ennen omaa vuoroa

Ja sitten tärkein:

TANSSIMAAN!

Ensimmäisten kilpailujen tärkein tavoite ei ole sijoitus.

Tärkeintä on saada uusi kokemus, tutustua kilpailutilanteeseen, oppia uutta ja saada onnistumisen iloa omasta tanssista.

LOPUKSI

Kilpatanssissa kaikkea ei tarvitse osata tai tietää heti.

Uuteen harrastukseen kuuluu paljon uusia termejä ja käytäntöjä, mutta ne tulevat tutuiksi vähitellen. Valmentajat ja seura auttavat perheitä kilpailupolun jokaisessa vaiheessa – ensimmäisestä kilpailusta aina uusiin taitoluokkiin asti.

Jos jokin asia mietityttää, **kysy rohkeasti omalta valmentajalta.**

Tärkeintä on tanssin ilo!

Ensimmäiseen kilpailuun ei tarvitse lähteä valmiina kilpatanssijana, vaan sinne lähdetään **oppimaan, kokemaan ja tanssimaan!** 😊



Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

Vuodesta 1974

Seuraa tanssia ja seuran kuulumisia myös somessa:

Instagram: @lpr_tanssiurheilijat

Facebook: Lappeenranta Tanssiurheilijat ry

Kiinnostuitko? Ota yhteyttä:

info@tanssiurheilijat.fi

Olet lämpimästi tervetullut mukaan!