

DIKUASAKAN OLEH :



**PERTANDINGAN AERODANCE SAIEF TERBUKA
PERINGKAT KEBANGSAAN 2026
9 MEI 2026 | 9.30 AM – 6.00 PM
KL GATEWAY MALL, KUALA LUMPUR**

NAMA PASUKAN : _____
NEGERI : _____
NAMA PENGURUS / JURULATIH : _____
NO H/PHONE : _____
EMAIL : _____
ALAMAT : _____

NAMA PESERTA

NAMA PESERTA 1 : _____
NO. MYKAD : _____ UMUR: _____
NAMA PESERTA 2 : _____
NO. MYKAD : _____ UMUR: _____
NAMA PESERTA 3 : _____
NO. MYKAD : _____ UMUR: _____
NAMA PESERTA 4 : _____
NO. MYKAD : _____ UMUR: _____
NAMA PESERTA 5 : _____
NO. MYKAD : _____ UMUR: _____
NAMA PESERTA 6 : _____
NO. MYKAD : _____ UMUR: _____

PERAKUAN:-

KAMI PENGURUS DAN PESERTA SEPERTI NAMA DI ATAS DISAHKAN SIHAT TUBUH BADAN DAN BERSETUJU BAHAWA PENYERTAAN KAMI DI DALAM PERTANDINGAN AERODANCE SAIEF TERBUKA PERINGKAT KEBANGSAAN 2026 PADA 9 MEI 2026 ADALAH DENGAN KEHENDAK KAMI SENDIRI DAN TIDAK AKAN MENUNTUT GANTI RUGI DARI PIHAK PENGANJUR / PENGELOLA / URUSETIA SERTA PIHAK-PIHAK YANG BERKAITAN SEKIRANYA BERLAKU KEMATIAN, KEMALANGAN, KECEDEeraan DAN KECELAKAAN KE ATAS DIRI KAMI SEBELUM, SEMASA DAN SELEPAS PERTANDINGAN INI DIADAKAN.

TANDATANGAN PENGURUS PASUKAN

.....
NAMA :
TARIKH :

- NOTA :-**
- BORANG PENYERTAAN INI HENDAKLAH DIBAWA SEMASA PENDAFTARAN PASUKAN BESERTA SALINAN KAD PENGENALAN PESERTA
 - PASTIKAN PENDAFTARAN MELALUI LINK DIBUAT SEBELUM 25 APRIL 2026
 - SEBARANG PERTANYAAN SILA BERHUBUNG DENGAN :
 - JMT SAIEF ZEE 011-35442379
 - JMT HALINA 014-9809157
 - ADMIN SEKRETARIAT 012-6795101

**IMBAS QR CODE UNTUK
PENDAFTARAN :**



SYARAT-SYARAT PERTANDINGAN:

- PERTANDINGAN INI DIANJURKAN OLEH KELAB SUKAN KECERGASAN AERODANCE SAIEF
- PENYERTAAN SAIEF AERODANCE INI ADALAH TERBUKA KEPADA SEMUA RAKYAT MALAYSIA UNTUK KATEGORI SEKOLAH RENDAH DAN SEKOLAH MENENGAH
- PENDAFTARAN PENYERTAAN BERMULA PADA 18 MAC 2026 – 25 APRIL 2026.
- BORANG PENDAFTARAN ASAL INI PERLU DIBAWA SEMASA PENDAFTARAN PASUKAN DI HARI PERTANDINGAN MANAKALA PENGURUS / JURULATIH PERLU MENDAFTARKAN PASUKAN DI LINK YANG DISEDIAKAN ATAU MELALUI QR CODE SEPERTI DI BAWAH SEBELUM 25 APRIL 2026.
- UNTUK PENGIKTIRAFAN MARKAH PAJSK PERINGKAT SEKOLAH MENENGAH PERLU MENGHANTAR VIDEO KUMPULAN MASING-MASING SEBELUM 20 APRIL 2026 KE TELEGRAM URUSETIA 012-6795101.
- PENDAFTARAN KUMPULAN ADALAH **PERCUMA**.
- HADIAH **WANG TUNAI, MEDAL DAN SIJIL** BAGI TEMPAT PERTAMA, KEDUA, KETIGA DAN SAGUHATI AKAN DIBERIKAN KEPADA PEMENANG PERTANDINGAN.
- PESERTA HENDAKLAH TERDIRI DARIPADA INDIVIDU YANG AKTIF DALAM BIDANG KECERGASAN SERTA MEMPUNYAI TUBUH BADAN YANG SIHAT.
- TERDAPAT 2 KATEGORI IAITU SEKOLAH RENDAH 7 – 12 TAHUN DAN SEKOLAH MENENGAH 13 – 17 TAHUN.
- SETIAP KUMPULAN YANG BERTANDING ADALAH TERDIRI DARIPADA 5 - 6 ORANG PESERTA DAN 1 JURULATIH / PENGURUS PASUKAN.
- SETIAP KUMPULAN HENDAKLAH MEMAKAI PAKAIAAN SOPAN DAN TIDAK MENCELOK MATA. **10 MARKAH** AKAN DIPOTONG SEKIRANYA PESERTA MELANGGAR SYARAT BERPAKAIAN.
- JURI YANG DIPILIH ADALAH JURI YANG DIKTIRAF DAN AKAN DIPILIH OLEH PIHAK PENGANJUR .
- SYARAT – SYARAT WAJIB PERGERAKKAN

PERGERAKKAN WAJIB

- | | |
|---|--|
| 1) MARCHING (2 x 8) | 10) WAJIB 1 KEMAHIRAN SENI MEMPERTAHANKAN DIRI (≥ 2 X 8) |
| 2) KNEE LIFT (2 x 8) | |
| 3) STEP TOUCH (2 x 8) | |
| 4) V-STEP (2 x 8) | (GERAKKAN 2 x 8 PERLU SECARA BERTERUSAN) |
| 5) JUMPING JACK (1 x 8) | |
| 6) SIDE TAP (2 x 8) | |
| 7) SKIP (2 x 8) | |
| 8) JOGGING (2 x 8) | |
| 9) WAJIB 1 LAGU DAN KEMAHIRAN TARIAN TRADISIONAL MALAYSIA (≥ 2 X 8) | |

MUZIK

- 3 MINIT 30 SAAT
- RAKAMAN PERLU DALAM SATU TRACK RAKAMAN SAHAJA
- SARANAN BEAT LAGU 134 BPM KE ATAS

LAGU

PELBAGAI GENRE LAGU DISARANKAN (≥ 8 LAGU)

- PERTANDINGAN INI ADALAH BERBENTUK FASA AEROBIC / KARDIO SAHAJA. MARKAH AKAN DI POTONG SEKIRANYA MEMBUAT GERAKAN REGANGAN ATAU **BODY TONING**.
- CABUTAN UNDI PASUKAN AKAN DITENTUKAN SEMASA TAKLIMAT PENGURUS PASUKAN.
- KAWASAN PERSEMBAHAN BERUKURAN **7M X 7M** AKAN DISEDIAKAN UNTUK PERTANDINGAN.
- SEBARANG BANTAHAN DAN RAYUAN **TIDAK AKAN DILAYAN**.
- SILA EMAIL BORANG PENDAFTARAN SEBELUM 20 APRIL 2026. KE saiefmalaysia@yahoo.com DAN WHSAPP KE 012-6795101
- LAGU PERTANDINGAN PERLU DIHANTAR KE NOMBOR 012-6795101 (WHSAPP) SEBELUM 20 APRIL 2026.