



Regolamento ANMB Amatori

Indice

✓	PRINCIPI E NORME GENERALI	PAG.3
✓	DANZE LATINO AMERICANE	PAG.6
✓	DANZE STANDARD	PAG.13
✓	LISCIO UNIFICATO	PAG.19
✓	BALLO DA SALA	PAG.22
✓	LISCIO TRADIZIONALE PIEMONTESE	PAG.26
✓	LISCIO TRADIZIONALE LIGURE	PAG.29
✓	DANZE FOLK ROMAGNOLE	PAG.33
✓	NEW YORK – LATIN HUSTLE	PAG.36
✓	DANZE JAZZ	PAG.39
✓	DANZE CARAIBICHE	PAG.47
✓	DUO SINCRO LATIN E DUO SINCRO CARRIBEAN	PAG.54
✓	DANZE ARGENTINE	PAG.55
✓	DANZE A SQUADRE (CHOREOGRAPHIC TEAM)	PAG.57
✓	DANZE ARTISTICHE	PAG.60
✓	DANZE ACCADEMICHE	PAG.65
✓	BALLO SOCIALE	PAG.67

PRINCIPI E NORME GENERALI

Il presente Regolamento Gare Nazionale è lo strumento con il quale è regola l'organizzazione della disciplina Danza, tenendo comunque conto della particolare situazione dell'Italia. Tutte le competizioni, compresi i Campionati Italiani e regionali, possono essere aperte a tutti purché questi abbiano un tesseramento - che attesti la copertura assicurativa individuale – in corso di validità e rilasciato da qualsiasi Ente di Promozione Sportiva e/o Enti e Federazione.

Liberatoria

L'iscrizione di un tesserato a una manifestazione autorizzata e/o organizzata comporta la tacita accettazione nonché il consenso all'utilizzo in tutte le forme, dei dati e delle immagini relative alla competizione.

I ballerini che vorranno partecipare alle competizioni dovranno comunque attenersi alle disposizioni di seguito riportate.

Le competenze dell'organizzazione sono:

Procedere al controllo periodico del presente Regolamento;

Dettare, qualora lo ritenga conveniente, norme supplementari e/o autorizzare eccezioni;

Controllare la sua applicazione;

Sorvegliare su possibili infrazioni e decidere circa eventuali interventi;

Occuparsi delle aree amministrative.

Specialità

Ogni singola specialità può essere eseguita da singolo, coppia e formazione:

Danze Stile Internazionali

Danze Latino Americane: Cha Cha Cha, Samba, Rumba, Paso Doble, Jive

Danze Standard: Valzer Inglese, Tango, Valzer Viennese, Slow Fox, Quick Step

Danze Nazionali

Liscio Unificato: Mazurka, Valzer Viennese, Polka

Ballo da Sala: Valzer Lento, Tango, Fox Trot

Ballo Sociale

Liscio Tradizionale Piemontese: Mazurka, Valzer, Polka

Liscio Tradizionale Ligure: Mazurka, Valzer, Polka

Danze Folk Romagnole: Mazurka, Valzer, Polka

Disco Fox

Danze Jazz: Rock'n Roll, Boogie-Woogie, Disco Dance, Twist, Latin Jazz, Swig Lindy Hop,

Danze Caraibiche: Salsa Cubana, Salsa Portoricana, Merengue, Bachata, Kizomba, Salsa Duo, Salsa Shine, Rueda, Carribean Show

Danze Argentine: Tango Salon, Tango Argentino, Combinata (Tango - Vals - Milonga), Tango Escenario

Choreographic Team: Sincronizzato, Choreografico, Show

Danze Artistiche: Hip Hop, Break Dance, Dance Fitness, Danze Orientali, Country Line Dance

Danze Accademiche: Classico, Moderno, Contemporaneo

Definizione delle Categorie

Categoria età per balli di coppia

Juveniles I	UNDER 8	8 ANNI NON COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Juveniles II	UNDER 10	10 ANNI NON COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Juniors I	UNDER 12	12 ANNI NON COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Juniors II	UNDER 14	14 ANNI NON COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Youth I	UNDER 16	16 ANNI NON COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Youth II	UNDER 19	19 ANNI NON COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Adulti I	OVER 16	16 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Adulti II	OVER 30	30 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Senior I	OVER 40	40 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Senior II	OVER 50	50 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Senior III	OVER 60	60 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE
Senior IV	OVER 70	70 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELLA COMPETIZIONE

Le coppie appartenenti alla categoria Under, vengono determinate dal componente più anziano della coppia, e potrà competere nelle categorie Under di età superiore, fermo restando la classe di appartenenza.

Le coppie appartenenti alle categorie Over, vengono determinate dal componente più anziano della coppia, e potrà competere nelle categorie Over di età inferiore, fermo restando la classe di appartenenza.

Vincoli per le categorie Senior

Senior I	Over 40 il componente più anziano della coppia deve avere un'età superiore a 40 anni mentre il più giovane deve essere almeno nel 30esimo anno di età.
Senior II	Over 50 il componente più anziano della coppia deve avere un'età superiore a 50 mentre il più giovane deve essere almeno nel 40esimo anno di età.
Senior III	Over 60 il componente più anziano della coppia deve avere un'età superiore a 60 anni mentre il più giovane deve essere almeno nel 50esimo anno di età.
Senior IV	Over 70 il componente più anziano della coppia deve avere un'età superiore ai 70 anni mentre il più giovane deve essere almeno nel 60esimo anno di età.

★ **SCelta CATEGORIA:** è facoltà di ogni coppia scegliere di ballare nella categoria inferiore in base all'età del partner giovane, ma la scelta è vincolante per l'intero anno sportivo.

★ **RETROCESSIONE di CLASSE**

Nel caso in cui una coppia si dividesse, il ballerino o la ballerina che rimane in competizione, quando si iscriverà con il/la nuovo/a partner, andrà nella categoria precedente in cui era iscritta inizialmente, a meno che il/la nuovo/a partner non appartenga alla stessa categoria.

In casi particolari, su richiesta dell'interessato, sarà valutata di volta in volta direttamente dalla Commissione predisposta dal Consiglio Direttivo Nazionale.

★ **ISCRIZIONE DI UNA COPPIA AD UNA CLASSE**

Al momento della prima iscrizione la coppia sceglie una qualsiasi Classe, ad esclusione di quelle di Merito.

In qualsiasi momento la coppia può cambiare di Classe, ad esclusione di quelle di Merito.

Le Classi di Merito sono:

- ✓ A1 Danze Standard
- ✓ A1 Danze Latino Americane
- ✓ Classe Internazionale tutte

★ PASSAGGI DI CLASSE OBBLIGATORI al Campionato Italiano ANMB (aprile 2018)

Per i passaggi di Classe di 1 Liv – 2 Liv – 3 Liv - D - C - B – A, per tutte le categorie e discipline, vale la regola di seguito descritta:

- in una finale a 3 coppie passa la prima,
- in una finale a 4/5 coppie passano le prime due,
- in una finale a 6/8 coppie passano le prime tre.

La Classe A1 di Danze Standard e A1 Danze Latino Americane essendo Classi di Merito, vale la regola:

- in una finale a 3 coppie passa la prima,
- in una finale a 4/5 coppie passano le prime due,
- in una finale a 6/8 coppie passano le prime tre.

Per la Classe Internazionale di tutte le discipline, essendo Classe di Merito, vale la regola:

- in una finale a 3 coppie passa la prima,
- in una finale a 4/5 coppie passano le prime due,
- in una finale a 6/8 coppie passano le prime tre.

DANZE LATINO AMERICANE

Categorie

Stile Internazionale

- **Under 8** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C
- **Under 10** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B
- **Under 12** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B
- **Under 14** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A
- **Under 16** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A -----Int.
- **Under 19** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A -----Int.
- **OVER 16** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A – A1 –Int.
- **OVER 30** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A – A1 –Int.
- **OVER 40** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A -----Int.
- **OVER 50** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A -----Int.
- **OVER 60** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A -----Int.
- **OVER 70** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B - A -----Int.

Specifiche Tecniche Danze Latino Americane

Classi

BALLI

FIGURE

1 Liv/F1	<i>Cha Cha Cha</i>	<i>Bronzo/Argento da tabella</i>
2 Liv/F	<i>Cha Cha Cha – Rumba</i>	<i>Bronzo/Argento da tabella</i>
3 Liv/E	<i>Cha Cha Cha – Samba - Rumba</i>	<i>Bronzo/Argento da tabella</i>
D	<i>Cha Cha Cha – Samba - Rumba - Paso Doble - Jive</i>	<i>Bronzo/Argento da tabella</i>
C	<i>Cha Cha Cha – Samba - Rumba - Paso Doble - Jive</i>	<i>Bronzo/Argento/Oro vedi tabella</i>
B	<i>Cha Cha Cha – Samba - Rumba - Paso Doble - Jive</i>	<i>Vedi tabella completa</i>
A – A1- Int	<i>Cha Cha Cha, Samba, Rumba, Paso Doble, Jive</i>	<i>LIBERE</i>

CHA CHA CHA		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Alemana	Alemana	Alemana
Cha Cha Cha Chasse di PD	Cha Cha Cha Chasse di PD	Cha Cha Cha Chasse di PD
Cha Cha Cha Chasse di PS	Cha Cha Cha Chasse di PS	Cha Cha Cha Chasse di PS
Cha Cha Cha Lock avanti di PD	Cha Cha Cha Lock avanti di PD	Cha Cha Cha Lock avanti di PD
Cha Cha Cha Lock avanti di PS	Cha Cha Cha Lock avanti di PS	Cha Cha Cha Lock avanti di PS
Cha Cha Cha Lock indietro di PD	Cha Cha Cha Lock indietro di PD	Cha Cha Cha Lock indietro di PD
Cha Cha Cha Lock indietro di PS	Cha Cha Cha Lock indietro di PS	Cha Cha Cha Lock indietro di PS
Close Basic	Close Basic	Close Basic
Fan	Fan	Fan
Hand to Hand	Hand to Hand	Hand to Hand
Hockey Stick girato in CPP (Argento)	Hockey Stick girato in CPP (Argento)	Hockey Stick girato in CPP (Argento)
Hockey Stick	Hockey Stick	Hockey Stick
Natural Top	Natural Top	Natural Top
New York da Open CPP	New York da Open CPP	New York da Open CPP
New York da Open PP	New York da Open PP	New York da Open PP
Open Basic	Open Basic	Open Basic
Shoulder to Shoulder	Shoulder to Shoulder	Shoulder to Shoulder
Spot Turn a Dx	Spot Turn a Dx	Spot Turn a Dx
Spot Turn a Sx	Spot Turn a Sx	Spot Turn a Sx
Sviluppo del Cha Cha Cha Chasse (Argento)	Sviluppo del Cha Cha Cha Chasse (Argento)	Sviluppo del Cha Cha Cha Chasse (Argento)
Time Step	Time Step	Time Step
Under Arm Turn a Dx	Under Arm Turn a Dx	Under Arm Turn a Dx

CHA CHA CHA		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Under Arm Turn a Sx	Under Arm Turn a Sx	Under Arm Turn a Sx
Close Hip Twist	Close Hip Twist	Close Hip Twist
Cross Basic	Cross Basic	Cross Basic
Open Hip Twist	Open Hip Twist	Open Hip Twist
Opening Out from Reverse Top	Opening Out from Reverse Top	Opening Out from Reverse Top
Reverse Top	Reverse Top	Reverse Top
Cambio di piede METODO 1-2	Cambio di piede METODO 1-2-3	Cambio di piede METODO 1-2-3
	Close Hip Twist Spiral	Close Hip Twist Spiral
	Cuban Break in Open CPP	Cuban Break in Open CPP
	Cuban Break in Open Position	Cuban Break in Open Position
	Curl	Curl
	Follow my Leader	Follow my Leader
	Open Hip Twist Spiral	Open Hip Twist Spiral
	Split Cuban Break da Open CPP e Open PP	Split Cuban Break da Open CPP e Open PP
	Split Cuban Break in Open Position	Split Cuban Break in Open Position
	Sweetheart	Sweetheart
	Syncopated Open Hip Twist	Syncopated Open Hip Twist
	Turkish Towel	Turkish Towel
		Figure Aggiunte Testo Latin Evolution
		Overtuned Forward Locks
		Syncopated time step
		Close hip twist in split position
		Travelling from open c.p.p. a open p.p.
		Turkish Towel whit seat line ending
		Whip in natural top
		Box in doppia presa
		Box in shadow position
		Runaway three Cha Cha Cha

SAMBA		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Close Rocks	Close Rocks	Close Rocks
Corta Jaca	Corta Jaca	Corta Jaca
Natural Basic Movement	Natural Basic Movement	Natural Basic Movement
Natural Roll	Natural Roll	Natural Roll
Outside Basic Movement	Outside Basic Movement	Outside Basic Movement
Progressive Basic Movement	Progressive Basic Movement	Progressive Basic Movement
Promenade Samba Walk di PD	Promenade Samba Walk di PD	Promenade Samba Walk di PD
Promenade Samba Walk di PS	Promenade Samba Walk di PS	Promenade Samba Walk di PS
Reverse Basic Movement	Reverse Basic Movement	Reverse Basic Movement
Reverse Turn	Reverse Turn	Reverse Turn
Samba Chasse	Samba Chasse	Samba Chasse
Samba Whisk a Dx	Samba Whisk a Dx	Samba Whisk a Dx
Samba Whisk a Sx	Samba Whisk a Sx	Samba Whisk a Sx
Side Samba Walk	Side Samba Walk	Side Samba Walk
Stationary Samba Walk di PD	Stationary Samba Walk di PD	Stationary Samba Walk di PD
Stationary Samba Walk di PS	Stationary Samba Walk di PS	Stationary Samba Walk di PS

SAMBA		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Travelling Botafogos	Travelling Botafogos	Travelling Botafogos
Argentine Crosses	Argentine Crosses	Argentine Crosses
Backward Rocks	Backward Rocks	Backward Rocks
Continuous Voltas Sport Turn a Sx	Continuous Voltas Sport Turn a Sx	Continuous Voltas Sport Turn a Sx
Continuous Voltas Spot Turn a Dx	Continuous Voltas Spot Turn a Dx	Continuous Voltas Spot Turn a Dx
Open Rocks	Open Rocks	Open Rocks
Plait	Plait	Plait
Promenade Botafogos	Promenade Botafogos	Promenade Botafogos
Shadow Botafogos	Shadow Botafogos	Shadow Botafogos
Travelling Voltas a Dx	Travelling Voltas a Dx	Travelling Voltas a Dx
Travelling Voltas a Sx	Travelling Voltas a Sx	Travelling Voltas a Sx
Volta Action	Volta Action	Volta Action
Volta Spot Turn a Dx	Volta Spot Turn a Dx	Volta Spot Turn a Dx
Volta Spot Turn a Sx	Volta Spot Turn a Sx	Volta Spot Turn a Sx
	Cambi di piede	Cambi di piede
	Carioca Runs	Carioca Runs
	Circular Voltas a Dx	Circular Voltas a Dx
	Circular Voltas a Sx	Circular Voltas a Sx
	Contra Botafogos	Contra Botafogos
	Corta Jaca in Shadow Position	Corta Jaca in Shadow Position
	Cruzados Locks in Shadow Position	Cruzados Locks in Shadow Position
	Cruzados Walks	Cruzados Walks
	Promenade e Counter Promenade Runs	Promenade e Counter Promenade Runs
	Rolling off the Arm	Rolling off the Arm
	Rhythm Bounce	Rhythm Bounce
	Samba Locks in Open PP	Samba Locks in Open PP
	Samba Locks	Samba Locks
	Three Step Turn	Three Step Turn
	Volta Break	Volta Break
		Figure Aggiunte Testo Latin Evolution
		Running walks in handshake
		Foot changes da shadow pos. a open pos.
		Open shadow hands rocks
		Travelling samba
		Reverse turn in shadow position
		Amalgamazione roolls
		Double rolling of the arm
		Rotary backdrop from rolling of the arm

RUMBA		
Classi: L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Alemana	Alemana	Alemana
Basic Movement	Basic Movement	Basic Movement
Close Hip Twist	Close Hip Twist	Close Hip Twist
Fan	Fan	Fan
Hand to Hand	Hand to Hand	Hand to Hand
Hockey Stick	Hockey Stick	Hockey Stick
Natural Top	Natural Top	Natural Top
New York da Open CPP	New York da Open CPP	New York da Open CPP
New York da Open PP	New York da Open PP	New York da Open PP
Open Hip Twist	Open Hip Twist	Open Hip Twist
Shoulder to Shoulder	Shoulder to Shoulder	Shoulder to Shoulder
Side Steps	Side Steps	Side Steps
Spot Turn a Dx	Spot Turn a Dx	Spot Turn a Dx
Spot Turn a Sx	Spot Turn a Sx	Spot Turn a Sx
Under Arm Turn a Sx	Under Arm Turn a Sx	Under Arm Turn a Sx
Under Arm a Dx	Under Arm a Dx	Under Arm a Dx
Curl	Curl	Curl
Opening Out a Dx e Sx	Opening Out a Dx e Sx	Opening Out a Dx e Sx
Opening Out from Reverse Top	Opening Out from Reverse Top	Opening Out from Reverse Top
Reverse Top	Reverse Top	Reverse Top
Spiral	Spiral	Spiral
	Abanera Rhythm	Abanera Rhythm
	Continuous Circular Hip Twist	Continuous Circular Hip Twist
	Continuous Hip Twist	Continuous Hip Twist
	Cuban Rocks	Cuban Rocks
	Fallaway	Fallaway
	Fencing	Fencing
	Hip Twist Action	Hip Twist Action
	Rope Spinning	Rope Spinning
	Runaway Alemana	Runaway Alemana
	Sliding Doors	Sliding Doors
	Syncopated Hip Twist	Syncopated Hip Twist
	Three Alemanas	Three Alemanas
	Three Threes	Three Threes
		Figure Aggiunte Testo Latin Evolution
		Camminata indietro con giro della dama
		Open promenade e couter prom walks
		Telespin with ending
		Rope spinning con doppia presa
		Overtured swivel
		Advanced sliding doors
		Extended line
		Three spiral

PASO DOBLE		
Classe: D	Classe: C	Classe: B
Attack	Attack	Attack
Basic Movement	Basic Movement	Basic Movement
Chasse a Dx	Chasse a Dx	Chasse a Dx
Chasse a Sx	Chasse a Sx	Chasse a Sx
Huit	Huit	Huit
Promenade Close	Promenade Close	Promenade Close
Promenade e Counter Promenade	Promenade e Counter Promenade	Promenade e Counter Promenade
Promenade	Promenade	Promenade
Separation with Fallaway Ending	Separation with Fallaway Ending	Separation with Fallaway Ending
Separation	Separation	Separation
Sixteen	Sixteen	Sixteen
Sur Place	Sur Place	Sur Place
Twist Turn	Twist Turn	Twist Turn
Banderillas	Banderillas	Banderillas
Fallaway Reverse	Fallaway Reverse	Fallaway Reverse
Fallaway Whisk	Fallaway Whisk	Fallaway Whisk
Grand Circle	Grand Circle	Grand Circle
La Passe	La Passe	La Passe
Spanish Line	Spanish Line	Spanish Line
Syncopated Separation	Syncopated Separation	Syncopated Separation
	Cambi di Piede	Cambi di Piede
	Chasse Cape	Chasse Cape
	Coup de Pique da PD a PS	Coup de Pique da PD a PS
	Coup de Pique da PS a PD	Coup de Pique da PS a PD
	Enrtate alternative in PP	Enrtate alternative in PP
	Farrol	Farrol
	Flamenco Taps	Flamenco Taps
	Fregolina	Fregolina
	Left Foot Variation	Left Foot Variation
	Separation whit Lady's Caping Walks	Separation whit Lady's Caping Walks
	Syncopated Coup de Pique	Syncopated Coup de Pique
	Travelling Spins da CPP	Travelling Spins da CPP
	Travelling Spins da PP	Travelling Spins da PP
	Twists	Twists
		Figure Aggiunte Testo Latin Evolution
		Locks in twists
		Variazione di piede destro
		Uscita bfronte parete dai twists
		Amalgamazione spagnola
		Sevillanas
		Spanish promenade
		Walking matadoer
		Chassè sincopato s sx
		Flamenco arms
		Chassè con doppia presa

JIVE		
Classe: D	Classe: C	Classe: B
American Spin	American Spin	American Spin
Basic in Fallaway	Basic in Fallaway	Basic in Fallaway
Basic in Place	Basic in Place	Basic in Place
Change of Hands Behind Back	Change of Hands Behind Back	Change of Hands Behind Back
Change of Place da Dx a Sx	Change of Place da Dx a Sx	Change of Place da Dx a Sx
Change of Place da Sx a Dx	Change of Place da Sx a Dx	Change of Place da Sx a Dx
Jive Chasse a Dx	Jive Chasse a Dx	Jive Chasse a Dx
Jive Chasse a Sx	Jive Chasse a Sx	Jive Chasse a Sx
Link	Link	Link
Promenade Walks (Quick)	Promenade Walks (Quick)	Promenade Walks (Quick)
Promenade Walks (Slow)	Promenade Walks (Slow)	Promenade Walks (Slow)
Whip	Whip	Whip
Ball Change	Ball Change	Ball Change
Curly Whip	Curly Whip	Curly Whip
Double Cross Whip	Double Cross Whip	Double Cross Whip
Fallaway Throwaway	Fallaway Throwaway	Fallaway Throwaway
Reverse Whip	Reverse Whip	Reverse Whip
Stop and Go	Stop and Go	Stop and Go
Throwaway Whip	Throwaway Whip	Throwaway Whip
	Chicken Walks	Chicken Walks
	Flick into Break	Flick into Break
	Hip Bump	Hip Bump
	Rolling off the Arm	Rolling off the Arm
	Simple Spin	Simple Spin
	Spanish Arm	Spanish Arm
	Toe Heel Swivel	Toe Heel Swivel
	Windmill	Windmill
		Figure Aggiunte Testo Latin Evolution
		Advanced stop and go
		Advanced simple spin
		Kick in chicken walks
		Turned fallaway throwaway
		Fliks in open position
		Tuch and go in handshake
		Hip bump whit flicks ball change
		Combinazioni flicks in shadow position
		Cambio di piede da open a shadow position
		Cambio di piede da shadow position a open position

Abbigliamento

Abbigliamento Libero nelle norme della Disciplina per tutte le Categorie nelle Classi D, C, B, A, A1, Internazionale.

Abbigliamento con Divisa Obbligatoria per tutte le Categorie nelle Classi 1 Liv/F1, 2 Liv/F, 3 Liv/E.

Divise Obbligatorie

Camicia

Maglia - Camicia bianca, maglia "Dolce vita" o "lupetto" monocolore, a maniche lunghe. La camicia o il lupetto devono essere indossati dentro i pantaloni.

Sono vietati: le maniche arrotolate.

Pantalone

Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico, si può avere bustino in raso, e fascia laterale in raso, ma no a zampa d'elefante.

N.B. Nella Competizione di Blackpool Dance Festival non è possibile avere le fasce laterali in raso.

Cintura nera opzionale

La fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero o acciaio, di dimensioni normali senza marchi. Papillon nero o Cravatta nera.

Materiali: Sono vietati tessuti lucidi, come i materiali trasparenti, metallizzati, a rete e con trame elaborate con qualunque struttura a fantasia.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità, scamosciato o cuoio verniciato. Calzini neri lunghi.

Acconciatura

Se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in una coda.

E' vietato il trucco. Sono vietati i gioielli e qualunque accessorio non descritto precedentemente

DAMA Danze LATINO AMERICANE

Gonna

Di colore nero abbinata a camicetta o body bianco, oppure abito semplice ad un solo colore con culottes dello stesso colore, o ancora body con gonna dello stesso colore anche con tessuto a "stampa Fantasia". Sono concesse alla gonna drappeggi moderati e numero 1 balza (anche con lenza interna). La lunghezza della gonna può variare da 5 cm sopra al ginocchio a 5 cm sotto il ginocchio. Sono concesse piccole arricciature sui fianchi.

Materiali

Sono vietati i materiali trasparenti (ad eccezione delle maniche, ma sempre dello stesso colore o vicinanza della tonalità), metallizzati e color carne. Possono essere usati tessuti diversi nella combinazione ma dello stesso colore rispettando i canoni sopra indicati, si precisa, che dal momento in cui i due materiali dello stesso colore (es. Pizzo su Lycra) hanno per natura una differenza di tonalità, ma sempre dello stesso colore, questo non verrà visto come fuori regolamento, importante che i due materiali siano sempre sovrapposti tra loro.

Decorazioni

Sono vietate tutte le decorazioni (bottoncini vari, fiocchi, nastri, brillantini ecc.) ad eccezione di bordini al termine della gonna non superiori a 1 cm sempre dello stesso colore, senno verranno classificati come nastri.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità.

Per la categoria Under 8, Under 10, Under 12: scarpe con tacco rigido (tacco non più alto di 3,5 cm).

Il colore della scarpa è libero (ad eccezione di Blackpool ed il Mondiale dove si necessitano di colore bianco ed aperte) senza brillantini ne applicazioni. Le scarpe devono essere indossate con calze corte bianche.

Per le categorie dalla Under 14 e superiori: scarpe con tacco stretto o cubano libero, di colore libero carne e nero senza brillantini ne applicazioni. Le scarpe devono essere indossate con calze corte. Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne e non a rete o con qualsiasi ricamo o fantasia.

Acconciatura

Per la categoria da Under 8 ad Under 12: vi è obbligo di Chignon. Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini. E' vietato il trucco (fondotinta, rossetto, mascara, ciglia artificiali, unghie finte, brillantini, abbronzatura artificiale, unghie colorate, ecc.). Sono vietati i gioielli (bracciali, anelli, collane, orecchini, ecc.).

Dalla Under 14 e categorie superiori, sono permessi trucco moderato ma senza brillantini ne spray colorati

DANZE STANDARD

Categorie

Stile Internazionale

- **Under 8** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C
- **Under 10** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B
- **Under 12** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B
- **Under 14** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A
- **Under 16** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A -----Int.
- **Under 19** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A -----Int.
- **OVER 16** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A – A1 –Int.
- **OVER 30** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A – A1 –Int.
- **OVER 40** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A -----Int.
- **OVER 50** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A -----Int.
- **OVER 60** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A -----Int.
- **OVER 70** 1 Liv/F1 – 2 Liv/F – 3 Liv/E - D - C - B – A -----Int.

Specifiche Tecniche Danze Standard

Classi

BALLI

FIGURE

1 Liv/F1

WALTZ

Bronzo/Argento da tabella

2 Liv/F

WALTZ - TANGO

Bronzo/Argento da tabella

3 Liv/E

WALTZ – TANGO - QUICK STEP

Bronzo/Argento da tabella

D

WALTZ – TANGO – VIENNESE - SLOW FOX - QUICK STEP

Bronzo/Argento da tabella

C

WALTZ – TANGO – VIENNESE - SLOW FOX - QUICK STEP

Bronzo/Argento/Oro vedi tabella

B

WALTZ – TANGO – VIENNESE - SLOW FOX - QUICK STEP

Vedi tabella completa

A – A1- Int

WALTZ – TANGO – VIENNESE - SLOW FOX - QUICK STEP

LIBERE

VALZER INGLESE		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Cambio di P.D.	Cambio di P.D.	Cambio di P.D.
Cambio di P.S.	Cambio di P.S.	Cambio di P.S.
Giro a Destra	Giro a Destra	Giro a Destra
Giro a Sinistra	Giro a Sinistra	Giro a Sinistra
Giro Spin	Giro Spin	Giro Spin
Giro Spin girato di 5/8	Giro Spin girato di 5/8 - 8/8	Giro Spin girato di 5/8 - 8/8
Whisk	Whisk	Whisk
Whisk girato di 1/4	Whisk girato di 1/4	Whisk girato di 1/4
Whisk girato di 1/8	Whisk girato di 1/8	Whisk girato di 1/8
Whisk Indietro	Whisk Indietro	Whisk Indietro
Chasse in P.P. lungo il lato della Sala	Chasse in P.P. lungo il lato della Sala	Chasse in P.P. lungo il lato della Sala
Impetus Chiuso	Impetus Chiuso	Impetus Chiuso
Giro a Destra con Esitazione	Giro a Destra con Esitazione	Giro a Destra con Esitazione
Cambio Esterno	Cambio Esterno	Cambio Esterno
Cambio Esterno finito in P.P.	Cambio Esterno finito in P.P.	Cambio Esterno finito in P.P.
Cortè Rovescio	Cortè Rovescio	Cortè Rovescio
Intreccio a Sinistra	Intreccio a Sinistra	Intreccio a Sinistra
Doppio Spin Rovescio	Doppio Spin Rovescio	Doppio Spin Rovescio
Pivot a Sinistra	Pivot a Sinistra	Pivot a Sinistra
Lock Indietro	Lock Indietro	Lock Indietro
Chasse a Destra	Chasse a Destra	Chasse a Destra
Chasse a Destra girato 1/2 giro	Chasse a Destra girato 1/2 giro	Chasse a Destra girato 1/2 giro
Intreccio in P.P.	Intreccio in P.P.	Intreccio in P.P.
Telemark Chiuso	Telemark Chiuso	Telemark Chiuso

VALZER INGLESE		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Telemark Aperto	Telemark Aperto	Telemark Aperto
Impetus Aperto	Impetus Aperto	Impetus Aperto
Cross Esitato	Cross Esitato	Cross Esitato
Ala	Ala	Ala
Spin Esterno	Spin Esterno	Spin Esterno
Spin Esterno girato 3/4 di giro oppure 1 giro completo	Spin Esterno girato 3/4 di giro oppure 1 giro completo	Spin Esterno girato 3/4 di giro oppure 1 giro completo
Spin Esterno girato di 1/2 giro	Spin Esterno girato di 1/2 giro	Spin Esterno girato di 1/2 giro
Spin Esterno girato di 1 giro e 1/2	Spin Esterno girato di 1 giro e 1/2	Spin Esterno girato di 1 giro e 1/2
Giro Lock a Sinistra	Giro Lock a Sinistra	Giro Lock a Sinistra
Drag Esitato	Drag Esitato	Drag Esitato
	Chasse in P.P. in D.C.	Chasse in P.P. in D.C.
	Whisk a Sinistra in P.P.	Whisk a Sinistra in P.P.
	Whisk a Sinistra con P.D. indietro	Whisk a Sinistra con P.D. indietro
	Whisk a Sinistra sul primo battito	Whisk a Sinistra sul primo battito
	Contra Check	Contra Check
	Ala Chiusa	Ala Chiusa
	Giro Lock a Destra	Giro Lock a Destra
	Fallaway Reverse e Slip Pivot	Fallaway Reverse e Slip Pivot
	Fallaway Whisk	Fallaway Whisk
	Hover Cortè	Hover Cortè
	Hover Cortè con una battuta musicale in più	Hover Cortè con una battuta musicale in più
	Spin Sincopato	Spin Sincopato
		Giro Lock a Destra finito chiuso Fronte D.C.
		Giro Lock a Destra finito chiuso Spalle L.D.B.
		Fallaway Whisk in P.P.
		Fallaway Naturale
		Intreccio con Dama in linea
		Doppio Spin Naturale
		Spin Veloce
		Spin in Corsa
		Spin finito in P.P.
		Chasse in Corsa
		Intreccio Veloce a Destra in P.P.
		Giro a Destra in P.P.
		Piuma Curvato
VALZER VIENNESE		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Cambio Avanti di P.D. e P.S.	Cambio Avanti di P.D. e P.S.	Cambio Avanti di P.D. e P.S.
Cambio Indietro di P.S. e P.D.	Cambio Indietro di P.S. e P.D.	Cambio Indietro di P.S. e P.D.
Giro a Destra	Giro a Destra	Giro a Destra
Giro a Sinistra	Giro a Sinistra	Giro a Sinistra
	Fleckerl a Destra	Fleckerl a Destra
	Fleckerl a Sinistra	Fleckerl a Sinistra
		Contra Chek

TANGO		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Fine Aperto	Fine Aperto	Fine Aperto
Passo Laterale Progressivo	Passo Laterale Progressivo	Passo Laterale Progressivo
Link Progressivo	Link Progressivo	Link Progressivo
Promenade Chiusa	Promenade Chiusa	Promenade Chiusa
Promenade Aperta	Promenade Aperta	Promenade Aperta
Giro Rock	Giro Rock	Giro Rock
Giro a Sinistra Aperto, Dama a Lato	Giro a Sinistra Aperto, Dama a Lato	Giro a Sinistra Aperto, Dama a Lato
Giro a Sinistra Aperto, Dama in Linea	Giro a Sinistra Aperto, Dama in Linea	Giro a Sinistra Aperto, Dama in Linea
Back Cortè	Back Cortè	Back Cortè
Passo Laterale Progressivo con Giro a Sinistra	Passo Laterale Progressivo con Giro a Sinistra	Passo Laterale Progressivo con Giro a Sinistra
Rock di P.D.	Rock di P.D.	Rock di P.D.
Rock di P.S.	Rock di P.S.	Rock di P.S.
Giro Twist	Giro Twist	Giro Twist
Promenade Pivot	Promenade Pivot	Promenade Pivot
Promenade Link	Promenade Link	Promenade Link
Promenade Aperta Indietro	Promenade Aperta Indietro	Promenade Aperta Indietro
Quattro Passi	Quattro Passi	Quattro Passi
Promenade Fallaway	Promenade Fallaway	Promenade Fallaway
Quattro Passi di Cambio	Quattro Passi di Cambio	Quattro Passi di Cambio
Outside Swivel finito D.P.	Outside Swivel finito D.P.	Outside Swivel finito D.P.
Outside Swivel finito D.C	Outside Swivel finito D.C	Outside Swivel finito D.C
Outside Swivel a Sinistra	Outside Swivel a Sinistra	Outside Swivel a Sinistra
Brush Tap	Brush Tap	Brush Tap
	Quattro Passi in Fallaway	Quattro Passi in Fallaway
	Oversway	Oversway
	Giro a Sinistra Veloce	Giro a Sinistra Veloce
	Chase	Chase
	Fallaway Reverse e Slip Pivot	Fallaway Reverse e Slip Pivot
	Cinque Passi	Cinque Passi
	Contra Check	Contra Check
	Fallaway Whisk	Fallaway Whisk
		Giro a Destra in P.P.
		Telemark Aperto
		Whisk
		Whisk Indietro
		Spin Esterno
		Pivot a Sinistra

SLOW FOX TROT		
Classe: D	Classe: C	Classe: B
Passo Piuma	Passo Piuma	Passo Piuma
Fine Piuma	Fine Piuma	Fine Piuma
Tre Passi	Tre Passi	Tre Passi
Giro a Destra	Giro a Destra	Giro a Destra
Giro a Sinistra e Fine Piuma	Giro a Sinistra e Fine Piuma	Giro a Sinistra e Fine Piuma
Impetus Chiuso e Fine Piuma	Impetus Chiuso e Fine Piuma	Impetus Chiuso e Fine Piuma
Intreccio a Destra	Intreccio a Destra	Intreccio a Destra
Cambio di Direzione	Cambio di Direzione	Cambio di Direzione
Intreccio a Sinistra	Intreccio a Sinistra	Intreccio a Sinistra
Finito Piuma	Finito Piuma	Finito Piuma
Telemark Chiuso	Telemark Chiuso	Telemark Chiuso
Telemark Aperto	Telemark Aperto	Telemark Aperto
Top Spin	Top Spin	Top Spin
Hover Piuma	Hover Piuma	Hover Piuma
Hover Telemark	Hover Telemark	Hover Telemark
Hover Telemark in P.P.	Hover Telemark in P.P.	Hover Telemark in P.P.
Telemark a Destra	Telemark a Destra	Telemark a Destra
Hover Cross	Hover Cross	Hover Cross
Outside Swivel	Outside Swivel	Outside Swivel
Impetus Aperto	Impetus Aperto	Impetus Aperto
Intreccio in P.P.	Intreccio in P.P.	Intreccio in P.P.
Onda Rovescia	Onda Rovescia	Onda Rovescia
	Giro Twist	Giro Twist
	Giro Twist e Intreccio a Destra e/o Intreccio Veloce a Destra	Giro Twist e Intreccio a Destra e/o Intreccio Veloce a Destra
	Giro Twist, Impetus Chiuso e Fine Piuma	Giro Twist, Impetus Chiuso e Fine Piuma
	Giro Twist e Impetus Aperto	Giro Twist e Impetus Aperto
	Piuma Curvato, Piuma Indietro	Piuma Curvato, Piuma Indietro
	Zig Zag in P.P.	Zig Zag in P.P.
	Fallaway Reverse e Slip Pivot	Fallaway Reverse e Slip Pivot
	Hover Telemark a Destra	Hover Telemark a Destra
	Bounce Fallaway con Intreccio a Destra	Bounce Fallaway con Intreccio a Destra
	Intreccio Veloce a Destra	Intreccio Veloce a Destra
	Intreccio Veloce a Destra in P.P.	Intreccio Veloce a Destra in P.P.
	Pivot a Sinistra	Pivot a Sinistra
	Piuma Indietro dopo 6 passi di Onda Rovescia	Piuma Indietro dopo 6 passi di Onda Rovescia
	Tre Passi Curvati	Tre Passi Curvati
	Whisk	Whisk
	Whisk Indietro	Whisk Indietro
	Doppio Spin Rovescio	Doppio Spin Rovescio
	Doppio Spin Naturale	Doppio Spin Naturale
	Spin Esterno	Spin Esterno
	Quick Open Reverse	Quick Open Reverse
	Metodi alternativi per eseguire Quick Open Reverse	Metodi alternativi per eseguire Quick Open Reverse
	Giro a Destra in P.P.	Giro a Destra in P.P.
	Contra Check Progressivo	Contra Check Progressivo

QUICK STEP		
Classi: L1/F1 - L2/F2 - L3/E - D	Classe: C	Classe: B
Passo di P.D. Avanti	Passo di P.D. Avanti	Passo di P.D. Avanti
Passo di P.S. Indietro	Passo di P.S. Indietro	Passo di P.S. Indietro
Quarto di Giro a Destra	Quarto di Giro a Destra	Quarto di Giro a Destra
Pivot di Tacco	Pivot di Tacco	Pivot di Tacco
Giro a Destra	Giro a Destra	Giro a Destra
Giro a Destra con Pivot	Giro a Destra con Pivot	Giro a Destra con Pivot
Giro Spin	Giro Spin	Giro Spin
Giro a Destra con Esitazione	Giro a Destra con Esitazione	Giro a Destra con Esitazione
Chasse a Sinistra	Chasse a Sinistra	Chasse a Sinistra
Giro Sinistra Chasse	Giro Sinistra Chasse	Giro Sinistra Chasse
Doppio Spin Rovescio	Doppio Spin Rovescio	Doppio Spin Rovescio
Lock Avanti	Lock Avanti	Lock Avanti
Lock Indietro	Lock Indietro	Lock Indietro
Impetus Chiuso	Impetus Chiuso	Impetus Chiuso
Pivot a Sinistra	Pivot a Sinistra	Pivot a Sinistra
Chasse a Destra	Chasse a Destra	Chasse a Destra
Tipple Chasse a Destra	Tipple Chasse a Destra	Tipple Chasse a Destra
Tipple Chasse girato meno	Tipple Chasse girato meno	Tipple Chasse girato meno
Tipple Chasse a Destra lungo L.D.B.	Tipple Chasse a Destra lungo L.D.B.	Tipple Chasse a Destra lungo L.D.B.
Fine Corsa	Fine Corsa	Fine Corsa
Giro a Destra e Lock Indietro	Giro a Destra e Lock Indietro	Giro a Destra e Lock Indietro
Zig Zag e Lock Indietro	Zig Zag e Lock Indietro	Zig Zag e Lock Indietro
Cross Chasse	Cross Chasse	Cross Chasse
Cambio di Direzione	Cambio di Direzione	Cambio di Direzione
Quick Open Reverse	Quick Open Reverse	Quick Open Reverse
Coda di Pesce	Coda di Pesce	Coda di Pesce
Giro di Corsa a Destra	Giro di Corsa a Destra	Giro di Corsa a Destra
4 Quick Run	4 Quick Run	4 Quick Run
V 6	V 6	V 6
Telemark Chiuso	Telemark Chiuso	Telemark Chiuso
	Cross Swivel	Cross Swivel
	6 Quick Run	6 Quick Run
	Rumba Cross	Rumba Cross
	Tipsy di P.D.	Tipsy di P.D.
	Tipsy di P.S.	Tipsy di P.S.
	Hover Cortè	Hover Cortè
	Giro a Destra in P.P.	Giro a Destra in P.P.
	Chasse in Corsa	Chasse in Corsa
	Whisk	Whisk
	Whisk Indietro	Whisk Indietro
	Impetus Aperto	Impetus Aperto
	Telemark Aperto	Telemark Aperto
	Cambio Esterno	Cambio Esterno
	Giro Lock a Destra	Giro Lock a Destra
	Tipple Chasse a Sinistra	Tipple Chasse a Sinistra
	Ala	Ala
	Spin Esterno	Spin Esterno
	Outside Swivel	Outside Swivel
	Fine Corsa in P.P.	Fine Corsa in P.P.
	Ala Chiusa	Ala Chiusa

Abbigliamento

Abbigliamento Libero nelle norme della Disciplina per tutte le Categorie nelle Classi D, C, B, A, A1, Internazionale.

Abbigliamento con Divisa Obbligatoria per tutte le Categorie nelle Classi 1 Liv/F1, 2 Liv/F, 3 Liv/E.

Divise Obbligatorie

CAVALIERE Danze STANDARD

Camicia

Camicia bianca a maniche lunghe. La camicia deve essere indossata dentro ai pantaloni. Sono vietati: il colletto da cerimonia, le maniche arrotolate e i polsini con gemelli.

Pantalone

Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico (no a zampa d'elefante). Cintura nera opzionale: la fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero. Cravatta nera. L'uso del gilet nero, di materiale uguale o simile al pantalone, è facoltativo. La lunghezza massima è sotto la linea dei glutei.

Materiali. Sono vietati tessuti lucidi.

Decorazioni. Non ammessi.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzati calzini neri lunghi.

Acconciatura

Si predilige per le Danze Standard il taglio dei capelli corto.

DAMA Danze STANDARD

Gonna

Gonna nera abbinata a camicetta o body bianco oppure abito semplice ad un solo colore anche con stoffa a fantasia, con culottes dello stesso colore oppure body con gonna dello stesso colore. Sono concesse piccole arricciature sui fianchi.

E' concessa una semplice sottogonna, non ampia. La lunghezza non deve essere più di 5 cm sopra al ginocchio e più di 5 cm sotto.

Per la categoria da Under 8 ad Under 12: non sono concessi: balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi, oppure filo di nylon utilizzati nell'orlo della gonna.

Per le categorie da Under 14 a seguire: la gonna può essere più lunga fino a raggiungere la caviglia; può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito. Sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi.

Decorazioni Non ammessi (es. piume, fiori, frange, lacci, ecc.).

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità. Sono permessi tutti i colori di scarpe (nella competizione di Blackpool Dance Festival ed i Mondiali WDC AL, solo di colore Bianco e tipologia aperta). Le scarpe devono essere indossate con calze corte bianche.

Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne e non a rete o con qualsiasi ricamo o fantasia.

Per le categorie da Under 8 a Under 12: scarpe con tacco rigido non più alto di 3,5 cm.

Per le categorie da Under 14 a seguire: scarpe con tacco stretto o cubano libero.

Acconciatura

Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini.

E' vietato il trucco. Sono vietati i gioielli (es. bracciali, anelli, collane, orecchini, ecc.).

LISCIO UNIFICATO

Categorie

- **Under 8**
- **Under 10**
- **Under 12**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Under 19**
- **OVER 16**
- **OVER 30**
- **OVER 40**
- **OVER 50**
- **OVER 60**
- **OVER 70**

Danze Nazionali

- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A

Classi

- 1 Liv/F**
- 2 Liv/E**
- 3 Liv/D**
- B**
- A**

BALLI

- MAZURKA*
- MAZURKA – POLKA*
- MAZURKA - VALZER - POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*

FIGURE

- Bronzo/Argento da tabella*
- Bronzo/Argento da tabella*
- Bronzo/Argento da tabella*
- Bronzo/Argento da tabella*
- Bronzo/Argento/Oro da tabella*

★ Classe A1 riservata alle coppie di Classe A di DANZE STANDARD

MAZURKA		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Camminata Progressiva	Camminata Progressiva	Camminata Progressiva
Giro Naturale	Giro Naturale	Giro Naturale
Giro Rovescio	Giro Rovescio	Giro Rovescio
Passo Stop	Passo Stop	Passo Stop
Camminata Bilaterale	Camminata Bilaterale	Camminata Bilaterale
Camminata Indietro di piede Sinistro	Camminata Indietro di piede Sinistro con Donna a lato	Camminata Indietro di piede Sinistro con Donna a lato
Camminata Indietro di piede Destro	Camminata Indietro di piede Destro con Donna in linea	Camminata Indietro di piede Destro con Donna in linea
Giro Naturale Aperto finito in promenade	Giro Naturale Aperto finito in promenade	Giro Naturale Aperto finito in promenade
Spin Esterno	Spin Esterno	Spin Esterno
Giro Rovescio in Fallaway finito aperto	Giro Rovescio in Fallaway finito aperto	Giro Rovescio in Fallaway finito aperto
		Intreccio a Destra iniziato in P.P.
		Intreccio a Sinistra iniziato in P.P.
		Hover Telemark
		Chasse in Corsa
		Pivots a Destra
		Pivots a Sinistra
		Zig Zag
		Giro Naturale Chasse
		Giro Rovescio Chasse
		Lock Avanti
		Lock Indietro

VALZER VIENNESE		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Giro Naturale	Giro Naturale	Giro Naturale
Giro Rovescio	Giro Rovescio	Giro Rovescio
Cambio in Avanti di piede Sinistro	Cambio in Avanti di piede Sinistro	Cambio in Avanti di piede Sinistro
Cambio Indietro di piede Sinistro	Cambio Indietro di piede Sinistro	Cambio Indietro di piede Sinistro
		Cambio in Avanti di piede Destro
		Cambio Indietro di piede Destro
		Pivots a Destra
		Pivots a Sinistra

POLKA		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Camminata Progressiva	Camminata Progressiva	Camminata Progressiva
Giro Naturale	Giro Naturale	Giro Naturale
Giro Rovescio	Giro Rovescio	Giro Rovescio
Cambio Avanti	Cambio Avanti	Cambio Avanti
Cambio Indietro	Cambio Indietro	Cambio Indietro
Doppio Chasse Sincopato girato a Destra COMPLETO	Doppio Chasse Sincopato girato a Destra COMPLETO	Doppio Chasse Sincopato girato a Destra
Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra COMPLETO	Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra COMPLETO	Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra
Camminata in Promenade	Camminata in Promenade	Camminata in Promenade
		Pivots a Destra Avanti
		Pivots a Destra Indietro
		Pivots a Sinistra Avanti
		Pivots a Sinistra Indietro
		Chasse girato a Destra
		Chasse girato a Sinistra
		Quattro passi indietro di Sinistro
		Quattro passi indietro di Destro

Abbigliamento

Abbigliamento Libero nelle norme della disciplina per tutte le Categorie nelle Classi B, A, A1

Abbigliamento con Divisa Obbligatoria per tutte le Categorie nelle Classi 1 Liv/F, 2 Liv/E, 3 Liv/D.

Divise Obbligatorie

CAVALIERE Liscio Unificato

Camicia

Camicia bianca a maniche lunghe. La camicia deve essere indossata dentro ai pantaloni. Sono vietati: il colletto da cerimonia, le maniche arrotolate e i polsini con gemelli.

Pantalone

Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico (no a zampa d'elefante). Cintura nera opzionale: la fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero. Cravatta nera. L'uso del gilet nero, di materiale uguale o simile al pantalone, è facoltativo. La lunghezza massima è sotto la linea dei glutei.

Materiali. Sono vietati tessuti lucidi.

Decorazioni. Non ammessi.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzati calzini neri lunghi.

Acconciatura

Per il Liscio Unificato il taglio dei capelli corto, se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in una coda.

DAMA Liscio Unificato

Gonna

Gonna nera abbinata a camicetta o body bianco oppure abito semplice ad un solo colore anche con stoffa a fantasia, con culottes dello stesso colore oppure body con gonna dello stesso colore. Sono concesse piccole arricciature sui fianchi.

E' concessa una semplice sottogonna, non ampia. La lunghezza non deve essere più di 5 cm sopra al ginocchio e più di 5 cm sotto.

Per la categoria da Under 8 ad Under 12: non sono concessi: balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi, oppure filo di nylon utilizzati nell'orlo della gonna.

Per le categorie da Under 14 a seguire: la gonna può essere più lunga fino a raggiungere la caviglia; può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito. Sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi.

Decorazioni Non ammessi (es. piume, fiori, frange, lacci, ecc.).

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità. Sono permessi tutti i colori di scarpe. Le scarpe devono essere indossate con calze corte bianche.

Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne e non a rete o con qualsiasi ricamo o fantasia.

Per le categorie da Under 8 a Under 12: scarpe con tacco rigido non più alto di 3,5 cm.

Per la categorie da Under 14 a seguire: scarpe con tacco stretto o cubano libero.

Acconciatura

Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini.

E' vietato il trucco. Sono vietati i gioielli (es. bracciali, anelli, collane, orecchini, ecc.).

BALLO DA SALA

Categorie

- **Under 8**
- **Under 10**
- **Under 12**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Under 19**
- **OVER 16**
- **OVER 30**
- **OVER 40**
- **OVER 50**
- **OVER 60**
- **OVER 70**

Danze Nazionali

- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A

Classi

- 1 Liv/F**
- 2 Liv/E**
- 3 Liv/D**
- B**
- A**

BALLI

- VALZER LENTO
- VALZER LENTO - TANGO
- VALZER LENTO - TANGO - FOX TROT
- VALZER LENTO - TANGO - FOX TROT
- VALZER LENTO - TANGO - FOX TROT

FIGURE

- Bronzo/Argento da tabella
- Bronzo/Argento da tabella
- Bronzo/Argento da tabella
- Bronzo/Argento da tabella
- Bronzo/Argento/Oro da tabella

VALZER LENTO		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Cambio Chiuso di Piede Destro	Cambio Chiuso di Piede Destro	Cambio Chiuso di Piede Destro
Cambio Aperto di Piede Destro	Cambio Aperto di Piede Destro	Cambio Aperto di Piede Destro
Cambio Chiuso di Piede Sinistro	Cambio Chiuso di Piede Sinistro	Cambio Chiuso di Piede Sinistro
Cambio Aperto di Piede Sinistro	Cambio Aperto di Piede Sinistro	Cambio Aperto di Piede Sinistro
Giro Naturale Chiuso	Giro Naturale Chiuso	Giro Naturale Chiuso
Giro Naturale Aperto finito Chiuso	Giro Naturale Aperto finito Chiuso	Giro Naturale Aperto finito Chiuso
Giro Rovescio Chiuso	Giro Rovescio Chiuso	Giro Rovescio Chiuso
Giro Rovescio Aperto finito Chiuso	Giro Rovescio Aperto finito Chiuso	Giro Rovescio Aperto finito Chiuso
Giro Naturale Spin	Giro Naturale Spin	Giro Naturale Spin
Doppio Chasse Sincopato girato a Destra	Doppio Chasse Sincopato girato a Destra	Doppio Chasse Sincopato girato a Destra
Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra	Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra	Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra
Hesitation Avanti	Hesitation Avanti	Hesitation Avanti
Hesitation Indietro	Hesitation Indietro	Hesitation Indietro
Balancè	Balancè	Balancè
Uscite Esterne sul Posto	Uscite Esterne sul Posto	Uscite Esterne sul Posto
Uscite Esterne Progressive	Uscite Esterne Progressive	Uscite Esterne Progressive
Camminata Indietro di piede Sinistro Donna F.P.	Camminata Indietro di piede Sinistro Donna F.P.	Camminata Indietro di piede Sinistro Donna F.P.
Camminata Indietro di piede Destro Donna in linea	Camminata Indietro di piede Destro Donna in linea	Camminata Indietro di piede Destro Donna in linea
Pivot a Destra Avanti	Pivot a Destra Avanti	Pivot a Destra Avanti
Pivot a Destra Indietro	Pivot a Destra Indietro	Pivot a Destra Indietro
Drag Esitato	Drag Esitato	Drag Esitato

VALZER LENTO		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
		Hover Telemark
		Intreccio
		Giro Rovescio Veloce finito in P.P.
		Giro Naturale con Pivot a Sinistra
		Giro Rovescio con Pivot a Destra
		Giro Naturale Chasse
		Giro Rovescio Chasse
		Pivots Sincopati a Destra Avanti
		Pivots Sincopati a Destra Indietro

TANGO		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Passo di Piede Destro	Passo di Piede Destro	Passo di Piede Destro
Passo di Piede Sinistro	Passo di Piede Sinistro	Passo di Piede Sinistro
Passo Argentino	Passo Argentino	Passo Argentino
Argentino Laterale	Argentino Laterale	Argentino Laterale
Argentino Chiuso	Argentino Chiuso	Argentino Chiuso
Passo Laterale Progressivo	Passo Laterale Progressivo	Passo Laterale Progressivo
Promenade Chiusa	Promenade Chiusa	Promenade Chiusa
Promenade Aperta	Promenade Aperta	Promenade Aperta
Giro Rovescio Aperto	Giro Rovescio Aperto	Giro Rovescio Aperto
Medio Corte	Medio Corte	Medio Corte
Promenade con Pivot	Promenade con Pivot	Promenade con Pivot
Promenade Chiusa con Chasse Sincopato	Promenade Chiusa con Chasse Sincopato	Promenade Chiusa con Chasse Sincopato
Giro Rovescio Chiuso	Giro Rovescio Chiuso	Giro Rovescio Chiuso
Giro Rovescio Aperto con fine chiusa	Giro Rovescio Aperto con fine chiusa	Giro Rovescio Aperto con fine chiusa
Medio Corte girato	Medio Corte girato	Medio Corte girato
Abanera di Piede Sinistro	Abanera di Piede Sinistro	Abanera di Piede Sinistro
Abanera di Piede Destro	Abanera di Piede Destro	Abanera di Piede Destro
Chiocciola	Chiocciola	Chiocciola
Bandiera	Bandiera	Bandiera
Pivot Esterno	Pivot Esterno	Pivot Esterno
Mayer	Mayer	Mayer
Pivots a Destra	Pivots a Destra	Pivots a Destra
		Promenade Chasse con Twist
		Promenade Aperta in Linea
		Promenade in Fallaway con Chiocciola
		Passo incrociato di piede Sinistro finito in P.P.
		Promenade in Fallaway con Pivot

FOX TROT		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Quarto di Giro a Destra	Quarto di Giro a Destra	Quarto di Giro a Destra
Quarto di Giro a Sinistra	Quarto di Giro a Sinistra	Quarto di Giro a Sinistra
Doppio Chasse di Piede Sinistro girato a Destra	Doppio Chasse di Piede Sinistro girato a Destra	Doppio Chasse di Piede Sinistro girato a Destra
Doppio Chasse di Piede Sinistro girato a Sinistra	Doppio Chasse di Piede Sinistro girato a Sinistra	Doppio Chasse di Piede Sinistro girato a Sinistra
Giro a Destra con Pivot	Giro a Destra con Pivot	Giro a Destra con Pivot

FOX TROT		
Classi: L1/F - L2/E - L3/D	Classe: B	Classe: A - A1
Giro Rovescio Aperto	Giro Rovescio Aperto	Giro Rovescio Aperto
Innominata	Innominata	Innominata
Balancè	Balancè	Balancè
Chasse Progressivo	Chasse Progressivo	Chasse Progressivo
Zig Zag	Zig Zag	Zig Zag
Giro Naturale Aperto	Giro Naturale Aperto	Giro Naturale Aperto
Doppio Chasse di Piede Destro girato a Destra	Doppio Chasse di Piede Destro girato a Destra	Doppio Chasse di Piede Destro girato a Destra
Doppio Chasse di Piede Destro girato a Sinistra	Doppio Chasse di Piede Destro girato a Sinistra	Doppio Chasse di Piede Destro girato a Sinistra
Pivots a Destra Avanti	Pivots a Destra Avanti	Pivots a Destra Avanti
Pivots a Destar Indietro	Pivots a Destar Indietro	Pivots a Destar Indietro
		Giro Naturale Spin in promenade con Doppio Chasse di Piede Sinistro
		Giro Naturale Chasse
		Giro Rovescio Chasse
		Giro Rovescio iniziato in P.P.
		Pivot Rovescio
		Hover Telemark

Abbigliamento

Abbigliamento Libero nelle norme della disciplina per tutte le Categorie nelle Classi B, A.

Abbigliamento con Divisa Obbligatoria per tutte le Categorie nelle Classi 1 Liv/F, 2 Liv/E, 3 Liv/D.

Divise Obbligatorie

CAVALIERE Ballo da Sala

Camicia

Camicia bianca a maniche lunghe. La camicia deve essere indossata dentro ai pantaloni. Sono vietati: il colletto da cerimonia, le maniche arrotolate e i polsini con gemelli.

Pantalone

Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico (no a zampa d'elefante). Cintura nera opzionale: la fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero. Cravatta nera. L'uso del gilet nero, di materiale uguale o simile al pantalone, è facoltativo. La lunghezza massima è sotto la linea dei glutei.

Materiali. Sono vietati tessuti lucidi.

Decorazioni. Non ammessi.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzati calzini neri lunghi.

Acconciatura

Per il Ballo da Sala il taglio dei capelli corto, se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in una coda.

Gonna

Gonna nera abbinata a camicetta o body bianco oppure abito semplice ad un solo colore anche con stoffa a fantasia, con culottes dello stesso colore oppure body con gonna dello stesso colore. Sono concesse piccole arricciature sui fianchi.

E' concessa una semplice sottogonna, non ampia. La lunghezza non deve essere più di 5 cm sopra al ginocchio e più di 5 cm sotto.

Per la categoria da Under 8 ad Under 12: non sono concessi: balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi, oppure filo di nylon utilizzati nell'orlo della gonna.

Per le categorie da Under 14 a seguire: la gonna può essere più lunga fino a raggiungere la caviglia; può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito. Sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi.

Decorazioni Non ammessi (es. piume, fiori, frange, lacci, ecc.).

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità. Sono permessi tutti i colori di scarpe. Le scarpe devono essere indossate con calze corte bianche.

Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne e non a rete o con qualsiasi ricamo o fantasia.

Per le categorie da Under 8 a Under 12: scarpe con tacco rigido non più alto di 3,5 cm.

Per la categorie da Under 14 a seguire: scarpe con tacco stretto o cubano libero.

Acconciatura

Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini.

E' vietato il trucco. Sono vietati i gioielli (es. bracciali, anelli, collane, orecchini, ecc.).

LISCIO TRADIZIONALE PIEMONTESE

Categorie

- **Under 8**
- **Under 10**
- **Under 12**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Under 19**
- **OVER 16**
- **OVER 30**
- **OVER 40**
- **OVER 50**
- **OVER 60**
- **OVER 70**

Danze Nazionali

- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A

Classi

- 1 Liv/F**
- 2 Liv/E**
- 3 Liv/D**
- B**
- A**

BALLI

- MAZURKA*
- MAZURKA – POLKA*
- MAZURKA - VALZER - POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*

FIGURE

- Bronzo da tabella*
- Bronzo da tabella*
- Bronzo da tabella*
- Bronzo/Argento da tabella*
- Bronzo/Argento/Oro da tabella*

MAZURKA					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Camminata Progressiva	X	X	X	X	X
Giro a Destra	X	X	X	X	X
Giro a Destra in camminata	X	X	X	X	X
Giro a Destra terminata in P.P.	X	X	X	X	X
Camminata con crocetta			X	X	X
Spin esterno				X	X
Giro a Sinistra			X	X	X
Giro Sinistro in Fallaway chiuso		X	X	X	X
Giro Sinistro in Fallaway aperto	X	X	X	X	X
Blocco con giro a Destra in P.P. e Pivot				X	X
Giro a Sinistra in apertura e Pivot				X	X
Cambio indietro da Destra a Sinistra	X	X	X	X	X
Cambio Indietro da Sinistra a Destra			X	X	X
Passo stop	X	X	X	X	X

VALZER					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Camminata Progressiva di P.D.			X	X	X
Camminata Progressiva di P.S.			X	X	X
Camminata girata a Destra			X	X	X
Camminata girata a Sinistra			X	X	X
Camminata girata a Destra con uscita			X	X	X
Camminata girata a Destra aperta				X	X
Camminata girata a Sinistra aperta				X	X
Giro a Destra			X	X	X
Giro a Sinistra			X	X	X
Cambio indietro da Destra a Sinistra				X	X
Cambio Indietro da Sinistra a Destra				X	X
Giro Doppio a Destra				X *	X
Giro Doppio a Sinistra					X
Passo stop a Destra			X	X	X
Passo stop a Sinistra			X	X	X

* **Massimo 2 giri**

POLKA					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Camminata Progressiva di P.D.		X	X	X	X
Camminata Progressiva di P.S.		X	X	X	X
Camminata girata a Destra		X	X	X	X
Camminata girata a Sinistra		X	X	X	X
Camminata girata a Destra con uscita			X	X	X
Camminata girata a Destra aperta				X	X
Camminata girata a Sinistra aperta				X	X
Giro a Destra		X	X	X	X
Giro a Sinistra		X	X	X	X
Cambio indietro da Destra a Sinistra				X	X
Cambio Indietro da Sinistra a Destra				X	X
Giro Doppio a Destra				X *	X
Giro Doppio a Sinistra					X
Passo stop a Destra		X	X	X	X
Passo stop a Sinistra		X	X	X	X

* **Massimo 2 giri**

Abbigliamento

Abbigliamento Libero nelle norme della disciplina per tutte le Categorie nelle Classi B, A.

Abbigliamento con Divisa Obbligatoria per tutte le Categorie nelle Classi 1 Liv/F, 2 Liv/E, L3/D.

Divise Obbligatorie

CAVALIERE Liscio Tradizionale Piemontese

Camicia

Camicia bianca a maniche lunghe. La camicia deve essere indossata dentro ai pantaloni. Sono vietati: il colletto da cerimonia, le maniche arrotolate e i polsini con gemelli.

Pantalone

Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico (no a zampa d'elefante). Cintura nera opzionale: la fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero. Cravatta nera. L'uso del gilet nero, di materiale uguale o simile al pantalone, è facoltativo. La lunghezza massima è sotto la linea dei glutei.

Materiali. Sono vietati tessuti lucidi.

Decorazioni. Non ammessi.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzati calzini neri lunghi.

Acconciatura

Per il Liscio Unificato il taglio dei capelli corto, se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in una coda.

DAMA Liscio Tradizionale Piemontese

Gonna

Gonna nera abbinata a camicetta o body bianco oppure abito semplice ad un solo colore anche con stoffa a fantasia, con culottes dello stesso colore oppure body con gonna dello stesso colore. Sono concesse piccole arricciature sui fianchi.

E' concessa una semplice sottogonna, non ampia. La lunghezza non deve essere più di 5 cm sopra al ginocchio e più di 5 cm sotto.

Per la categoria da Under 8 ad Under 12: non sono concessi: balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi, oppure filo di nylon utilizzati nell'orlo della gonna.

Per le categorie da Under 14 a seguire: la gonna può essere più lunga fino a raggiungere la caviglia; può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito. Sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi.

Decorazioni Non ammessi (es. piume, fiori, frange, lacci, ecc.).

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità. Sono permessi tutti i colori di scarpe. Le scarpe devono essere indossate con calze corte bianche.

Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne e non a rete o con qualsiasi ricamo o fantasia.

Per le categorie da Under 8 a Under 12: scarpe con tacco rigido non più alto di 3,5 cm.

Per la categorie da Under 14 a seguire: scarpe con tacco stretto o cubano libero.

Acconciatura

Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini.

E' vietato il trucco. Sono vietati i gioielli (es. bracciali, anelli, collane, orecchini, ecc.).

LISCIO TRADIZIONALE LIGURE

Categorie

- **Under 8**
- **Under 10**
- **Under 12**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Under 19**
- **OVER 16**
- **OVER 30**
- **OVER 40**
- **OVER 50**
- **OVER 60**
- **OVER 70**

Danze Nazionali

- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A

Classi

- 1 Liv/F**
- 2 Liv/E**
- 3 Liv/D**
- B**
- A**

BALLI

- MAZURKA*
- MAZURKA – POLKA*
- MAZURKA - VALZER - POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*

FIGURE

- Bronzo da tabella*
- Bronzo da tabella*
- Bronzo da tabella*
- Bronzo/Argento da tabella*
- Bronzo/Argento/Oro da tabella*

MAZURKA					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Camminata Progressiva	X	X	X	X	X
Giro Naturale	X	X	X	X	X
Giro Naturale Ligure esterno	X	X	X	X	X
Giro a Destra in camminata	X	X	X	X	X
Giro a Destra con Dama a lato	X	X	X	X	X
Giro a Destra terminato in promenade				X	X
Giro a Destra terminato in zig zag			X	X	X
Giro Rovescio		X	X	X	X
Giro Rovescio Ligure esterno					X
Giro a Sinistra in camminata	X	X	X	X	X
Giro a Destra della Dama			X	X	X
Giro a Sinistra della Dama			X	X	X
Incroci avanti	X	X	X	X	X
Incroci indietro			X	X	X
Virata			X	X	X
Virata indietro con rondè			X	X	X
Ondeggi a Destra		X	X	X	X
Ondeggi a Destra progressivi			X	X	X
Ondeggi a Sinistra					X
Giro Naturale Ligure esterno con ondeggi	X	X	X	X	X
Giro Naturale Ligure esterno con ondeggi progressivi			X	X	X
Chassè a Destra			X	X	X
Chassè a Sinistra			X	X	X

MAZURKA					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Chassè a Destra iniziati spalle			X	X	X
Chassè esitati a Destra				X	X
Check bilaterale		X	X	X	X
Rondè avanti			X	X	X
Rondè avanti (dopo la virata)			X	X	X
Rondè indietro			X	X	X
Giro veloce a Destra in stop			X	X	X
Giro veloce a Sinistra in stop					X
Camminata della Dama					X
Giro a Sinistra in Fallaway					X
Giro intrecciato			X	X	X
Giro Naturale Ligure esterno con check				X	X
Giro Naturale Ligure esterno con check bilaterale			X	X	X
Giro Naturale Ligure esterno con incrocio indietro				X	X
Passo stop	X	X	X	X	X

VALZER					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Camminata Progressiva di P.D.			X	X	X
Camminata Progressiva di P.S.			X	X	X
Camminata esitata girata a Destra			X	X	X
Camminata esitata girata a Sinistra			X	X	X
Giro Naturale			X	X	X
Giro Rovescio			X	X	X
Camminata con giro a Destra Ligure				X	X
Camminata esitata a Destra con Chassè			X	X	X
Camminata esitata a Sinistra con Chassè			X	X	X
Cambio esitato da Destra a Sinistra			X	X	X
Cambio esitato da Sinistra a Destra			X	X	X
Cambio esitato da Destra a Sinistra con check					X
Cambio esitato da Sinistra a Destra con check					X
Chassè a Destra				X	X
Chassè a Sinistra				X	X
Giro Intrecciato				X	X
Giro veloce a Destra				X	X
Giri veloci a Destra in stop					X
Passo stop a Destra			X	X	X
Passo Stop a Sinistra			X	X	X

POLKA					
Figure	Classe: L1/F	Classe: L2/E	Classe: L3/D	Classe: B	Classe: A
Camminata Progressiva con P.D.		X	X	X	X
Camminata Progressiva con P.S.		X	X	X	X
Camminata sincopata girata a Destra		X	X	X	X
Camminata sincopata girata a Sinistra		X	X	X	X
Giro Naturale		X	X	X	X
Giro Rovescio		X	X	X	X
Cambio sincopato da Destra a Sinistra				X	X
Check bilaterale				X	X
Ondeggi a Destra		X	X	X	X
Giro Ligure con ondeggi a Destra				X	X
Camminata con Giro Ligure e ondeggi a Destra		X	X	X	X
Camminata con Giro Ligure e ondeggi a Destra progressivi				X	X
Chassè a Destra		X	X	X	X
Chassè a Destra iniziati di spalle			X	X	X
Chassè a Sinistra		X	X	X	X
Incroci avanti sincopati			X	X	X
Giro veloce a Destra			X	X	X
Giro veloce a Destra con incroci sincopati					X
Giro intrecciato				X	X
Percorso aperto con stop				X	X
Percorso aperto con Chassè				X	X
Percorso aperto con Chassè a Sinistra				X	X
Giro Doppio a Destra					X
Molinello		X	X	X	X
Molinello incrociato					X
Cambio da Destra a Sinistra con Check					X
Cambio da Sinistra a Destra con Check					X
Passo stop a Destra		X	X	X	X
Passo stop a Sinistra			X	X	X

Abbigliamento

Abbigliamento Libero nelle norme della disciplina per tutte le Categorie nelle Classi B, A.

Abbigliamento con Divisa Obbligatoria per tutte le Categorie nelle Classi 1 Liv/F, 2 Liv/E, L3/D.

Divise Obbligatorie

CAVALIERE Liscio Tradizionale Ligure

Camicia

Camicia bianca a maniche lunghe. La camicia deve essere indossata dentro ai pantaloni. Sono vietati: il colletto da cerimonia, le maniche arrotolate e i polsini con gemelli.

Pantalone

Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico (no a zampa d'elefante). Cintura nera opzionale: la fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero. Cravatta nera. L'uso del gilet nero, di materiale uguale o simile al pantalone, è facoltativo. La lunghezza massima è sotto la linea dei glutei.

Materiali. Sono vietati tessuti lucidi.

Decorazioni. Non ammessi.

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzati calzini neri lunghi.

Acconciatura

Per il Liscio Unificato il taglio dei capelli corto, se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in una coda.

DAMA Liscio Tradizionale Ligure

Gonna

Gonna nera abbinata a camicetta o body bianco oppure abito semplice ad un solo colore anche con stoffa a fantasia, con culottes dello stesso colore oppure body con gonna dello stesso colore. Sono concesse piccole arricciature sui fianchi.

E' concessa una semplice sottogonna, non ampia. La lunghezza non deve essere più di 5 cm sopra al ginocchio e più di 5 cm sotto.

Per la categoria da Under 8 ad Under 12: non sono concessi: balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi, oppure filo di nylon utilizzati nell'orlo della gonna.

Per le categorie da Under 14 a seguire: la gonna può essere più lunga fino a raggiungere la caviglia; può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito. Sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi.

Decorazioni Non ammessi (es. piume, fiori, frange, lacci, ecc.).

Scarpe e Calzini

Possono essere indossate esclusivamente scarpe approvate per la specialità. Sono permessi tutti i colori di scarpe. Le scarpe devono essere indossate con calze corte bianche.

Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne e non a rete o con qualsiasi ricamo o fantasia.

Per le categorie da Under 8 a Under 12: scarpe con tacco rigido non più alto di 3,5 cm.

Per la categorie da Under 14 a seguire: scarpe con tacco stretto o cubano libero.

Acconciatura

Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini.

E' vietato il trucco. Sono vietati i gioielli (es. bracciali, anelli, collane, orecchini, ecc.).

DANZE FOLK ROMAGNOLE

Categorie

- **Under 8**
- **Under 10**
- **Under 12**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Under 19**
- **OVER 16**
- **OVER 30**
- **OVER 40**
- **OVER 50**
- **OVER 60**
- **OVER 70**

Danze Nazionali

- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A
- 1 Liv/F – 2 Liv/E – 3 Liv/D - B – A

Classi

- 1 Liv/F**
- 2 Liv/E**
- 3 Liv/D**
- C**
- B**
- A**
- A1**

BALLI

- MAZURKA*
- MAZURKA – POLKA*
- MAZURKA - VALZER - POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*
- MAZURKA - VALZER – POLKA*

FIGURE

- Bronzo*
- Bronzo*
- Bronzo*
- Bronzo/Argento*
- Bronzo/Argento*
- Bronzo/Argento/Oro*
- Bronzo/Argento/Oro LIBERE*

CLASSE ESORDIENTI (1 Liv/F – 2 Liv/E)

1 BALLO: Mazurka 5 parti.

Programma BRONZO, variazioni obbligatorie non divisibili lungo le parti musicali, non effettuabili nella 1° parte musicale, accompagnamento libero, no girata a sinistra.

2 BALLI: Mazurka 5 parti - Polka 5 parti.

Programma BRONZO, variazioni obbligatorie non divisibili lungo le parti musicali, non effettuabili nella 1° parte musicale, accompagnamento libero, no girata a sinistra.

CLASSE 3 Liv/D

3 BALLI: Valzer 3 parti - Mazurka 5 parti - Polka 3 parti trio 16 battute.

Programma BRONZO, variazioni obbligatorie non divisibili lungo le parti musicali, non effettuabili nella 1° parte musicale, accompagnamento libero.

E' prevista la competizione su ogni singolo ballo.

E' prevista la competizione sui 3 balli.

CLASSE C

3 BALLI: Valzer 3 parti -Mazurka 5 parti - Polka 5 parti trio 16 battute.

Programma BRONZO e ARGENTO, variazioni obbligatorie non effettuabili nelle 1° parti musicali, Accompagnamento libero.

E' prevista la competizione su ogni singolo ballo.

E' prevista la competizione sui 3 balli.

Valzer: Accompagnamento ammesso = Base lineare - base girata a DS e SN - passo liscio = passo di cambio - passo liscio girato a DS e SN - chiusure a SN con doppio - chiusura a DS con doppio max 3 - chiusura a SN con un giro della dama a fine brano - passi doppi a DS semplici o legati max 2.

Mazurka: Accompagnamento ammesso = Base lineare - base girata a DS e SN - passo liscio = passo di cambio - passo liscio girato a DS e SN - base girata a DS cadenzata - passi doppi semplici cadenzati a DS lungo le parti e in chiusura - passi doppi semplici a SN in chiusura.

Variazioni = Passetini - Marcata sul posto - Saltata.

Obbligatorio: variazioni 16 battute non divisibili.

Polka: Accompagnamento ammesso = Base lineare e cadenzata - passo rallentato lineare - base girata a DS e SN - base girata a DS cadenzata - passi doppi cadenzati a DS semplici e legati in chiusura.

Variazioni = Passetini - Saltata a SN - Saltata a DS.

Obbligatorio: variazioni 16 battute non divisibili.

CLASSE B

3 BALLI: Valzer 4 parti - Mazurka 5 parti - Polka 5 parti trio 32 battute.

Programma BRONZO e ARGENTO, variazioni obbligatorie, non effettuabili nelle 1° parti musicali, accompagnamento libero.

Programma ORO, solo dove espressamente ammesso.

E' prevista la competizione su ogni singolo ballo.

E' prevista la competizione sui 3 balli

Valzer: Accompagnamento ammesso = Base lineare - base girata a DS e SN - chiusure con passi doppi max 3 - passi doppi a DS semplici o legati max 2 – max 2 Chiusure con un giro della dama a SN.

Variazione ammessa e obbligatoria = Giro veloce a SN

Mazurka: Accompagnamento ammesso = Base lineare - base girata a SN - base girata a DS cadenzata - passi doppi a SN semplici - passi doppi cadenzati a DS semplici.

Variazioni = Passetini - Marcata - Saltata.

Polka: Accompagnamento ammesso = Base lineare e cadenzata - base girata a DS e SN cadenzata - passi doppi cadenzati a DS e SN semplici o legati - cambio di passo cadenzato a SN - passo rallentato lineare - passo rallentato girato a DS e SN.

Variazioni = Passetini - Passeti - Saltata a SN - Saltata a DS – (Giro veloce a SN facoltativo)

CLASSE A

3 BALLI: Valzer 4 parti - Mazurka 5 parti - Polka 5 parti trio 32 battute.

Programma BRONZO-ARGENTO-ORO, variazioni obbligatorie, accompagnamento libero, Mazurka e Polka, variazioni non effettuabili nelle 1° parti musicali.

Valzer: Accompagnamento ammesso = Base lineare - base girata a DS e SN - passo liscio = passo di cambio - passo liscio girato a DS e SN - passi doppi a DS e SN semplici o legati - chiusure con passi doppi - Chiusure con giro della dama a SN, massimo 2 chiusure con 1 o 2 giri.

Variazioni = Giro veloce a SN

Mazurka: Accompagnamento ammesso = Base lineare - base girata a DS e SN - passo liscio = passo di cambio - passo liscio girato a DS e SN - base girata a DS e SN cadenzata - passi doppi a SN semplici o legati - passi doppi cadenzati a DS e SN semplici o legati - passi doppi rallentati a DS.

Variazioni = Passetini - Marcata - Saltata - Saltata Sincopata.

Obbligatorio: 2° parte musicale 16 battute di Marcata, 1° trio 8 battute Passetini e 8 battute Marcata, 2° trio Saltata e Saltata Sincopata.

Polka: Accompagnamento ammesso = Base lineare e cadenzata - passi lineari cadenzati in fraseggio musicale - base girata a DS e SN cadenzata - passi doppi cadenzati a DS e SN semplici o legati - cambio di passo cadenzato a SN - passo rallentato lineare - passo rallentato girato a DS e SN.

Variazioni = Passetini - Passeti - Passetini Variati - Saltata a SN - Saltata a DS.

Obbligatorio: 2° parte 8 battute di Passetini, 1° Trio 16 battute di Passetini Variati.

CLASSE A1 (Istruttori)

3 BALLI: Valzer 4 parti - Mazurka 5 parti - Polka 5 parti trio 32 battute.

Programma BRONZO – ARGENTO - ORO libero.

Valzer - Mazurka e Polka: Programma esclusivo sui passi elencati nelle basi "Le Danze Folk Romagnole", programmi di amalgamazione liberi sia su accompagnamento che sulle variazioni, divisibili sul fraseggio musicale richiedente.

ABBREVIAZIONI= DS – Destra / SN – Sinistra / Max – Massimo

*** SOCIALE FOLK**

PROGRAMMA LIBERO, ABBIGLIAMENTO LIBERO

1 Ballo = Valzer 4 parti Mazurka 5 parti Polka 5 parti trio 16 battute

3 Balli = Valzer 4 parti Mazurka 5 parti Polka 5 parti trio 16 battute

BALLO	Beat
Valzer	66/72
Mazurka	58/68
Polka	66/74

Abbigliamento Esordienti (1 Liv/F – 2 Liv/E) e Classe D

UOMO: Pantaloni di tessuto uniforme di colore nero, senza decorazioni, con o senza cintura in pelle nera. Camicia di tessuto o di maglina, indossata internamente ai pantaloni, non scavata oltre il seno, maniche lunghe normali, colore a piacere (escluso il nero), di tessuto uniforme non trasparente senza alcun riporto e decorazioni. Scarpe nere senza decorazioni. Calzini neri.

DONNA: Camicia di tessuto o di maglina, indossata internamente alla gonna, colore a piacere no nero. Gonna di colore nero e tessuto uniforme, altezza dal ginocchio max. 15 cm, non trasparente, senza alcuna decorazione, mutande che coprano i glutei di colore uguale alla gonna. Scarpe nere o argento senza decorazioni. Calze obbligatorie di color carne non di rete.

Abbigliamento Classe C e B

UOMO: Pantaloni neri di tessuto uniforme, senza tasche e decorazioni, con cintura o panciotto nero alto non più di 10 cm. Camicia o maglietta, indossata internamente ai pantaloni, non scavata oltre lo sterno, maniche lunghe, colore a piacere. Sono ammesse decorazioni di strass, paillettes, perline, lustrini e ricami, no frange e piume. Sono vietati tutti i tessuti di rete. Scarpe nere senza decorazioni. Calzini neri.

DONNA: Abito a tutù con gonna classica da folk di lunghezza uniforme, che copra completamente le mutande in posizione ferma in figura di ballo, senza spacchi o aperture, con almeno 3 giri di tulle, organza o chiffon. Le categorie oltre i 45 anni, possono utilizzare in alternativa al tutù una gonna con o senza balze, a ruota o a mezza ruota, senza spacchi non trasparente, di lunghezza uniforme altezza dal ginocchio non più di 15 cm. L'abito può essere intero o spezzato di colore libero, decorazioni e tessuti liberi. Mutande che coprano i glutei, non decorata. Scarpe di colore a piacere senza decorazioni. Calze obbligatorie di color carne.

Abbigliamento Classe A e A1 (Istruttori)

UOMO: Pantaloni di tessuto uniforme, senza tasche con cintura o panciotto, sono ammesse decorazioni. Camicia o maglietta, maniche a piacere, sono ammessi tessuti lavorati e decorazioni di qualsiasi tipo.

DONNA: Abito a tutù, con gonna classica da folk che copra completamente le mutande in posizione ferma in figura di ballo, con mutande che coprano i glutei.

NEW YORK – LATIN HUSTLE

Categorie

- **Under 8**
- **Under 10**
- **Under 12**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Under 19**
- **OVER 16**
- **OVER 30**
- **OVER 40**
- **OVER 50**
- **OVER 60**
- **OVER 70**

Danze Nazionali

- D – C – B
- D – C – B – A
- D – C – B – A
- D – C – B – A
- D – C – B – A
- D – C – B – A – Int.
- D – C – B – A – Int.
- D – C – B – A – Int.
- D – C – B – A
- D – C – B – A
- D – C – B – A
- D – C – B – A

Definizione

Il New York Latin Hustle è un ballo di coppia con musica da discoteca che, potrebbe essere anche conosciuto come: disco Hustle, New York Hustle, Disco fox, Rock fox, Beat fox a seconda del paese in cui viene ballato. Sono balli con stile e tecnica differenti ma che hanno certamente similitudini nell'esecuzione. Figure tipiche di questo ballo sono: avvolgimenti, giri a destra o sinistra cambi di posto, Spin, camminate, non per ultimo, la base, lo stile e la tradizionalità di questo ballo.

Caratteristiche e Movimento

Può essere usato il movimento naturale dell'anca di Stile Cubano, movimenti di Rumba e Samba, Swivel Slow e Quick ecc. Il passo ed il trasferimento del peso possono essere usati in ogni battuta o fra le battute in sincopato. 1234, e123, a123, 12e3, 12a3, 123e, 123a, o altri sincopati es. (1e2e3e4e5e6e7e8) è molto importante, che la combinazione dei passi e delle figure siano in perfetta armonia con il ritmo musicale per tutto il ballo.

Note Tecniche

Per il New York Latin Hustle in competizione è richiesto sia un ballo su musica lenta che un ballo su musica veloce. Nel ballo lento viene valutata la tecnica e la capacità d'improvvisazione della coppia; nel ballo veloce l'agilità la dinamica e l'armonia della coppia. Nel ballo Show sarà valutato stile e tradizionalità, interpretazione musicale, coreografia e difficoltà tecnica. Nell'introduzione della musica (solitamente 16 battute) è possibile eseguire Pose, Cadute, Lift ed essere fianco a fianco. Durante il ballo sono permessi Salti e massimo due Lift (i piedi della dama o, del cavaliere non devono assolutamente superare la testa del partner), le figure fianco a fianco sono permesse ma della durata massimo di 16 battute.

Sistema di Votazione

La votazione sarà con sistema Skating con voto su ogni ballo (lento e veloce). In caso di parità vince il ballo veloce. Nella finale i balli saranno tre, ed ogni coppia avrà tre giudizi, in caso di parità si ripeterà un ballo veloce fino a decretare un vincitore.

Musica

Stile Disco in 4/4 o 2/4 di tempo Velocità: Veloce 116/120 BPM Lenta 110/115 BPM Musica disco moderna, House music, Anni 60/70, ecc. Musica scelta dall'organizzazione.

Nel Ballo Show musica scelta dalla coppia o gruppo su CD o file mp3 con un'unica traccia di buona qualità.

Durata del ballo lento 1,35 minuti - durata del ballo veloce 1,35 minuti.

Durata dello show in coppia massimo 2,15 minuti.

Durata dello Show di gruppo minimo 2,15 ad un massimo di 3,15 minuti.

Abbigliamento

Per tutti i livelli è concesso l'abbigliamento libero nei limiti del decoro non sono ammessi accessori che possano creare pericolo od intralcio agli altri competitori durante la gara. A discrezione del Direttore di Gara possono essere unificate le categorie per un miglior svolgimento della competizione.

Livelli di Gara

Bronzo – Argento - Oro e Platino

Le categorie bronzo argento e oro si attengono allo schema di figure da libro.

Il platino è un programma libero con prese adorni e trucchi senza alzare la dama al di sopra della testa con il corpo e con i piedi.

LIVELLO 1 - BRONZO

Questa è una categoria di entrata per studenti con 1 anno di esperienza di ballo e con limitata esperienza di competizione. I concorrenti devono dimostrare solide basi. Tutto il materiale deve essere riconoscibile come familiare, quindi figure comuni che possono essere guidate nel ballo sociale. Una volta classificato primo in questa categoria, il concorrente deve salire alla categoria superiore.

Il tempo di esecuzione dei brani sarà compreso tra 100 e 110 BPM.

Figure BRONZO

- CROSS BODY LEAD (CROSS CHIUSO)
- OPEN POSITION AND CLOSED (CROSS APERTO E RITORNO)
- SHUGAR PUSH
- THE WHEEL – LA RUOTA
- SHE GOES HE GOES SHE GOES – chiamato anche UNDERARM TURN COMBINATION
- NECK WRAP – chiamato anche LOOP
- SLIDING DOOR
- TRIANGLE CROSS
- ROLL WAIST – chiamato anche CRADLE
- WHIP
- SWEET HEART
- SHADOW
- NEW YORK WALK
- GRAPEVINE
- CROSS BODY LEAD CON INSIDE TURN

Linee guida BRONZO

Sono ammesse le figure bronzo con aggiunta 1 ½ giri. I movimenti circolari sono ammessi. Entrambi i piedi devono essere a terra su tutti i tempi. Si valuta positivamente lo stile delle braccia.

- Non sono permessi giri liberi
- Non sono ammesse guide cieche. Si considera guida cieca quella in cui la schiena del cavaliere è rivolta alla dama durante la guida (sul numero 2 se si conta +1,2,3).
- Non sono ammessi movimenti di spostamento, cioè movimenti che prevedono una progressione della coppia lungo la pista da ballo, oltre i 6 conteggi.
- Non sono ammesse variazioni complicate, figure elaborate o passi sincopati
- Non sono ammessi giri continui
- Non sono ammessi rondé
- Non sono ammessi più di 1 ½ giro sia per le dame che per i cavalieri

LIVELLO 2 – ARGENTO

Questa categoria è dedicata a concorrenti con 2 o più anni di esperienza di ballo. A questo livello il ballo deve avere buona tecnica, stile di braccia e più passi sincopati.

Il tempo di esecuzione dei brani sarà compreso tra 100 e 115 BPM.

Figure ARGENTO

- TRAVELLING SWEET HEART STEP
- SHADOW TURN STEPS
- WRAP WAIST TURN
- WRAP WAIST IN AND OUT
- BACK WRAP WAIST TURN
- FOUR COUNT TURN
- HIP LOOP
- TRAVELLING SWEET HEART STEP
- SHADOW TURN STEPS
- SHADOW BLOCK
- LAS VEGAS STEPS
- BACK SPOT TURN
- DIVA WOLK STEPS

Linee guida ARGENTO

Questa categoria aggiunge guide cieche, giri liberi e movimenti di spostamento circolari. Entrambi i piedi devono essere a terra per tutte le figure. Una volta classificato primo in questa categoria, il concorrente deve salire alla categoria superiore.

- Non sono ammesse variazioni complicate e figure elaborate
- Non sono ammessi giri continui
- Non sono ammessi rondè
- Non sono ammessi più di 2 ½ giro sia per le dame che per i cavalieri

LIVELLO 3 – ORO

Una volta arrivati a questa categoria il competitore supponendo abbia già 4 o 5 anni di esperienza nel campo agonistico, dovrà avere un'ampia conoscenza di figure, tecniche e musicalità.

Figure ORO

- GRAPEVINE CROSS
- CHANGE OF HANDS
- DIAMOND
- LATIN HUSTLE PIVOT
- ILLUSION TURN
- KICK TURN STEPS
- PROGRESSIV HAMMER LOCK
- THROW OUT
- SPANISH TURN
- WIDMILL

Linee guida ORO

Questa categoria aggiunge, oltre alle figure comprese nei livelli precedenti, i side by sides e le figure su un piede solo come i rondè etc... Il tempo di esecuzione dei brani sarà compreso tra 100 e 120 BPM.

- Non sono ammessi sollevamenti, discese o cadute

LIVELLO PLATINO

A questa categoria si accede solo vincendo il livello oro per ogni categoria.

Il platino è un programma libero con prese adorni e trucchi, discese e non si può alzare la dama al di sopra della testa con il corpo e con i piedi.

DANZE JAZZ

Specialità

La disciplina "Danze Jazz" comprende le seguenti specialità:

- 1 - ROCK 'N ROLL: Rock Tecnico,
 Rock Semi-Acrobatico,
 Rock Acrobatico,
 Rock Special Formazione Rock Tecnico,
 Formazione Rock Acrobatico
 Formazione Girls
- 2 - BOOGIE WOOGIE: Boogie Woogie (passaggio Lento e Veloce)
 Formation
- 3 - LINDY HOP: Le Divisioni più diffuse nei campionati di Lindy Hop di tutto il mondo sono le seguenti:
SOLO DIVISIONS: open jazz roots battle - advanced jazz roots battle - solo blues battle
SOCIAL DIVISIONS: open Lindy Hop Jack and Jill - Advanced lindy hop jack and jill - Masters (o invitational) lindy hop jack and jill - Balboa jack and Jill
COUPLE DIVISIONS: Open Lindy Hop Couples (dette anche Strictly) - adv Lindy Hop Couples - Masters (o invitational) Lindy Hop couples
Open Balboa Couples - Slow Swing and Blues Couples
SHOWCASE DIVISIONS: Open Lindy Hop Classic - Advanced Lindy Hop Classic - Open All Swing Showcase - Advanced All Swing Showcase - Jazz Roots showcase
Jazz Roots Team Showcase - Swing Team Showcase - Cabaret

BOOGIE WOOGIE e ROCK N'ROLL - UNITA' COMPETITIVE

Le specialità delle Danze Jazz prevedono tre tipi di unità competitive o "team":

- COPPIA un uomo e una donna
- FORMAZIONE squadra formata da minimo quattro coppie
- ROCK GIRLS GRUPPO squadra formata da sole femmine - minimo 4 atlete

CATEGORIE

Secondo la specialità e l'anno di nascita dei singoli componenti, le categorie sono:

COUPLES

08/11 anni	componente più anziano tra 8 e 11 anni
12/15 anni	componente più anziano tra 12 e 15 anni
16/18 anni	componente più anziano tra 16 e 18 anni
19/34 anni	componente più anziano tra 19 e 34 anni
35 OLTRE	componente più anziano di 35 anni
08/14 anni	componenti tra 8 e 14 anni - JUNIOR Assoluto
15/21 anni	componenti tra 15 e 21 anni -YOUTH Assoluto
21/oltre	componente più anziano entro 21 anni ADULTI Assoluto
MASTER	un componente deve essere un professionista nel ballo con diploma riconosciuto
MASTER SPECIAL	i due componenti sono professionisti nel ballo con diploma riconosciuto

FORMATION

UNDER 11	Atleti fino al 11° anno di età; un fuori quota ogni 4 componenti
UNDER 15	Atleti dal 11° fino al 15° anno di età; un fuori quota ogni 3 componenti
UNDER 21	Atleti dal 16° anno di età; un fuori quota ogni 2 componenti
OVER 21	Atleti dal 21° anno di età;
OVER 35	il componente più anziano deve avere un'età che supera i 35 anni, un fuori quota ogni 4 componenti
OVER 46	il componente più anziano deve avere un'età che supera i 46 anni, un fuori quota ogni 4 componenti
MASTER	almeno un componente per coppia deve essere un professionista nel ballo con diploma Riconosciuto

SOCIAL COUPLES AMATORIAL - NON AGONISTICA

08/11 anni	componente più anziano tra 8 e 11 anni
12/15 anni	componente più anziano tra 12 e 15 anni
16/18 anni	componente più anziano tra 16 e 18 anni
19/34 anni	componente più anziano tra 19 e 34 anni
35 OLTRE	componente più anziano di 35 anni
08/14 anni	componenti tra 8 e 14 anni - JUNIOR Assoluto
15/21 anni	componenti tra 15 e 21 anni -YOUTH Assoluto
21/oltre	componente più anziano entro 21 anni ADULTI Assoluto

SOCIAL FORMATION AMATORIAL – NON AGONISTICA

UNDER 11	Atleti fino al 11° anno di età; un fuori quota ogni 4 componenti
UNDER 15	Atleti dal 11° fino al 15° anno di età; un fuori quota ogni 3 componenti
UNDER 21	Atleti dal 16° anno di età; un fuori quota ogni 2 componenti
OVER 21	Atleti dal 21° anno di età;
OVER 35	il componente più anziano deve avere un'età che supera i 35 anni, un fuori quota ogni 4 componenti
OVER 46	il componente più anziano deve avere un'età che supera i 46 anni, un fuori quota ogni 4 componenti

CLASSI

A seconda del livello di preparazione tecnica la coppia può essere inquadrata nelle seguenti classi:
Classe AS - A - B - C - SOCIAL - MASTER - MASTER SPECIAL

Nelle discipline che prevedono la classe Unica (U), possono competere tutti gli atleti

ROCK TECNICO

CATEGORIE	8-11	12-15	16-18	19-34	35 oltre	8-14	15-21	21 oltre	M-MS
AGONISMO	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	M-MS
PREAGONISMO	B	B	B	B	B	B	B	B	-
PROMOZIONALE	C	C	C	C	C	C	C	C	-
SOCIALE	S	S	S	S	S	S	S	S	-

ROCK SEMI-ACROBATICO

CATEGORIE	8 - 11	12 - 15	16 -18	19 - 34	35 oltre	8 - 14	15 - 21	21 oltre
AGONISMO	A	A	A	A	A	A	A	A
PREAGONISMO	B	B	B	B	B	B	B	B
PROMOZIONALE	C	C	C	C	C	C	C	C
SOCIALE	S	S	S	S	S	S	S	S

ROCK ACROBATICO

CATEGORIE	8-11	12-15	16-18	19-34	35 oltre	8-14	15-21	21 oltre	M-MS
AGONISMO	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	M-MS
PREAGONISMO	B	B	B	B	B	B	B	B	-

FORMAZIONI ROCK TECNICO – ROCK ACROBATICO E BOOGIE WOOGIE

CATEGORIE	UNDER 11	UNDER 15	UNDER 21	OVER 21	OVER 35	OVER 21	M-MS
AGONISMO	BW-RT-RA	BW-RT-RA	BW-RT-RA	BW-RT-RA	BW-RT-RA	BW-RT-RA	BW-RT-RA
SOCIALE	BW-RT	BW-RT	BW-RT	BW-RT	BW-RT	BW-RT	-

FORMAZIONI ROCK GIRLS

CATEGORIE	UNDER 11	UNDER 15	OVER 16
AGONISMO	U	U	U

BOOGIE WOOGIE

CATEGORIE	8-11	12-15	16-18	19-34	35 oltre	8-14	15-21	21 oltre	M-MS
AGONISMO	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	M-MS
PREAGONISMO	B	B	B	B	B	B	B	B	-
PROMOZIONALE	C	C	C	C	C	C	C	C	-
SOCIALE	S	S	S	S	S	S	S	S	-

LINDY HOP

CATEGORIE	8-11	12-15	16-18	19-34	35 oltre	8-14	15-21	21 oltre	M-MS
AGONISMO	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	A-AS	M-MS
PREAGONISMO	B	B	B	B	B	B	B	B	-
PROMOZIONALE	C	C	C	C	C	C	C	C	-
SOCIALE	S	S	S	S	S	S	S	S	-

CLASSE DI MERITO

Solo la classe AS (Internazionale) è classe di merito: si accede a questa classe solo per meriti sportivi conseguiti al Campionato Italiano o alle eventuali gare a punteggio di circuito. La Commissione Tecnica può richiedere il passaggio alla classe AS in qualsiasi momento dell'anno se una coppia dimostra di averne i requisiti. La coppia che intende passare alla classe AS può fare richiesta alla Commissione Tecnica che si esprimerà in merito.

All'atto del tesseramento alla Federazione, una coppia può scegliere se ballare in classe C - B o Sociale con programmi limitati, oppure in classe A con programmi liberi. In nessun caso è possibile retrocedere di classe senza l'autorizzazione della Commissione Tecnica e del Direttivo Nazionale che valuterà la richiesta in base all'andamento tecnico-sportivo dell'atleta.

I passaggi di classe avvengono obbligatoriamente in base alla classifica di specialità dovuta alle varie prove effettuate, secondo la tabella sotto riportata, e nel caso di prova unica il passaggio di classe avviene sulla classifica del Campionato Italiano

Fino a 6 unità	Passa la prima unità classificata
Da 7 a 12 unità	Passano le prime 2 unità classificate
Da 13 unità in poi	Passano le prime 3 unità classificate

CARATTERISTICHE DEI BRANI MUSICALI

VELOCITÀ METRONOMICHE

Le musiche di gara devono avere le seguenti velocità metronomiche:

Categorie e Classi	Rock Tecnico	Rock Semi Acrob.	Rock Acrob.	BOOGIE WOOGIE		LINDY HOP
				VELOCE	LENTO	
Sociale	46 - 47	46 - 47	46 - 47	46 - 48	27 - 30	46 - 48
C	46 - 47	46 - 47	46 - 47	46 - 48	27 - 30	46 - 48
B	46 - 47	46 - 47	46 - 48	48 - 50	27 - 30	46 - 50
A	48 - 50	48 - 50	48 - 50	50 - 52	27 - 30	50 - 52
AS	48 - 50	48 - 50	48 - 50	50 - 52	27 - 30	50 - 52
M-MS	48 - 50	48 - 50	48 - 50	50 - 52	27 - 30	50 - 52

DURATA DEI BRANI MUSICALI

La durata dei singoli balli sarà la seguente (quando sono riportati due tempi il primo riguarda il tempo ballato, il secondo la durata della musica: es. 1:00-1:15)

Categorie e Classi	Rock Tecnico	Rock Semi Acrob.	Rock Acrob.	BOOGIE WOOGIE		LINDY HOP
				VELOCE	LENTO	
Sociale	1:00-1:15	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30		1:45-2:00
C	1:00-1:15	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30		1:45-2:00
B	1:00-1:15	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30		1:45-2:00
A	1:00-1:15	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30-1:45	1:45-2:00 OLTRE ALLO SHOW DELLA FINALE DA 2:00-2:30
AS M-MS	1:00-1:15	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30-1:45	
Formazioni	2:45-3:00	2:45-3:00	2:45-3:00	2:45-3:00		2:45-3:00

PARTECIPAZIONE DI ATLETI ITALIANI A COMPETIZIONI INTERNAZIONALI

La partecipazione a competizioni internazionali, siano essi Campionati Internazionali o Coppe, è riservata ad atleti di classe A e/o AS secondo le discipline, oltre alle Classi Master e Master Special. I competitori di classe B possono partecipare solo a seguito di autorizzazione da parte della Commissione Tecnica. In caso ci sia la possibilità di costituire una Nazionale, la selezione degli atleti, titolari e riserve, è di competenza della Direzione Tecnica su indicazione della Commissione Tecnica. Gli atleti convocati hanno l'obbligo di comunicare tempestivamente la conferma o l'indisponibilità alla Direzione Nazionale.

Per poter partecipare a Competizioni Internazionali sotto l'egida della Federazione Internazionale di riferimento (WDC), è fatto obbligo agli atleti di tesserarsi presso la Federazione Internazionale di riferimento almeno 40 giorni prima della partecipazione all'evento tramite l'Ufficio Tesseramento Nazionale ANMB.

SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

È discrezione del Direttore di gara, qualora i tempi di gara lo permettano, comporre la lista di partenza con eventuale sorteggio, gestire la competizione, decidere accorpamenti di Categorie e Classi, e quanto necessari per un buon scorrimento della Competizione, tenendo presente anche ogni elemento possa necessitare per la buona riuscita dell'evento. Per l'identificazione dei gruppi, al momento dell'iscrizione alle gare di più gruppi della stessa ASA che effettuano la gara per la stessa disciplina, l'ASA deve sempre obbligatoriamente dare un marchio di identificazione ad ogni suo gruppo utilizzando nomi differenti o ad esempio: Gruppo A, Gruppo B e così via. Nel chiamare l'unità competitiva in pista il presentatore deve annunciare solo il numero di gara. Per tutte le competizioni sarà utilizzato il sistema di votazione deciso col direttore di gara, con utilizzo anche del sistema skating nel turno di finale.

PISTA

Per le gare a squadre (formazioni) i lati della pista, libera da ostacoli, devono misurare almeno 8-10 metri. Nelle altre competizioni, per ogni coppia in pista, deve essere assicurato uno spazio minimo di 20 mq per tutte le eliminatorie, di 20 mq per le finali delle classi Sociali – C - B e di 30 mq per le finali delle classi A – AS – M - MS.

FORMAZIONI

Per le Formazioni Boogie Woogie, Formazioni Rock Tecnico e Formazioni Rock Acrobatico, la competizione si svolge con musica propria.

COMPETIZIONI DI CIRCUITO E GRADUATORIE

La Lega Danza o organizzazioni ad essa abbinata o autorizzate, possono organizzare annualmente competizioni a punteggio che alimentano una graduatoria che somma i punteggi acquisiti dalle coppie con il piazzamento nelle diverse competizioni. Il Regolamento specifico sarà determinato annualmente dalla Commissione Tecnica.

NORME DI SPECIALITA'

ROCK TECNICO

Il Rock tecnico si caratterizza per l'assoluto divieto di eseguire acrobazie di qualsiasi tipo nel programma di gara della coppia compresa la posa finale.

Sociale - La specialità prevede l'esecuzione con programma semplice e interpretazione musicale

Promozionale - La specialità prevede l'esecuzione della danza con programma semplice

Preagonismo - sono consentite in libera amalgamazione figure semplici nel rispetto della quadratura musicale

Agonismo - La specialità prevede l'esecuzione della danza con programma libero nel rispetto dello stile e della quadratura musicale.

ROCK SEMIACROBATICO

Sociale - La specialità prevede l'esecuzione con programma di figure semplici tipo: scivolo, mulino, imbuto, clessidra, strambo, pesce, lampadina, campana;

Promozionale - La specialità prevede l'esecuzione con programma di figure semplici tipo: scivolo, mulino, imbuto, clessidra, strambo, pesce, lampadina, campana;

Preagonismo - Si devono eseguire almeno 5 figure acrobatiche per ogni esecuzione, amalgamate da passaggi di rock tecnico, tipo: scivolo, mulino, imbuto, clessidra, strambo, pesce, lampadina, campana, cintura, trapezio, forbice, trampolino catapulta, cavallo, americana ed elica. Tutte le figure devono essere eseguite in forma semplice e non possono mai essere combinate fra loro.

Agonismo - Si devono eseguire almeno 6 figure ogni esecuzione, amalgamate da passaggi di rock tecnico, con unica limitazione a non eseguire salti mortali o simili. Le figure devono essere eseguite in forma semplice e non possono mai essere combinate fra loro.

ROCK ACROBATICO

Preagonismo - Si devono eseguire almeno 5 figure acrobatiche per ogni esecuzione, amalgamate da passaggi di rock tecnico, tipo: scivolo, mulino, imbuto, clessidra, strambo, pesce, lampadina, campana, cintura, trapezio, forbice, trampolino catapulta, cavallo, americana, elica, cravatta, serpente, american-pesce. Le figure devono essere eseguite in forma semplice e non possono mai essere combinate fra loro.

Agonismo - La specialità prevede l'esecuzione di tutte le acrobazie senza limitazioni. Sono ammessi anche i salti mortali singoli e doppi avanti e indietro. Le figure possono essere eseguite in forma semplice o oppure combinate fra loro.

FORMAZIONE ROCK TECNICO

Le Formazioni di Rock'n' Roll Tecnico eseguono una libera prova coreografica, nel rispetto dello stile e della quadratura musicale, con utilizzo prevalente di tecniche di Rock. Possono essere anche eseguite parti da singole coppie, da solisti, oppure con schieramenti diversi: devono però prevalere sempre le parti ballate in coppia, con tutti gli atleti impegnati contemporaneamente. La Formazione deve essere composta da minimo 3 coppie.

FORMAZIONI ROCK ACROBATICO

La Formazione deve essere composta da minimo 3 coppie. Devono essere eseguite da un minimo di 6 ad un massimo di 8 figure acrobatiche o semi acrobatiche. La scelta della musica è libera ma il ritmo del brano deve essere prevalentemente Rock'n' Roll.

FORMAZIONE GIRLS

La specialità prevede l'esecuzione di una performance su musica Rock and Roll, di un gruppo formato da sole femmine. Nella categoria Under 11 e Under 15 non si potranno ballare nessun tipo di figure acrobatiche, semi-acrobatiche e non si potrà altresì effettuare nessun sollevamento. Nella categoria Over 16 potranno essere ballate libere acrobazie. La musica sarà a scelta del gruppo, ma dovrà obbligatoriamente essere nella parte ritmica, una musica Rock and Roll. L'abbigliamento è libero in conformità al regolamento generale sull'abbigliamento. La Formazione deve essere composta da un minimo di 8 atlete ad un massimo di 16.

BOOGIE WOOGIE

Tutte le figure dovrebbero preferibilmente essere guidate tramite prese delle mani o con il contatto del corpo. Il ballo dovrà sempre terminare con la fine della musica. L'utilizzo di altri stili di ballo tipo Lindy Hop, Balboa, o altro ancora, deve essere irrilevante nel contesto globale dell'esecuzione. Ciò che deve dominare nella performance è lo stile Boogie Woogie.

Promozionale - La specialità prevede l'esecuzione della danza con programma in libera amalgamazione con figure base. Non sono permessi sollevamenti o acrobazie di nessun tipo.

Preagonismo - La specialità prevede l'esecuzione della danza con programma in libera interpretazione seguendo il fraseggio musicale. Non sono permessi sollevamenti o acrobazie di nessun tipo.

Agonismo - La specialità prevede l'esecuzione della danza con programma libero seguendo il fraseggio musicale. Sono ammessi sollevamenti (lift) e figure acrobatiche inerenti la disciplina rappresentata.

Nelle eliminatorie si balla solo il passaggio Veloce mentre nella finale si esegue sia il passaggio lento che quello veloce.

FORMAZIONI BOOGIE WOOGIE

Le Formazioni di Boogie Woogie eseguono una libera prova coreografica, nel rispetto dello stile e della quadratura musicale, con utilizzo prevalente di tecniche di Boogie Woogie. Possono essere anche eseguite parti da singole coppie, da solisti, oppure con schieramenti diversi: devono però prevalere sempre le parti ballate in coppia, con tutti gli atleti impegnati contemporaneamente. La Formazione deve essere composta da minimo 3 coppie.

LINDY HOP

Nella disciplina Lindy Hop sono ammessi molti stili di ballo, tra cui Be Bop, Jitterbug, Bugg, Balboa, East Coast Swing, West Coast Swing, Charleston ecc.

Per le Classi A e AS nel turno di finale le coppie balleranno anche uno Show su musica propria della durata minima di 2:00 minuti e massima di 2:30.

LINDY HOP FORMATION

Le Formazioni di Lindy Hop eseguono una libera prova coreografica o Show, nel rispetto dello stile e della quadratura musicale, con utilizzo prevalente di tecniche di Lindy Hop. Possono essere anche eseguite parti da singole coppie, da solisti, oppure con schieramenti diversi: devono però prevalere sempre le parti ballate in coppia, con tutti gli atleti impegnati contemporaneamente. La Formazione deve essere composta da minimo 3 coppie.

ABBIGLIAMENTO

Le regole dell'abbigliamento sono quelle di seguito esposte:

L'abbigliamento da gara deve essere sempre di buon gusto e rispettare i canoni tradizionali della danza eseguita; sia per gli abiti che per gli accessori degli atleti, come decorazione non è mai concesso l'uso di simboli con riferimenti religiosi o politici. E' ammesso indossare gioielli di forma e misure tali da non essere eccessivamente vistosi e/o pericolosi, per sé e per gli altri atleti; abiti e make up devono rispettare categorie e livello degli atleti. E' sempre permesso indossare l'abbigliamento riservato alle categorie e classi inferiori. Di norma l'abito, pur rispettando le caratteristiche della disciplina per la quale è stato progettato, deve assicurare la copertura delle parti intime dell'atleta. Per questo motivo sono vietate: culottes sgambate, tanga e inserti trasparenti nella culottes.

In particolare per la specialità Rock'n' Roll, Acrobatico è assolutamente vietato l'uso di orecchini, piercing, braccialetti o catenine.

Elenco brani Boogie Woogie classe C

1. Be lucky - Pickey Butler
2. Johnson Rag - The Hatchetmen
3. Safronia B - Colin James
4. No school tomorrow - Colin James
5. Come rock with me - Ray Gelato
6. Why - Tue Cues
7. Chicky-Mo - Ray Gelato
8. Fat Sam from Birmingham - Dana gillespie
9. It's only a paper moon - Stargazer
10. Nursery rhyme rock - Wynona Carr Where's my gray - Steve Lucky Such A Night - Helmut Lotti
11. Playmates - Sandy Satewart Tammy - Sadie Saw
12. Little bitty pritty one - Bobby Day Walkin' dream - Pasty Cline
13. Hot Rod special / instrumental - Leen Allen
14. Lovin' machine - Wynonie Harris

Musica Rock Tecnico 8-11 Anni (46-48 bpm)

1. Five Colours In Her Hair-Mc Fly - 46 Bpm
2. Femrnina-P. Belli - 46 Bpm
3. Chocolate-Soul Control - 46 Bpm
4. Nah Neh Nah-Vajas Con Dios - 46 Bpm
5. Charnpion-Amy Diamond - 46 Bpm
6. Blue Serenade-Manhattan Transfer- 47 Bpm
7. Addicted To Bass-Puretone - 47 Bpm
8. Reach-S Club 7 - 47 Bpm
9. Why Do Fools Is Fall In Love-Frankie Lymon- 47 Bpm
10. Shake Rattle Roll - Artisti Vari - 47 Bpm
11. I O Help - Bananarama - 47 Bpm
12. Only You - Captain Jack - 47 Bpm
13. On Amission - Gabriella Cilmi - 47 Bpm
14. Guitar Mac -Les Forbans - 47 Bpm
15. Jailhouse Rock-Les Forbans - 47 Bpm
16. The 1+1=2 - Lou Bega - 47 Bpm
17. Banana Coco-Liza Da Costa - 48 Bpm
18. Cop And Robbers-The Hoosiers - 48 Bpm

Musica Rock Tecnico 12- 15 Anni 48-50 8pm

1. Mah Nah Mah-Monster Crew-48 Bpm
2. I Wanna Be Sedated-Rarnones-48 Bpm
3. Straight To Number One-Touch And Go-48 Bpm
4. Luz Camaray Accion-Federico E Violetta-48 Bpm
5. Fire Your Guns-Ac Dc -49 Bpm
6. Chante-Les Forbans- 49 Bpm
7. Rockin Robin-MiChael Jackson-49 Bpm
8. Shake Me Down-Southside Jhonny- 49 Bpm
9. Hamburg-Terry & Tue Hot Sox- 49 Bpm
10. Peppermint Twist-The Sweet-49 Bpm
11. Would You-Touch And Go- 49 Bpm
12. Pump It-Black Eyed Peas-49 Bpm
13. There Will Never Another Tonight-B. Adams-49 Bpm
14. Trouble-Pink-49-Bpm
15. Tainted Love-Soft Cell-49 Bpm
16. I'll Be There For You-The Rembrandts-49 Bpm
17. Hey Soul Sister-Train-49 Bpm
18. Hafanana- Afric Simone-SO Bpm

Musica Rock Tecnico 16 Anni-Oltre 50-52 8pm

1. Uprising-Muse - 50 Bpm
2. Solamente Por Pensar-Ska P-50 Bpm
3. Les Talons Qui Swinguent-Les Forbans-50 Bpm
4. U+Ur Hand-Pink-51 Bpm
5. Spare Me Details-The Offspring-51 Bpm
6. Fire Your Guns- Ac Dc-51 Bpm
7. Phoebe Cates-Fenix Tx-51 Bpm
8. Sincronize Hearts-Herry's-51 Bpm
- 6 Broceliande-Les Forbans-51 Bpm
- 7 This Head I Hold-Bectric Guest- 52 Bpm
- 8 Walking Like An Egiptian-Bangles-52 Bpm
- 9 Rip It Up-Bill Haley-52 Bpm
- 10 Stray Heart-Green Day-52 Bpm
- 11 The Sound Of Sunshine-Franti & Spearhead-52 Bpm
- 12 t's My Life Confession-Glee Cast-52 Bpm
- 13 Dirty Kiss-Serebro-52 Bpm
- 14 L'ombelico Del Mondo-Jovanotti-52 Bpm
- 15 A Town Called Malice-The Jam-52 Bpm

DANZE CARAIBICHE

Si precisa la possibilità di poter partecipare alle competizioni ANMB, per questa disciplina, seguendo uno dei due regolamenti descritti di seguito.

Balli

- ✓ **SALSA CUBANA**
- ✓ **SALSA PORTORICANA**
- ✓ **BACHATA**
- ✓ **MERENGUE**
- ✓ **KIZOMBA**
- ✓ **RUEDA DE CASINO**
- ✓ **DUO SALSA**
- ✓ **SALSA SHINE**
- ✓ **CARRIBEAN SHOW**

REGOLAMENTO 1

COMPETIZIONE PER SINGOLO BALLO

	Classi	Balli	Figure
SEPARATE	BASE	PER TUTTI I BALLI	LIBERE SENZA LIFT - NO FIGURE
	INTERMEDI	PER TUTTI I BALLI	LIBERE AD ESCLUSIONE DEI LIFT
DISCIPLINA	AVANZATI	PER TUTTI I BALLI	LIBERE ALLO STILE DELLA

SPECIFICHE TEMPO Bars / Minuto

Ballo	Bars/Minuto
SALSA CUBANA o RUEDA	40/52
MERENGUE	58/64
SALSA PORTORICANA	48/50
BACHATA	30/36

I brani musicali si intendono tra 1.50 minuti e 2.00 minuti.

Specificando che la Rueda ha un'esecuzione massima di 4.00 minuti.

Mentre il Carribean Show e la Salsa Shine hanno un'esecuzione massima di 3.00 minuti.

REGOLAMENTO 2

Categorie	Classi
• Under 8	D – C – B
• Under 10/12	D – C – B – A
• Under 14/16	D – C – B – A
• Under 19	D – C – B – A – Int.
• OVER 16	D – C – B – A – Int.
• OVER 30	D – C – B – A – Int.
• OVER 40	D – C – B – A
• OVER 50	D – C – B – A
• OVER 60	D – C – B
• OVER 70	D – C – B

SPECIFICHE TEMPO Bars / Minuto

Ballo	Bars/Minuto
SALSA CUBANA o RUEDA	50/56
MERENGUE	70/76
SALSA PORTORICANA	50/56
BACHATA	30/36

I brani musicali si intendono tra 1.50 minuti e 2.00 minuti.

Abbigliamento

Abbigliamento Libero in riferimento alla disciplina ma nel rigore e nei canoni di non nudità, coprendo per regolamento il 20 % del corpo (compreso le parti intime). Valido sia per la Dama che per il Cavaliere. Per il Cavaliere è vietato il dorso nudo, ed i capezzoli vanno coperti.

SPECIFICHE TECNICHE DANZE CARAIBICHE

CLASSE "D" - Figure Obbligatorie

N.B. La Salsa Portoricana potrà essere ballata sul tempo 1 o sul tempo 2 purché mantenuto per l'intero brano, mentre gli altri balli dovranno essere ballati sul tempo 1.

Sono VIETATI lift, ribaltamenti e acrobazie varie e casquet, il ballo dovrà essere unicamente ballato in posizione chiusa, semichiusa o aperta ma mantenendo una qualsiasi presa con il partner (singola, doppia o incrociata). VIETATA qualsiasi posizione aperta senza presa o staccata sia all'inizio che durante la performance.

VIETATI quindi i pasitos.

In questa classe le categorie Under 16 ballano figure obbligatorie bronzo e argento e oro in posizione chiusa.

Dalla Under 19 in poi programmi bronzo, argento e oro in posizione chiusa o aperta.

Consentita l'esecuzione al massimo di 2 rotazioni, sia per la dama che per il cavaliere che siano a dx e/o a sx.

In Salsa Cubana vietate azioni di borracho e tornilli.

CLASSE "C" - PRE-AMATORIALI - Figure Obbligatorie

Le coppie dovranno eseguire la coreografia con le figure obbligatorie bronzo, argento e oro in posizione anche aperta.

I balli singoli saranno: SALSA CUBANA - SALSA PORTORICANA - MERENGUE – BACHATA.

N.B. La Salsa Portoricana potrà essere ballata sul tempo 1 e sul tempo 2 purché mantenuto per l'intero brano, mentre gli altri balli dovranno essere ballati sul tempo 1.

Sono VIETATI lift, ribaltamenti e acrobazie varie.

Sono ammessi piccoli casquet che non superino l'altezza della cintura.

VIETATA qualsiasi azione che abbia il supporto del partner (per piegarsi, alzarsi o abbassarsi) e che sia diversa da figure o pasitos.

Consentita l'esecuzione al massimo di 2 rotazioni, sia per la dama che per il cavaliere che siano a dx e/o a sx.

In Salsa Cubana vietate azioni di borracho e tornilli.

CLASSE "B" - PROGRAMMI LIBERI Combinata 2 balli Portoricana/Bachata - Cubana/Merengue

Con divieto di lift ribaltamenti sollevamenti e acrobazie.

VIETATA qualsiasi azione che abbia il supporto del partner (per piegarsi, alzarsi o abbassarsi) e che sia diversa da figure o pasitos.

Sono Ammessi Casquet

In Salsa Cubana vietate azioni di borracho e tornilli.

N.B. La Salsa Portoricana potrà essere ballata sul tempo 1 e sul tempo 2 purché mantenuto per l'intero brano, mentre gli altri balli dovranno essere ballati sul tempo 1.

CLASSE "A" - PROGRAMMI LIBERI Combinata 4 balli

N.B. La Salsa Portoricana potrà essere ballata sul tempo 1 e sul tempo 2 purché mantenuto per l'intero brano, mentre gli altri balli dovranno essere ballati sul tempo 1.

CLASSE INTERNAZIONALE - PROGRAMMI LIBERI

I balli verranno eseguiti in combinata quattro balli con il seguente ordine: Salsa Cubana - Merengue - Bachata - Salsa Portoricana.

N.B. La Salsa Portoricana potrà essere ballata sul tempo 1 e sul tempo 2 purché mantenuto per l'intero brano, mentre gli altri balli dovranno essere ballati sul tempo 1.

Passaggi di Classe

La classe d'ingresso è, a libera scelta, in Classe D, C o B. In seguito l'acquisizione della nuova Classe sarà per merito secondo quanto disposto ogni anno in merito ai passaggi di classe.

Articolazione della Competizione.

Nei Campionati, le combinazioni saranno distinte per Classe:

- Classi D e C: competizioni per singoli balli
- Classi B: competizioni per combinate a due balli.
- Classe A e Internazionale: Combinata 4 Balli (Salsa Cubana, Salsa Portoricana, Merengue e Bachata)

N.B. Qualora si pratichi più di uno Stile la classe dei singoli balli deve essere sempre allineata (es: Salsa Cubana Cl. B, Merengue Cl. B).

FIGURE SALSA CUBANA per la classe "D" e "C"

<u>PROGRAMMA BRONZO</u>	<u>PROGRAMMA ARGENTO</u>	<u>PROGRAMMA ORO</u>
<ul style="list-style-type: none">• BASE SUL POSTO sviluppi Para arriba - Para abajo• BASE ATRAS sviluppi Adelante - Base Son• LADO LADO sviluppi: il passo 3 e 6 possono essere incrociati solo avanti, solo indietro o alternando l'incrocio indietro/avanti - avanti/indietro• AGUAJEA• APERTURA PARA ATRAS sviluppo: il 2° e il 5° passo possono essere traslati lateralmente.• BASE ALTERNATA sviluppo: "dille que no" passo 1 indietro e passo 4 avanti• CRUZADA• VUELTA A DX• VUELTA PROGRESSIVA A DX sviluppi: vacilala - setenta - sombrero 180°• VUELTA LANZADA A 0° SOLO PER LA CLASSE C• BOTALA (APERTURA CUBANA)• ENCHUFLA sviluppi: ocho - presa con le mani dietro la schiena• ENCHUFLA DOBLE	<ul style="list-style-type: none">• TORCILLO DX SOLO PER LA CLASSE C• TORCILLO SX SOLO PER LA CLASSE C• BASE ZERO SOLO PER LA CLASSE C• OCHO CONTRARIO sviluppi: braccia incrociate - braccia parallele - presa ad L dietro la schiena• SETENTA eseguita a 0° oppure sviluppo a 180°• SETENTA Y SIETE (77)	<ul style="list-style-type: none">• TORNILLO DX• TORNILLO SX• PASEALA Sviluppo in posizione chiusa• PUENTE• SESENTA Y CUATRO (SE ESEGUITA IN D NON SI PUO' LANCIARE LA DAMA)• ADIOS• SOMBRERO/SOMBRERO DOBLE• SETENTA Y CINCO (75)

FIGURE SALSA PORTORICANA per la classe "D" - "C"

<u>PROGRAMMA BRONZO</u>	<u>PROGRAMMA ARGENTO</u>	<u>PROGRAMMA ORO</u>
<ul style="list-style-type: none">• Base Lado Lado• Base Alternada• Atras O Adelante• Cross Body Lead• Cross Body Lead Con Vuelta Dama• Cross Body Lead Con Vuelta Hombre• Chek• Apertura Para Adelante (New York)• Vueta A Dx/Sx• Vuelta Progressiva• Mezza Elica• Peak A Boo• Vuelta Lanzada Solo Classe C• Media Cajita Solo Classe C• Tres A Sinistra Solo Classe C• Cruza Cruza Solo Classe C	<ul style="list-style-type: none">• Torcillo A Dx/Sx Solo Classe C• Vuelta Alternada• Peak A Boo Con Vuelta• Cruzado Progressivo Solo Classe C• Suzie Cu Dx/Sx Solo Classe C• Tres A Dx Solo Classe C	<ul style="list-style-type: none">• Settanta Con Vuelta• Parale El Cuerpo• Croce• Cruzado Al Frente• Cruzado Atras• Cocolo Solo Classe C• Mirror Solo Classe C• Frare Solo Classe C

FIGURE MERENGUE per la classe "D" - "C"

<u>PROGRAMMA BRONZO</u>	<u>PROGRAMMA ARGENTO</u>	<u>PROGRAMMA ORO</u>
<ul style="list-style-type: none">• Base• Pendolo• Vuelta Naturale• Apertura Para Atras• Camminata Laterale• Enchufia• Ocho Contrario• Tornillo DX/SX• Cuadrado	<ul style="list-style-type: none">• Sentada• Puente Alternado• Capa• Sentada Alternada• Setenta	<ul style="list-style-type: none">• Sombrero• Sombrero Doble• Ventaglio• Enlace

FIGURE BACHATA per la classe "D" - "C"

<u>PROGRAMMA BRONZO</u>	<u>PROGRAMMA ARGENTO</u>	<u>PROGRAMMA ORO</u>
<ul style="list-style-type: none">• Camminata Laterale• Camminata Avanti Indietro• Camminata Laterale Cruzada• Base Sul Posto• Giro Naturale Sul Posto• Vuelta Naturale Laterale PDX• Vuelta Rovescia Laterale PSX	<ul style="list-style-type: none">• Base Twist• Base Sdoppiata• Azua• Boca Chica• Bayahibe• Cabral• Catalina• Elias Pina• El Seibo• Enriquillo	<ul style="list-style-type: none">• Caldera (SUAVE E RAPIDA)• Higuey• Jancho• Moca• Nagua• Punta Cana• Samaná

RUEDA DE CASINO

Categorie

- **Under 16**
- **OVER 16**
- **OVER 40**

La formazione della Rueda deve essere formata da un numero minimo di 4 coppie.

La formazione della Rueda verrà "cantata" da un Capo-Rueda o anche detto "cantante" che rappresenta il capogruppo (o responsabile del gruppo).

Compongono la Rueda coppie di ballerini di qualsiasi classe (anche non in coppia tra loro). La coreografia sarà esclusivamente di Salsa Cubana, dovrà essere eseguita in formazione a cerchio, sarà possibile eseguire scomposizioni in linee diverse dal cerchio ma complessivamente non devono superare i 40 secondi.

La musica deve essere composta da uno stesso brano con durata massima di 3 minuti. E' comunque possibile inserire un'introduzione musicale diversa dal brano stesso, mixata al brano principale, con durata massima di 15 secondi. Nei Campionati a titolo, nelle selezioni fino alle semifinali, a discrezione del direttore di gara, la Rueda potrà ballare su musica scelta dalla Direzione Gara e potrà prevedere anche competizione delle diverse Ruede in contemporanea.

Qualora il numero di Ruede iscritte sia superiore a 3 verranno divise in Heats (batterie) e il criterio di chiamata verrà stabilito dal Direttore di Gara.

Le Ruede che possono essere affiancate vanno da un minimo di 2 fino ad un massimo di 3 in rapporto alla dimensione della pista.

Se approvato dal Direttore di Gara, è possibile ballare su musica propria, con CD o Chiavetta opportunamente preparato e consegnato al DJ al momento dell'entrata in pista dal Capo-Rueda. La valutazione sarà effettuata con il sistema SKATING tradizionale.

Capo-Rueda: ogni Rueda dovrà nominare un Capitano, responsabile del Gruppo.

KIZOMBA

Categorie	Classe TOP LEVEL	Classe MASTER LEVEL
• Under 15	D – C – B	A – Internaz.
• OVER 16	D – C – B	A – Internaz.

Definizione

La Kizomba si articola sulle regole qui di seguito descritte. Le Coppie che intendono praticare tale specialità dovranno attenersi a quanto predisposto dallo specifico regolamento di seguito esposto.

Stili

Elementi stilistici e coreografici tipici derivanti da Kizomba angolana, Semba, Tarraxinha, Kizomba Urbana, Kizomba Fusion.

Sono ammesse influenze tecniche e coreografiche tipiche della Semba, del Tango. I passi vanno eseguiti in battere, cioè sugli accenti forte e mezzo forte. Nell'esecuzione coreografica di passi e movimenti, il rispetto delle semi frasi, frasi e periodi durante l'esecuzione è considerato elemento importante per il giudizio favorevole.

Musica

Kizomba non tipica folclorica, ma di produzione sia angolana, sia di qualunque altra parte del mondo.

Velocità: 42/44 – 44/46 battute al minuto in 4/4.

Tempo di gara: da un minimo di 1'.15" ad un massimo di 2 minuti

Abbigliamento

Abbigliamento Libero in riferimento alla disciplina ma nel rigore e nei canoni di non nudità, coprendo per regolamento il 20 % del corpo (compreso le parti intime). Valido sia per la Dama che per il Cavaliere.

Per il Cavaliere è vietato il dorso nudo, ed i capezzoli vanno coperti.

SPECIFICHE TECNICHE

Nell'esecuzione del programma di gara tutte le coppie dovranno attenersi alle seguenti norme esplicitate per classi.

CLASSE/TOP LEVEL: eseguire esclusivamente le figure elencate e videate.
VIETATI LIFT E RIBALTAMENTI (PRESE VARIE),
NON E' CONSENTITO ESEGUIRE COREGRAFIE IN PARALLELO, IN SINCRONIA,
IN POSIZIONE STACCATA LATERALE E/O LATERALE OPPOSTA.

CLASSE/MASTER LEVEL: programma libero da sequenze e da riferimenti alle figure pur rispettandone i contenuti tecnico-stilistici.

FIGURE E PASSI KIZOMBA (DA ATTENERSI PER CLASSE TOP)

<ul style="list-style-type: none">• Base 1 – Marcacao1• Base 2 – Marcacao2• Base 3 – Marcacao3• Base 4 – MarcacaoIn Quadratura• Elle• Estrela Esquerda• Virgula	<ul style="list-style-type: none">• Saida Donna – Da Mulher• Saida Uomo – Do Homen• Pausa Suave• Frente e Tras• Pausa Pesada• Exitasion Fuori Partner - Agucado• Estrela Deixou	<ul style="list-style-type: none">• Extrela o Croce• Ponto• Diagonale a Destra – Tangent• Base Locco• Ventohina
---	---	---

SALSA SHINE (Assolo)

Categorie	Classe TOP LEVEL	Classe MASTER LEVEL
• Under 15	D – C – B	A – Internaz.
• OVER 16	D – C – B	A – Internaz.

E' una competizione di passitos di salsa di un ballerino o ballerina.

La musica sarà tipicamente di Salsa Portoricana e quindi l'esecuzione dei passitos dovrà essere attinente alla musica.

Abbigliamento

Abbigliamento Libero in riferimento alla disciplina ma nel rigore e nei canoni di non nudità, coprendo per regolamento il 20 % del corpo (compreso le parti intime). Valido sia per la Dama che per il Cavaliere. Per il Cavaliere è vietato il dorso nudo, ed i capezzoli vanno coperti.

Musica

I Tempi di gara saranno da 1 minuto a 1 minuto e 45".

In pista ballano contemporaneamente più "SOLI", se necessario suddivisi in batterie.

Le classi (o livelli) saranno due:

TOP LEVEL (per gli iscritti in classe d – c – b oppure facenti parte dei team o principianti)

Le categorie saranno suddivise in: under 15 - over 16)

Il solo potrà essere femminile e/o maschile unificato.

Vietate acrobazie (spaccate, ponte, inversione dell'asse del corpo ecc)

Consentiti al massimo tre spostamenti da 2 ottave.

Consentite al massimo 2 azioni di afro o altre contaminazioni - due ottave totali sull'intera performance.

MASTER LEVEL (per gli iscritti nelle classi A – Internazionale o chi ritiene di avere maggiore esperienza)

Nella classe master sarà divisa la sezione maschile da quella femminile.

Le categorie saranno suddivise in: under 15 - over 16)

Consentite al massimo due acrobazie (o azioni extra ballo in genere)

Consentiti al massimo tre spostamenti da due ottave.

Consentite al massimo due azioni di afro o altre contaminazioni - due ottave totali sull'intera performance.

CARRIBEAN SHOW

Solo musiche caraibiche o latino-americane.

Durata brano massimo 3.00 minuti.

Sono ammessi tutti gli stili di ballo caraibici e latino-americani.

Tutti i ballerini eseguono prove libere da schemi coreografici e da moduli, esenti da limitazioni delle specialità "SINCRONIZZATO E COREOGRAFICO".

Possono essere usati elementi scenici e scenografici ad esempio sedie tavolini cartelloni, purché gli oggetti siano portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti del Team.

Alla fine dell'esibizione i Team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

Possono essere ballate parti "in coppia" ma con durata non prevalente rispetto al tempo totale del brano.

Nelle categorie fino ad 11 anni c'è divieto di eseguire acrobazie e lift.

SHOW CARIBBEAN IN FORMAZIONE (MINIMO 4 ATLETI)

In questa specialità, ESCLUSIVAMENTE CON MUSICA E STILE CARAIBICO, potranno esibirsi con il regolamento "SHOW", atleti che svolgeranno una coreografia a coppia, con un minimo di due coppie (NON SARA' POSSIBILE GAREGGIARE UNA SOLA COPPIA ALLA VOLTA).

Si potranno effettuare "passitos" ma la maggior parte della coreografia andrà eseguita in coppia.

Possono essere usati elementi scenici e scenografici ad esempio sedie tavolini cartelloni, purché gli oggetti siano portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti del Team.

Alla fine dell'esibizione i Team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

Le coppie possono essere formate anche da persone dello stesso sesso.

Nelle categorie fino ad 11 anni c'è divieto di eseguire acrobazie e lift.

SHOW CARREABEN ASSOLO A TEMA

Si tratta di uno show di "ASSOLO a TEMA".

L'esibizione dovrà avere un tema a scelta, rappresentato da musica, costumi e piccole scenografie (tempo massimo di POSIZIONAMENTO E SGOMBERO della pista 10 secondi).

Il tema è libero e si potrà utilizzare qualsiasi musica.

Per la parte caraibica che dovrà essere predominante, si potranno utilizzare una o più musiche e coreografie caraibiche (SALSA CUBANA, PORTORICANA, MERENGUE E BACHATA. (o solo un ballo o un mix di balli caraibici). Il tempo massimo di esecuzione dello SHOW 2'00" (con un margine di 10 secondi)

La parte introduttiva e/o finale, o comunque la parte di show legata al tema, in totale non deve superare i 35 secondi.

CLASSE UNICA - CATEGORIE: UNDER 15 OVER 16

DUO SINCRO LATIN E DUO SINCRO CARRIBEAN (DANZA DI COPPIA)

E' una competizione riservata ai DUO su un solo ballo di Danze Latino-Americane e Danze Caribiche a scelta tra:

- Cha Cha Cha (Latin)
- Samba (Latin)
- Rumba (Latin)
- Jive (Latin)
- Salsa Cubana (Carribbean)
- Merengue (Carribbean)
- Bachata (Carribbean)

Il duo può essere:

- Femminile → dama/dama
- Maschile → cavaliere/cavaliere
- Misto → dama/cavaliere

Fanno competizione separate a secondo della composizione del Duo, in caso di un numero ridotto di partecipanti il direttore di gara può unire le competizioni.

Non sono mai ammessi contatti di qualsiasi tipo tra i due componenti come avviene nelle danze di coppia. La posizione dovrà essere eseguito in SIDE BY SIDE ovvero con entrambi i componenti del DUO posizionati uno di lato all'altro oppure in SHADOW POSITION con i componenti uno dietro l'altro.

In pista ballano contemporaneamente più duo sincronizzato se necessario suddivisi in batterie.

Le gare di categoria prevedono batterie eliminatorie, semifinali e finali, esattamente come per le danze di coppia.

Abbigliamento

L'abbigliamento deve essere identico per entrambi e libero, rispettando la decenza e il buon gusto.

Categoria e Classe Categorie

- **Under 10**
- **Under 14**
- **Under 16**
- **Over 16**

Classe B Figure Bronzo - Argento da testo ANMB

B
B
B
B

Classe A Figure Bronzo – Argento - Oro Libere da testo ANMB

A
A
A
A

La categoria è determinata dal partner più anziano

Durata e Velocità Brani

La durata del brano sarà obbligatoriamente da un minimo di 1 minuto ad un minuto e 30 sec.

Le musiche saranno scelte dal DJ della competizione. Nel caso del Duo Misto il cavaliere indosserà pantalone come le danze Latino-Americane con scelta di colore libero, maglia o camicia che dovrà riportare i colori o i tessuti della dama.

Programma di Gara

Dovranno essere amalgamati e costruiti seguendo per entrambi/e le stesse figure eseguite nello stesso identico modo, stesso piede, stesso ammontare di giro, stesse direzioni stesse azioni tecniche ecc. (come un sincro dance di gruppo).

Ogni coppia di Duo può occupare sulla pista la postazione più adatta, usufruendone i 4 lati in qualsiasi direzione; I numeri di gara saranno posti sul fianco destro del partner che sta alla destra, per facilitare il Giudice di gara a individuare il numero.

DANZE ARGENTINE

Categorie	Età	Discipline
• Juniors	Under 12	T. Salon/Argentino - Combinata (Tango-Milonga-Vals) - T. Escenario - Canyengue
• Youth	Under 16	T. Salon/Argentino - Combinata (Tango-Milonga-Vals) - T. Escenario - Canyengue
• Amatori	Over 16	T. Salon/Argentino - Combinata (Tango-Milonga-Vals) - T. Escenario - Canyengue
• Senior	Over 40	T. Salon/Argentino - Combinata (Tango-Milonga-Vals) - T. Escenario - Canyengue

Le discipline che si possono ballare, tutte in classe Unica, sono:

- ✓ Tango Salon / Tango Argentino
- ✓ Combinata Argentina (Tango – Milonga – Tango Vals)
- ✓ Tango Escenario
- ✓ Canyengue

TANGO SALON / ARGENTINO

La commissione tecnica nazionale seleziona musiche di Tango di differenti epoche storiche in modo tale che i ballerini dovranno riconoscere se lo stile musicale è Milonguero oppure Salon ed interpretarlo secondo i tradizionali canoni stilistici e storici.

Le musiche avranno una durata massima di 3 minuti.

Le coppie in pista seguiranno una "ronda" ovvero una linea di ballo in senso antiorario e nessuna coppia si sposterà dalla ronda rispettando così le distanze tra la coppia che segue e la coppia che precede senza mai rompere la linea della ronda.

Il Tango non ha alcun obbligo di figure ma è fatto divieto assoluto, rompere l'abbraccio (separarsi anche solo con una mano), eseguire salti e tutte le figure che separano la coppia dall'abbraccio e le cui esecuzioni compromettono lo stare connessi.

La giuria deve tener conto del rispetto della musicalità di ogni coppia, l'abbraccio, tecnica, la connessione, l'interpretazione, l'eleganza e il movimento creato all'interno della ronda.

COMBINATA ARGENTINA (Tango, Milonga, Vals)

Programma libero, vige regolamento per il Tango, Milonga e Vals invece, hanno le stesse restrizioni del Tango, ma è importante eseguire la Milonga e il Vals come nel tradizionale stile rio-platense e differenziarne le interpretazioni.

TANGO DE ESCENARIO

Ogni coppia si esibirà singolarmente scegliendone la musica che sarà consegnata al Deejay, un'ora prima della competizione su CD con un'unica traccia oppure su una pen drive.

La musica scelta dalla coppia partecipante al Tango de Escenario, dovrà durare al massimo 3 minuti 30 secondi e può essere di Tango, Milonga oppure Vals ma non dovranno riguardare musica elettronica o tango-jazz (Piazzolla, Gotan Project, Bajofondo, Electrotango, Otros Aires ecc.).

La giuria terrà conto dell'esecuzione nello spazio dello scenario, tecnica, musicalità, interpretazione, originalità della coreografia.

CANYENGUE

Le coppie gareggeranno a gruppi con confronto diretto in tutti i turni.

Il numero delle coppie che forma il singolo gruppo è deciso dal Direttore di Gara.

Nel Canyengue, la coppia non può separarsi durante l'esecuzione del ballo, ovvero non può staccarsi all'abbraccio che è considerato la posizione basilare del Canyengue. Ciò significa che l'Uomo può occasionalmente distanziarsi dalla Donna per favorire l'esecuzione di determinate figure, solo estendendo il braccio destro con movimento elastico.

Affinché la posizione sia considerata corretta, il dorso della Donna deve essere sempre contenuto nell'abbraccio dell'Uomo.

Tutti i movimenti devono essere realizzati dentro lo spazio dell'abbraccio che forma la coppia.

La Giuria deve tener conto della enganche, della musicalità, dello stile, come punti fondamentali del giudizio.

Entro questi parametri si possono realizzare tutte le figure che sono di uso popolare e che vengono usate nelle "Milongas".

Sono esclusi i "saltos" o altre tecniche proprie del Tango.

Non sono ammesse (Volcadas e Colgadas).

Le coppie, come nelle "Milongas", dovranno traslare costantemente nella pista secondo senso antiorario.

La Competizione ha luogo su temi diversi di musiche di Canyengue, ad esempio: Canaro, Carabelli, Lo Muto, Ferrazzano, in ogni caso, di orchestre universalmente riconosciute nella tradizione del Canyengue.

La durata dei brani deve non deve superare i 3 minuti.

Abbigliamento Tango e Combinata Argentina e Canyengue

UOMO

Abito classico, doppio petto, o smoking di colore nero, blu o grigio a fondo unico, camicia bianca o nera, cravatta o papillon di qualunque colore ma a fondo unico ricordando di mantenere il decoroso rispetto verso la disciplina in cui si partecipa.

Si ricorda inoltre, che si sta partecipando ad una competizione i cui balli hanno una storia popolare di grande importanza e dunque, l'abbigliamento deve rispecchiare, la semplicità e l'eleganza.

DONNA

Gonna lunga fino ad un palmo sotto al ginocchio di qualsiasi colore unico o fantasia, le stoffe possono essere di qualsiasi tipo purché non siano trasparenti.

Top, corpetto che abbia la lunghezza sufficiente da congiungersi col il punto vita della gonna. Anch'esso può essere di qualunque colore unico oppure a fantasie purché non abbia trasparenze e si mantenga il semplice decoro di un ballo sociale e popolare e quindi, mantenendo l'eleganza e la semplicità.

Abbigliamento Tango De Escenario

UOMO

Abito classico, doppio petto, smoking di qualsiasi colore, camicia bianca, nera, blu o grigia, papillon o cravatta che sia in tono con l'abbigliamento e si ricorda che bisogna oltretutto rispettare la disciplina in cui si sta gareggiando, con l'eleganza e il decoro.

DONNA

Abito a taglio unico o gonna con top o corpetto, di qualsiasi colore e tipo di taglio. Le stoffe possono essere di libera scelta ed è consentita la trasparenza ma non assolutamente alle parti intime.

Acconciatura

UOMO: capelli corti o lunghi (raccolti) purché siano in ordine con pettinatura consona e uso del gel o cera per capelli.

DONNA: capelli raccolti con chignon per la disciplina Tango De Pista e Combinata, capelli raccolti con chignon o liberi nella disciplina Tango De Escenario. È consentito l'uso di applicazioni di mantenimento dei capelli semplici o con piccoli punti luce.

DANZE A SQUADRE (CHOREOGRAPHIC TEAM)

Categorie

- **Under 7**
- **Under 9**
- **Under 11**
- **Under 15**
- **Under 21**
- **OVER 16**
- **OVER 35**
- **OPEN**

Classi

- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**

Note

E' possibile inserire all'interno della squadra il 25% dei componenti fuori quota.

Esempio: un gruppo formato da quattro membri appartenenti alla categoria Under 11 può avere al massimo un elemento con età superiore agli undici anni.



In Rosso è evidenziato il fuori quota

Sotto categorie

Inoltre è possibile distinguere delle sottocategorie di appartenenza:

“Piccolo gruppo” una squadra composta da 4 a 9 atleti.

“Grande gruppo” una squadra composta da 11 atleti in poi.

Con 10 atleti è facoltativa l'iscrizione in entrambe le sottocategorie.

Non è possibile iscrivere un gruppo inferiore a 4 elementi.

Discipline

Le discipline sono:

- ✓ **SYNCHRO DANCE (SINCRONIZZATO)**
- ✓ **CHOREOGRAPHIC DANCE (COREOGRAFICO)**
- ✓ **SHOW DANCE**

SYNCHRO DANCE (SINCRONIZZATO)

Tutti le musiche e stili. **Durata brano massimo 3'00”.**

Il ballo sincronizzato prevede l'esecuzione, in perfetta sincronia, di movimenti, figure e variazioni di passi su base musicale libera. Sono ammessi tutti gli stili di ballo e deve essere premiata l'interpretazione espressa attraverso il linguaggio del corpo e la fluidità dello sviluppo coreografico, eseguito con dimostrazione di adeguate doti tecnico atletiche. Tutti i componenti del team devono eseguire contemporaneamente e nelle stesse direzioni passi e movimenti identici, mantenendo lo schieramento dall'inizio alla fine del brano: teste, braccia e gambe devono muoversi simultaneamente.

Non è consentito mettersi o togliersi indumenti o accessori durante l'entrata, l'esecuzione e l'uscita dalla pista (a discrezione del Direttore di Gara eventuale valutazione casi di esecuzioni particolari o dubbie rispetto la norma enunciata).

Tranne che nel finale, durante il ballo non sono ammesse prese e contatti di qualsiasi tipo, capriole e acrobazie varie: è pertanto precluso compiere qualsiasi rovesciamento dell'asse longitudinale del corpo. E' possibile utilizzare gli ultimi 10-20 secondi per terminare la prova con una variazione finale, completamente libera.

Non è ammesso l'ingresso in pista di persone diverse dai membri del team. Non si possono introdurre in pista elementi scenici. Al termine dell'esibizione i Team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

Il Sincronizzato può essere suddiviso in due stili:

Sincronizzato LATIN - con musica e coreografia esclusivamente latina (5 danze latine, danze caraibiche, danze argentine)

Sincronizzato OPEN – con tutti gli altri tipi di musica e coreografia che non rientrano nelle musiche latine

N.B.: Non devono essere considerate errate o fuori tempo le coreografie, su brani musicali Latino-Americane e Caraibiche, se danzati all'uno invece del due.

CHOREOGRAPHIC DANCE (COREOGRAFICO)

Tutti le musiche e stili. **Durata brano massimo 3'00"**. Sono ammessi tutti gli stili di ballo. La musica è libera. La squadra deve eseguire una prima parte - della durata di 15-20 secondi – di ballo sincronizzato, come per la Synchro Dance, in caso di competizione dove è prevista la suddivisione delle classi B e A quest'ultima potrà iniziare il Coreografico direttamente con la scomposizione a moduli. Poi deve utilizzare uno schema a moduli coreografici, che preveda la scomposizione del gruppo in più parti. I membri di ciascun modulo (composti minimo da 2 ballerini) dovranno attenersi ad uno schema sincronizzato pur potendo adottare direzioni diverse. La prova potrà essere terminata con la possibilità di utilizzare gli ultimi 15-20 secondi, con una variazione finale, completamente libera. E' vietato togliersi indumenti o accessori durante l'entrata, l'esecuzione e l'uscita dalla pista; non sono ammesse prese e contatti di ogni tipo, capriole e acrobazie varie: è pertanto precluso compiere qualsiasi rovesciamento dell'asse longitudinale del corpo. Non si possono introdurre in pista elementi scenici.

Il Coreografico può essere suddiviso in due stili:

Coreografico LATIN - con musica e coreografia esclusivamente latina (5 danze latine, danze caraibiche, danze argentine)

Coreografico OPEN – con tutti gli altri tipi di musica e coreografia che non rientrano nelle musiche latine

N.B.: Non devono essere considerate errate o fuori tempo le coreografie, su brani musicali Latino-Americane e Caraibiche, se danzati all'uno invece del due.

SHOW DANCE

Tutti le musiche e stili. **Durata brano massimo 4'00"**. Sono ammessi tutti gli stili di ballo. La musica è libera. Tutti i Ballerini eseguono prove libere da schemi coreografici e da moduli. La Show Dance è esente dalle limitazioni delle specialità di Ballo Sincronizzato e Coreografico. Possono essere usati minimi accorgimenti scenografici, esempio: sedie o altri accessori, purché gli oggetti siano portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti del Team.

Per la scenografia non sono ammessi elementi dinamici: in nessun caso alle Squadre può inoltre essere concesso il coinvolgimento e l'impiego di altre persone, animali o mezzi a motore.

Possono essere ballate parti "in coppia" ma con durata non prevalente rispetto al tempo totale del brano. Al termine dell'esibizione i Team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

PRO-AM: Over 16 Unica

Note

E' possibile inserire all'interno della squadra il 25% dei componenti fuori quota.

Esempio: un gruppo formato da quattro membri appartenenti alla categoria Over 16 può avere al massimo un elemento con età inferiore ai sedici anni

Tutti le musiche e stili. **Durata brano massimo 3'00"**.

La categoria PRO-AM prevede la competizione tra gruppi misti formati da Professionisti e Amatori, o dal Maestro/insegnante e i suoi allievi.

Per Tutte le musiche e stili di danza.

Sono ammessi tutti gli stili di ballo. La musica è libera.

Tutti i componenti eseguono prove libere da schemi coreografici e da moduli. La Show è esente dalle limitazioni delle specialità di Ballo Sincronizzato e Coreografico. Possono essere usati minimi

accorgimenti scenografici, esempio: sedie o altri accessori purché gli oggetti siano portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti del Team.

Per la scenografia non sono ammessi elementi dinamici: in nessun caso alle Squadre può inoltre essere concesso il coinvolgimento e l'impiego di altre persone, animali o mezzi a motore. Possono essere ballate parti "in coppia" ma con durata non prevalente rispetto al tempo totale del brano. Al termine dell'esibizione i Team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

NORME GENERALI GARA

Sono ammessi indifferentemente gruppi: maschili, femminili e misti.

Le uniche suddivisioni riguardano le categorie di età.

Possono essere formate squadre con atleti di diversa società sportiva.

Nessun singolo ballerino può gareggiare contro sé stesso; la stessa squadra - o parte di essa - può iscriversi in più discipline.

La Giuria sarà sistemata in maniera da favorire l'osservazione dello sviluppo coreografico da parte dei gruppi. Prima dell'inizio della competizione, al momento del "Check In", il Responsabile del Gruppo deve depositare il

CD contenente la sequenza dei brani scelti per la esecuzione delle prove

Per la competizione TRADIZIONALE si potrà consegnare:

CD a BRANO UNICO, registrato sulla TRACCIA 1 per la esecuzione della esibizione in gara, di durata come prevista da regolamento. Il DJ provvederà a sfumare il brano musicale se di durata superiore. CD a DOPPIO BRANO, con TRACCIA 1 di durata come da regolamento per le rispettive classi e categorie per la prima eliminatória e TRACCIA 2 di durata 1'30" minuti per le successive eliminatorie compresa la finale se previste dal regolamento o richieste dal programma gara.

La società sportiva, se propone lo stesso brano in più categorie con squadre diverse, è tenuta a consegnare un diverso CD per ogni gruppo in gara. La Segreteria di Gara provvederà alla numerazione dei dischi - secondo l'ordine di uscita - e alla consegna presso l'addetto alle musiche, che provvederà a controllarli prima dell'esecuzione. L'abbigliamento è libero ma deve essere di buon gusto, idoneo alla specialità e adatto ad una competizione sportiva. La posizione "START", presso i commissari di gara e che segna il punto di ingresso in pista, deve essere raggiunta dalla squadra entro l'orario fissato dall'organizzazione. I Team potranno essere chiamati in pista secondo l'ordine inverso a quello di iscrizione, facendo ballare per primi i gruppi iscritti per ultimi; per quanto possibile dovranno comunque essere separati i gruppi della stessa scuola e quelli con la stessa musica. La durata minima di ogni prova è fissata in 1 minuto e 30 secondi oltre al tempo massimo stabilito per la specialità, è a disposizione un totale di 30 secondi che possono essere utilizzati per entrata, posizionamento e uscita dalla pista: i gruppi non possono perciò indugiare in presentazioni e saluti. In ogni caso il D.J. ha l'obbligo di "sfumare" la musica allo scadere del limite fissato, a seconda della fase di gara, entro i successivi 5 secondi. In caso di necessità potrà essere utilizzata una copia di riserva del CD, che il responsabile del Team (normalmente presso la posizione START) deve avere con sé - insieme al disco originale - e consegnare prontamente al DJ: per disco difettoso, o altro grave motivo da valutarsi, la ripetizione di una prova interrotta dopo un minuto dal suo inizio potrà essere concesso, anche solo in parte, unicamente a discrezione del Direttore di Gara.

DANZE ARTISTICHE

Discipline

Le discipline sono:

- ✓ **Hip Hop**
- ✓ **Break Dance**
- ✓ **Dance Fitness**
- ✓ **Danze Orientali**
- ✓ **Country Line Dance**

Categorie

- **Under 7**
- **Under 9**
- **Under 11**
- **Under 15**
- **Under 21**
- **OVER 16**
- **OVER 35**
- **OPEN**

Classi

- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**
- B/Rising Stars – A/Advance**

HIP HOP

Lo stile Hip Hop prevede un'associazione di una coreografia di ballo su musica prettamente della disciplina.

Non è possibile portare oggetti di scena (tavoli, sedie, panche etc.), è possibile avere contatto tra gli atleti.

Il tempo di esecuzione consentito è di 3':30" oltre il quale il brano verrà sfumato.

Sono ammessi tutti gli stili storici e le contaminazioni della Hip Hop. Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia. Abbigliamento libero. Le coreografie devono prevedere movimenti tecnici propri dello stile che si sta eseguendo. Le coreografie può prevedere brevi sequenze di assolo, prese, salti, acrobazie e movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

BREAK DANCE

Per tutte le musiche e stili. **Durata brano massimo 3'00"**. Tutti i componenti del gruppo eseguono prove libere da schemi coreografici e da moduli. Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia. Sono ammessi oggetti scenici. Abbigliamento libero. Le coreografie devono prevedere movimenti tecnici propri dello stile che si sta eseguendo. Le coreografie può prevedere brevi sequenze di assolo, prese, salti, acrobazie e movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

DANCE FITNESS

Lo stile Fitness prevede un'associazione di una coreografia di ballo ad un esercizio cardio.

Il motivo musicale può essere Latino americano, musica commerciale o mix tra le due.

È consentito inoltre ballare in modello Synchro o Choreographic.

Il tempo di esecuzione consentito è di 3':00" oltre il quale il brano verrà sfumato.

ORIENTAL DANCE/ DANZE ORIENTALI

Raqs Sharqi e folklore orientale per tutte le musiche e stili.

Sono ammessi tutti gli stili compresi nella raqs sharqi, bellydance e folklore egiziano (raqs sharqi, balady, saidi, gawazi, hagalla, fella'hi, iskandarani, mowashat, arabo andaluso, flamenco arabo). Stili differenti sono ammessi purchè appartenenti al folklore mediorientale, magrebino o della tradizione araba direttamente riconducibili alla raqs sharqi.

Le coreografie devono prevedere passi e movimenti propri dello stile scelto.

- ✓ GRUPPO (min. 3 persone) Categorie: vedi Danze a Squadre
Durata brano massimo 3'00"
- ✓ DUO: Categorie: vedi Danze a Squadre
Durata brano massimo 3'00"
- ✓ ASSOLO: Categorie: vedi Danze a Squadre
Durata brano massimo 2'30"

FUSION

Tutti le musiche e stili. Durata brano massimo 3'00". Sono ammessi American tribal style, tribal fusion, bellydance abbinata ad altra tecnica di danza, in questo caso la contaminazione non deve superare il 50% dei movimenti della danza. L'uso di attrezzi è consentito, in ogni caso è ammesso solo se strettamente inerente lo stile presentato.

GRUPPO (min. 3 persone) Categorie: Vedi Danze a Squadre

Durata brano massimo 3'00".

DUO: Durata brano massimo 3'00".

ASSOLO: Durata brano massimo 2'30".

COUNTRY LINE DANCE

LINE DANCE – Singolo Principiante – Intermedio - Avanzato	
Ogni ballerino si confronterà su 1 coreografia decisa dalla Commissione Tecnica. Verrà inviato preventivamente agli iscritti lo step sheet e il filmato del ballo. Ogni gara avrà una sua coreografia.	
Categorie	La categoria di appartenenza viene determinata dall'età compiuta nell'anno di inizio stagione Under 10 → 0 -10 non compiuti Under 16 → 10-16 non compiuti Under 21 → 16 – 21 non compiuti Over 16 → dai 16 anni compiuti in su Over 30 → dai 30 anni compiuti in su Over 40 → dai 40 anni compiuti in su Over 50 → dai 50 anni compiuti in su Over 60 → dai 60 anni compiuti in su Le categorie verranno a loro volta suddivise in base al sesso
Requisiti	Aperta a tutti i ballerini di livello Principianti - Intermedio - Avanzato
Regole di base	Nel livello Principiante ogni ballerino dovrà eseguire la base della coreografia, nessuna variazione è permessa Nel livello Intermedio si possono effettuare varianti dopo la fedele esecuzione, in base allo script, del primo muro. Nel livello Avanzato si possono effettuare varianti dopo la fedele esecuzione, in base allo script, del primo muro.
Variazioni concesse	Principiante Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia solo durante l'introduzione e il finale della musica Intermedio Durante l'esecuzione della coreografia sono concesse variazioni per la durata massima di una battuta musicale. Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia anche durante l'introduzione e il finale della musica. Avanzato Durante l'esecuzione della coreografia sono concesse variazioni per la durata massima di due battute musicali. Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia anche durante l'introduzione e il finale della musica.
Limitazioni dei movimenti	Non sono ammessi salti, movimenti acrobatici, l'appoggio di una od entrambe le mani a terra, sedersi o scivolare. Il cappello dovrà rimanere in testa per tutta la durata dell'esecuzione (la regola vale anche per le donne, qualora decidessero di indossarlo). La postura dovrà essere composta con le mani nelle tasche, sulla cintura, con i pollici nei passanti o comunque con le mani ferme in una posizione ad eccezione dei movimenti contemplati dalla coreografia.
Musica	La musica avrà una durata massima di 3 minuti

Abbigliamento	<ul style="list-style-type: none"> a. Abbigliamento in stile country b. Cappello (obbligatorio solo per gli uomini) c. Stivali d. Camicia a maniche lunghe, jeans e cintura (obbligatori solo per gli uomini) e. L'abbigliamento non dovrà riportare alcun logo f. Nel caso in cui le donne indossano gonne che possono alzarsi durante il ballo, dovranno indossare degli short.
Note	In caso di mancanza di iscritti, le categorie verranno unificate a discrezione del Direttore di Gara.
LINE DANCE – Team	
Principiante – Intermedio - Avanzato	
<p>Ogni Team si confronterà su 1 coreografia decisa dalla Commissione Tecnica. Verrà inviato preventivamente agli iscritti lo step sheet e il filmato del ballo. Ogni gara avrà una sua coreografia.</p>	
Categorie	<p>La categoria di appartenenza viene determinata dall'età compiuta nell'anno di inizio stagione</p> <p>Under 10 → 0 -10 non compiuti</p> <p>Under 16 → 10-16 non compiuti</p> <p>Under 21 → 16 – 21 non compiuti</p> <p>Over 16 → dai 16 anni compiuti in su</p> <p>Over 30 → dai 30 anni compiuti in su</p> <p>Over 40 → dai 40 anni compiuti in su</p> <p>Over 50 → dai 50 anni compiuti in su</p> <p>Over 60 → dai 60 anni compiuti in su</p> <p>Le categorie verranno a loro volta suddivise in base al sesso</p>
Requisiti	Aperta a tutti i ballerini di livello Principianti - Intermedio - Avanzato
Regole di base	<p>Nel livello Principiante ogni Team dovrà eseguire la base della coreografia, <u>nessuna variazione è permessa.</u></p> <p>Nel livello Intermedio e Avanzato si possono effettuare varianti dopo la fedele esecuzione, in base allo script, del primo muro.</p>
Variazioni concesse	<p>Principiante Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia solo durante l'introduzione e il finale della musica.</p> <p>Intermedio Durante l'esecuzione della coreografia sono concesse variazioni per la durata massima di una battuta musicale. Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia anche durante l'introduzione e il finale della musica.</p> <p>Avanzato Durante l'esecuzione della coreografia sono concesse variazioni per la durata massima di due battute musicali.</p> <p>Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia anche durante l'introduzione e il finale della musica.</p>
Limitazioni dei movimenti	<p>Non sono ammessi salti, movimenti acrobatici, l'appoggio di una od entrambe le mani a terra, sedersi o scivolare.</p> <p>Il cappello dovrà rimanere in testa per tutta la durata dell'esecuzione (la regola vale anche per le donne qualora decidessero di indossarlo)</p> <p>La postura dovrà essere composta, con le mani nelle tasche, sulla cintura, con i pollici nei passanti o comunque con le mani ferme in una posizione ad eccezione dei movimenti contemplati dalla coreografia.</p>
Musica	La musica avrà una durata massima di 3 minuti
Abbigliamento	<ul style="list-style-type: none"> a. Abbigliamento in stile country b. Cappello (obbligatorio solo per gli uomini) c. Stivali d. Camicia a maniche lunghe, jeans e cintura (obbligatori solo per gli uomini) e. L'abbigliamento non dovrà riportare alcun logo. f. Nel caso in cui le donne indossano gonne che possono alzarsi durante il ballo, dovranno indossare degli short.
Note	In caso di mancanza di iscritti, le categorie verranno unificate a discrezione del Direttore di Gara.
COREOGRAPHIC	
Livello 1 – Livello 2	
<p>Ogni Team presenterà una coreografia inedita mai eseguita in pubblico</p> <p>Al momento dell'iscrizione il team dovrà presentare lo step sheet in inglese specificando: nome del ballo, Coreografo, count, wall, livello, musica e autore.</p> <p>L'esecuzione potrà avvenire in line o in cerchio e sono ammessi spostamenti della formazione</p>	
Categorie	La categoria di appartenenza viene determinata dall'età compiuta nell'anno di

	<p>inizio stagione Under 10 → 0 -10 non compiuti Under 16 → 10-16 non compiuti Under 21 → 16 - 21 non compiuti Over 16 → dai 16 anni compiuti in su Over 35 → dai 35 anni compiuti in su</p>
Requisiti	<p>Aperta a tutti i gruppi (minimo 4 elementi) di livello PRINCIPIANTE Aperta a tutti i gruppi (minimo 4 elementi) di livello INTERMEDIO/AVANZATO</p>
Regole di base	<p>Principiante Il ballo dovrà essere inedito e mai eseguito in pubblico. La coreografia potrà essere eseguita in line e/o partner dance, con la possibilità di utilizzare entrambe le tipologie. I muri non dovranno superare i 48 count, saranno permessi 2 tag al massimo di 16 count e 2 restart. Intermedio / Avanzato Il ballo dovrà essere inedito e mai eseguito in pubblico. La coreografia potrà essere eseguita in line e/o partner dance, con la possibilità di utilizzare entrambe le tipologie. In questo livello non ci sono limitazioni di count, tag e retart.</p>
Limitazioni dei movimenti	<p>Non sono ammessi salti, movimenti acrobatici, l'appoggio di una od entrambe le mani a terra, sedersi o scivolare. Il cappello dovrà rimanere in testa per tutta la durata dell'esecuzione. La postura dovrà essere composta con le mani nelle tasche, sulla cintura, con i pollici nei passanti o comunque con le mani ferme in una posizione. Sono permessi esclusivamente clap e slap. I movimenti dovranno essere country senza contaminazioni di altri stili di ballo.</p>
Musica	<p>E' consentita solo la musica prodotta da etichette country. La durata della coreografia non dovrà superare i 3,30 minuti.</p>
Abbigliamento	<p>a. Abbigliamento in stile country b. Cappello (obbligatorio solo per gli uomini) c. Stivali d. Camicia a maniche lunghe, jeans e cintura (obbligatori solo per gli uomini) e. L'abbigliamento non dovrà riportare alcun logo f. Nel caso in cui le donne indossano gonne che possono alzarsi durante il ballo, dovranno indossare degli short.</p>
Note	<p>In casa di mancanza di iscritti, le categorie verranno unificate a discrezione del Direttore di Gara.</p>
<p>PARTNER DANCE Livello 1 – Livello 2</p>	
<p>Ogni Coppia si confronterà su 1 coreografia decisa dalla Commissione Tecnica. Verrà inviato preventivamente agli iscritti lo step sheet e il filmato del ballo Ogni gara avrà una sua coreografia.</p>	
Categorie	<p>La categoria di appartenenza viene determinata dall'età compiuta nell'anno di inizio stagione Under 10 → 0 -10 non compiuti Under 16 → 10-16 non compiuti Under 21 → 16 - 21 non compiuti Over 16 → dai 16 anni compiuti in su Over 35 → dai 35 anni compiuti in su</p>
Requisiti	<p>Aperta alle coppie formate da uomo e donna di livello PRINCIPIANTE Aperta alle coppie formate da uomo e donna di livello INTERMEDIO</p>
Regole di base	<p>Nel livello Principiante ogni coppia dovrà eseguire la base della coreografia, nessuna variazione è permessa. Nel livello Intermedio si possono effettuare varianti dopo la fedele esecuzione, in base allo script, del primo muro.</p>
Variazioni Concesse	<p>Sono concessi movimenti non inerenti alla coreografia solo durante l'introduzione e il finale della musica.</p>
Musica	<p>La musica avrà una durata massima di 3 minuti.</p>
Abbigliamento	<p>a. Abbigliamento in stile country b. Cappello (obbligatorio solo per gli uomini) c. Stivali d. Camicia a maniche lunghe, jeans e cintura (obbligatori solo per gli uomini) e. L'abbigliamento non dovrà riportare alcun logo f. Nel caso in cui le donne indossano gonne che possono alzarsi durante il ballo, dovranno indossare degli short.</p>
Note	<p>In casa di mancanza di iscritti, le categorie verranno unificate a discrezione del</p>

	Direttore di Gara.
TWO STEP Livello 1 – Livello 2	
Ogni Coppia si confronterà su un'amalgamazione decisa dalla Commissione Tecnica. Verrà inviato preventivamente agli iscritti il filmato della sequenza. Ogni gara avrà una sua coreografia.	
Categorie	La categoria di appartenenza viene determinata dall'età compiuta nell'anno di inizio stagione Under 10 → 0 -10 non compiuti Under 16 → 10-16 non compiuti Under 21 → 16 – 21 non compiuti Over 16 → dai 16 anni compiuti in su Over 30 → dai 30 anni compiuti in su Over 40 → dai 40 anni compiuti in su Over 50 → dai 50 anni compiuti in su Over 60 → dai 60 anni compiuti in su
Requisiti	Aperta alle coppie formate da uomo e donna di livello 1 e livello 2 .
Regole di base	Livello 1 Tempo base: qqss - BPM: 180 -184 Livello 2 Tempo base: qqss - BPM: 182 -196 I ballerini dovranno mantenere il tempo base per tutta la durata della musica
Limitazioni dei movimenti	Durante l'introduzione i ballerini potranno utilizzare qualsiasi posizione di partenza ma dovranno iniziare l'amalgamazione da POSIZIONE CHIUSA. Non sono ammessi salti, movimenti acrobatici, l'appoggio di una od entrambe le mani a terra, sedersi, sdraiarsi, scivolare e abbassarsi. Il cappello dovrà rimanere in testa per tutta la durata dell'esecuzione (la regola vale anche per le donne qualora decidessero di indossarlo).
Musica	La musica avrà una durata massima di 2 minuti (oltre la durata dell'introduzione).
Abbigliamento	a. Abbigliamento in stile country b. Cappello (obbligatorio solo per gli uomini) c. Stivali d. Camicia a maniche lunghe, jeans e cintura (obbligatori solo per gli uomini) e. L'abbigliamento non dovrà riportare alcun logo f. Nel caso in cui le donne indossano gonne che possono alzarsi durante il ballo, dovranno indossare degli short.
Note	In caso di mancanza di iscritti, le categorie verranno unificate a discrezione del Direttore di Gara.

DANZE ACCADEMICHE

Discipline

Le discipline consentite sono:

- ✓ **Danza Classica**
- ✓ **Modern Dance**
- ✓ **Danza Contemporanea**

Categorie	Classe
• Giovanissimi 0/7 anni	Unica
• JUVENILES 8/11 anni	Unica
• Junior 12/15	Unica
• Senior 15/oltre	Unica

PRO-AM: Over 16

La categoria **PRO-AM** prevede la competizione tra gruppi misti formati da Professionisti e Amatori, o dal Maestro/insegnante e i suoi allievi.

Per Tutte le musiche e stili di danza. Sono ammessi tutti gli stili di ballo. La musica è libera. Tutti i componenti eseguono prove libere da schemi coreografici e da moduli. La Show è esente dalle limitazioni delle specialità di Ballo Sincronizzato e Coreografico. Possono essere usati minimi accorgimenti scenografici esempio: sedie o altri accessori purché gli oggetti siano portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti del Team. Per la scenografia non sono ammessi elementi dinamici: in nessun caso alle Squadre può inoltre essere concesso il coinvolgimento e l'impiego di altre persone, animali o mezzi a motore. Possono essere ballate parti "in coppia" ma con durata non prevalente rispetto al tempo totale del brano. Al termine dell'esibizione i Team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

CLASSIC DANCE/ DANZA CLASSICA

<u>GRUPPO (min. 3 persone)</u>	Durata brano massimo 3'30". Per tutte le musiche e stili. Le coreografie devono prevedere tecniche e stili propri del settore Classico.
<u>PASSO A DEUX</u>	Durata brano massimo 3'00". Per tutte le musiche e stili. Le coreografie devono prevedere tecniche e stili propri del settore Classico.
<u>ASSOLO</u>	Durata brano massimo 2'30". Per tutte le musiche e stili. Le coreografie devono prevedere tecniche e stili propri del settore Classico.

MODERN DANCE/ DANZA MODERNA E MODERN JAZZ

<u>GRUPPO (min. 3 persone)</u>	Durata brano massimo 3'30". Per tutte le musiche e stili. Sono ammessi tutti gli stili di danza: modern, modern jazz, jazz e funky. Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia. Sono ammessi oggetti scenici. Abbigliamento libero. Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo. Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, prese, spaccate, virtuosismi, movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.
--------------------------------	--

PASSO A DEUX

Durata brano massimo 3'00".

Per tutte le musiche e stili.

Sono ammessi tutti gli stili di danza: modern, modern jazz, jazz e funky.

Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia.

Sono ammessi oggetti scenici. Abbigliamento libero.

Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo.

Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, prese, spaccate, virtuosismi, movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

ASSOLO

Durata brano massimo 2'30".

Per tutte le musiche e stili.

Sono ammessi tutti gli stili di danza: modern, modern jazz, jazz e funky.

Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia.

Sono ammessi oggetti scenici. Abbigliamento libero.

Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo.

Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, spaccate, virtuosismi, movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

DANZA CONTEMPORANEA

Per tutte le musiche e stili. Sono ammessi tutti gli stili di danza contemporanea. Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia. Sono ammessi oggetti scenici. Abbigliamento libero. Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo.

Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, prese, spaccate, virtuosismi, movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

GRUPPO (min. 3 persone)

Durata brano massimo 3'30". Per tutte le musiche e stili. Abbigliamento libero.

libero.

Sono ammessi tutti gli stili di danza contemporanea.

Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia.

Sono ammessi oggetti scenici.

Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo. Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, prese, spaccate, virtuosismi, movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

PASSO A DEUX Durata brano massimo 3'00".

Per tutte le musiche e stili. Abbigliamento libero.

Sono ammessi tutti gli stili di danza contemporanea.

Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna, di stile, di movimento e di coreografia.

Sono ammessi oggetti scenici.

Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo. Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, prese, spaccate, virtuosismi, movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

ASSOLO Durata brano massimo 2'30".

Per tutte le musiche e stili. Abbigliamento libero.

Sono ammessi tutti gli stili di danza contemporanea.

Sono ammesse tutte le coreografie senza restrizione alcuna di stile, di movimento e di coreografia.

Sono ammessi oggetti scenici.

Le coreografie devono prevedere passi tecnici propri dello stile che si sta eseguendo.

Le coreografie possono prevedere brevi sequenze di assolo, spaccate, virtuosismi movimenti a terra e ribaltamenti della verticale del corpo.

BALLO SOCIALE

Categorie

- **Bambini e Ragazzi**
- **Adulti**
- **Senior**

Classi

Fino a 15 anni compiuti
16/40 anni compiuti
Da 41 anni oltre

Discipline

Le discipline sono:

Valzer Lento, Tango, Fox Trot, Valzer, Mazurca, Polka, Tango Argentino, Cha Cha Cha, Rumba, Jive, Paso Doble, Merengue, Salsa, Bachata, Beguine, Boogie Woogie, Rock'n Roll.

La Competizione si articolerà sul singolo ballo.

Scopo

I valori fondamentali del Ballo Sociale sono quelli di portare le persone a ballare per "Divertimento" e nello stesso tempo far sì che questo porti a "promuovere" e a far conoscere, sempre di più, l'immagine del ballo.

L'intento di questo Regolamento è quello di dare una guida generale per tutti gli Organizzatori ed un'indicazione per i partecipanti alle "Gare di Ballo Sociale" anche detto "Social Dance".

A livello regionale, in base alle realtà sul territorio, il presente regolamento potrà essere adattato alle esigenze specifiche.

Programmi

Liberi o attinenti ai Testi Ufficiali ANMB relativi al "Social Dance".

Staff Tecnico

Per un corretto svolgimento della competizione, la gara di Ballo Sociale, dovrà essere giudicata da Maestri di ballo professionisti diplomati in Ballo Sociale, qualora non fossero disponibili, deve essere giudicata da Maestri di ballo diplomati nella disciplina che dovranno giudicare.

Svolgimento delle Competizioni

In qualsiasi luogo idoneo ad ospitare tale manifestazione: Sale da Ballo, Palestre Scolastiche, ecc.

Una particolare accortezza da parte degli Organizzatori dovrà essere riservata alla presenza di Servizi Igienici idonei.

L'Organizzatore potrà trovare supporto per la miglior riuscita degli eventi (formulazione e distribuzione volantino pubblicitario, divulgazione, ecc) e per la strutturazione dello Staff Tecnico (giudici, verbalizzazione, ecc) rivolgersi al Consiglio Regionale.

Abbigliamento

Libero. No abiti da gara.