



DIPARTIMENTO SPORT PER TUTTI

REGOLAMENTO PER LE COMPETIZIONI
(DANZE E.Po.Ca
Etniche, Popolari e di Carattere)

DIPARTIMENTO	Settore	Discipline
SPORT PER TUTTI	DANZE E.PO.CA	Danze Orientali Flamenco Tap Dance Country Western Dance Afrolatine/Angolane

APPROVAZIONE	Organo/Funzione	Data
	Delibera del Consiglio Federale	29/07/2025

Le Danze Etniche, Popolari e di Carattere (E.Po.Ca.) comprendono balli folkloristici e danze originali di una qualsiasi nazione, regione o cultura del mondo. Tra le danze di carattere possono essere compresi i balli popolari inseriti in balletti tradizionali, opere liriche e teatrali.

Le Danze E.Po.Ca. comprendono in particolare le discipline:

DISCIPLINE	SPECIALITA'
DANZE ORIENTALI/BELLY DANCE	Oriental Dance, Folk Oriental Dance, Oriental Show Dance
FLAMENCO	Flamenco
TAP DANCE	Tap Dance
COUNTRY WESTERN	Solo, Couple dance, Team, Country Show Dance
DANZE /ANGOLANE	Danze angolane (afrolatine)

1. DANZE ORIENTALI/BELLY DANCE: parte generale

Per Oriental/Belly Dance si intende la disciplina che include tra le proprie specialità le danze del mondo arabo (medio-oriente/nord africa) inclusi il Raqs Sharqi (oriental dance) e le danze folkloristiche locali arabe che identificano le aree geografiche più attive in danza, musica e spettacolo.

In competizione queste discipline vengono suddivise in:

- Oriental Dance
- Folk Oriental Dance
- Oriental Show Dance

1.1 UNITÀ COMPETITIVE

Le discipline prevedono la seguente unità competitive:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
SOLO	gare individuali per singolo maschile*, singolo femminile, solo
DUO	femminile, maschile, misto
PICCOLO GRUPPO	squadra formata da 3 a 7 atleti
GRUPPO DANZA	squadra formata da 8 a 24 atleti

* Tipologia prevista nel solo Folk Oriental Dance e Oriental Show Dance

1.2 CATEGORIE

Facendo riferimento all'età dei componenti, l'unità competitiva è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
08/12 – JUVENILE	08/12 anni: componente più anziano ha tra gli 8 e i 12 anni
13/16 – JUNIOR	13/14 anni - JUNIOR I: il componente più anziano ha tra i 13 ed i 14 anni 15/16 anni - JUNIOR II: il componente più anziano ha tra i 15 ed i 16 anni
17/30 – ADULTI	17/30 anni: componente più anziano ha tra i 17 e i 30 anni
31/oltre – SENIOR	31oltre: il componente più anziano almeno nel 31° anno 31/49 anni: il componente più anziano ha tra i 31 e i 49 anni
Under 11	Atleti fino al 11° anno di età (fuori quota sino ai 13 anni)
Under 12	Atleti fino al 12° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Under 15	Atleti fino al 15° anno di età (fuori quota sino ai 17 anni)
Under 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 18 anni)
Over 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Over 17	Atleti dal 17° anno di età (fuori quota sino ai 15 anni)
Over 31	Atleti dal 31° anno di età nessun fuori quota
Over 50	Atleti dal 50° anno di età (fuori quota sino ai 40 anni)
OPEN	Partecipazione libera Per questa fascia di età non sono previste gare internazionali

1.3 ORIENTAL DANCE

La specialità si basa esclusivamente sullo stile Raqs Sharqi. Può contenere elementi di folklore, ma non devono essere dominanti. La coreografia e l'interpretazione devono mantenere un sapore mediorientale.

1.3.1 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SOLO FEMMINILE

CATEGORIE	08/12	13/14	15/16	17/30	31/49	50/oltre
CLASSI	C	C		C	C	C
	B	B		B	B	B
	A	A	A	A	A	A
	-	AS	AS	AS		AS

DUO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/49	50/oltre
CLASSI	C	C	C	C	C
	B	B	B	B	B
	A	A	A	A	A
	-	AS	AS		AS

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	C	C	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	U	U	U	U	U	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi “derogata a data da definirsi”.

1.3.2 Professional Division

Per i tesserati tecnici in attività agonistica sono previste le categorie e classi elencate nella tabella seguente:

SOLO FEMMINILE

CATEGORIE	18/oltre
CLASSI	PD

1.3.3 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

Per le unità solo e duo nei passaggi di selezione e semifinale la musica è scelta dal Responsabile delle musiche tra i brani scelti dal Settore Tecnico Federale. In finale ogni unità competitiva danzerà su musica propria. Per le unità gruppo la competizione avviene sempre su musica propria.

La musica da utilizzarsi è da ritenersi libera sebbene debba chiaramente appartenere al genere mediorientale e del mondo arabo. È consentito assemblare più porzioni di diversi brani musicali purché ben amalgamati, facendo attenzione alla struttura di frasi e tonalità.

La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C	1:30-2:00	1:30-2:00	1:45-2:30	2:00-3:00
B, A	1:45-2:15	1:45-2:15	-	-
AS, PD	2:00-3:00	1:45-2:15	-	-
U	-	-	2:00-3:00	2:30-3:00

1.3.4 NORME DI SPECIALITÀ

La coreografia deve essere costruita secondo i canoni del Raqs Sharqi, rispettando l'interpretazione dei ritmi presenti nel pezzo musicale e dei passaggi da un ritmo e l'altro. La coreografia deve mostrare l'abilità tecnica e artistica dell'atleta secondo la classe di appartenenza. La coreografia e l'immagine devono essere consone all'età dell'atleta.

Sono ammessi gli stili: Raqs Sharqi classico, Raqs Sharqi moderno, Raqs Sharqi Golden Era.

È ammesso l'utilizzo di accessori quali cimbali e velo singolo tradizionale.

Classe C. La coreografia deve comprendere solo movimenti basici eseguiti in maniera semplice, così come semplici dovranno essere le sequenze e le figure proposte. La scelta musicale dovrà essere orientata verso brani con struttura melodica e percussiva semplice, possibilmente senza variazioni. Non è ammesso il Tabla solo.

Classe B. La performance deve comprendere solo movimenti basici eseguiti in maniera semplice, mentre le sequenze e le figure proposte potranno avere variazioni di tipo semplice. La scelta musicale deve essere orientata verso brani con struttura melodica e percussiva non troppo complessa, senza eccessive variazioni. Il Tabla Solo in modalità non complesse (ben amalgamato musicalmente) non può essere superiore ad 1/3 del progetto coreografico.

Classe A, AS e PD. La coreografia dovrà comprendere movimenti e sequenze complesse ed una buona varietà di figure. La scelta musicale dovrà essere orientata verso brani con struttura articolata e diversi cambi ritmico/melodici. Il Tabla Solo ben amalgamato musicalmente, non dovrà essere superiore ad 1/3 dell'intera performance.

1.3.5 MOVIMENTI consentiti e non ammessi

Sono ammessi tutti i movimenti rientranti nello stile Raqs Sharqi.

Movimenti consentiti:

- Oriental dance floorwork; è ammessa la danza a terra in stile orientale, purché non risulti volgare, non superando un terzo della coreografia.
- Forward bend,
- Back bend non oltre i 90°.

Movimenti non ammessi:

- Acrobazie,
- Ponti,
- Spaccate,
- Lift,
- Grand jetè.

Per le categorie under 16 sono inoltre proibiti:

- Danza a terra (se non per l'interpretazione dei ritmi Khaliji con discesa a terra in ginocchio)
- Back bend oltre i 90°

1.3.6 MUSICA consentita e non ammessa

Musiche consentite:

- Routine orientali chiamate in "gergo" egiziano Megansè o Mejansè,
- Arabian pop cantate o non, purché non abbiano una predominanza di accentazione ritmica folkloristica,
- Le musiche comunemente denominate "Baladi Argentino", purché siano danzate nello stile Raqs Sharqi,
- Tabla solo: in modalità non complessa, purché ben amalgamato musicalmente e che non superi un terzo dell'intera coreografia.

Per la categoria under 12:

- Routine orientali chiamate in "gergo" egiziano Megansè o Mejansè in versione strumentale,
- Arabian pop cantate o non, purché non abbiano una predominanza di accentazione ritmica folkloristica, purché siano canzoni per bambini.

Musiche non ammesse:

- Musiche folkloristiche,
- Musiche con sonorità occidentali.

1.3.7 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

Durante tutti i passaggi di selezione e semifinale, per tutte le categorie e classi della tipologia solo, gli atleti saranno schierati in pista e danzeranno divisi in equi batterie; ogni batteria, sarà composta da massimo **12** atleti. Questi, danzeranno la musica proposta dall'organizzazione per:

- 30 secondi: tutti insieme;
- 1 minuto: a gruppi composti da massimo 4 atleti;
- 30 secondi: tutti insieme.

Per ogni batteria la tipologia della musica deve essere la medesima anche utilizzando brani differenti.

Nel turno di finale ogni atleta danzerà su musica propria

1.3.8 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D – TRIDIMENSIONALE

1.3.9 ABILITAZIONE

DO - DANZE ORIENTALI

1.3.10 ABBIGLIAMENTO

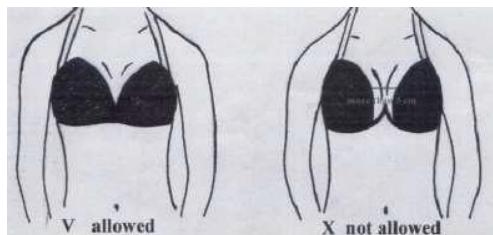
L'abbigliamento ed il trucco sono da ritenersi liberi purché consoni, decorosi, adeguati all'età ed al tema coreografico oltre che conformi a quanto descritto nella parte generale. Il reggiseno o top dovrà essere coprente e la gonna (dalla vita alle ginocchia) non trasparente. Le parti intime dovranno essere assolutamente coperte.

ATLETA FEMMINA

Norme generali

È possibile utilizzare sia il costume intero sia il costume a due pezzi (con o senza cintura).

È vietato utilizzare il reggiseno aperto o con ferretti fra una coppa e l'altra. Le coppe devono essere unite tra loro.



La gonna deve coprire completamente i glutei e l'area pelvica. In caso di spacco, lo stesso deve partire non più di 20 cm dalla cresta iliaca. ~~da metà coscia~~. L'uso di bikini e tanga è vietato (così come le applicazioni che riproducono il look "perizoma"). Sono vietati gli autoreggenti (così come applicazioni che alludano ad essi).

Vietato l'utilizzo di scarpe con tacco superiore a 1,50 cm.

Parte specifica

CLASSE C. Nell'abbigliamento ~~non ci possono~~ ~~dovere~~ essere applicazioni di stoffa, gale e balze; non ci devono essere invece applicazioni ~~che possono~~ ~~aumentare il volume del movimento del corpo~~ come frange, piume, fiori e gale, balze, plissettate, lacci e ~~qualsiasi tipo di altra lavorazione~~. Sono consentite le cinture di monetine tradizionali.

In particolar modo, **per la categoria 08/12 di tutte le classi:**

- Il costume dei bambini non deve distorcere l'aspetto naturale della loro età.
- Obbligo del costume intero, gonna lunga tradizionale o stilizzata.
- La scollatura deve seguire la linea del collo (non sono consentiti décolleté profondi).
- Le spalle devono essere coperte (il costume deve avere le maniche di qualsiasi lunghezza).
- Gli spacchi non devono superare l'altezza del ginocchio.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tutti i bambini di questa categoria devono avere il busto coperto (è consentito il tessuto tulle o pizzo, ma non color carne. Sono consentiti piccoli inserti color carne, non a livello del petto). <p>Non sono ammessi costumi fatti interamente con tessuto trasparente, lo stesso materiale può essere usato per elementi decorativi, maniche e per coprire le gambe. Proibiti i costumi fatti con tessuti color carne quando sott'intendono la nudità.</p> <p>Le parti intime del corpo (busto, glutei e area pubica) devono essere coperte con stoffa.</p>
DECORAZIONI ED EFFETTI LUMINOSI	<p>CLASSE C. Sono vietati strass, pailettes e decorazioni da essi composti.</p>
ACCONCIATURE, MAKE-UP, GIOIELLI, MONILI	<p>CLASSE C. Per la categoria 8/12 e 13/16 sono vietati i capelli artificiali, ornamenti per capelli, spray colorati o con brillanti. Sono vietati tutti i gioielli, bracciali, anelli, collane, orecchini a meno che questi ultimi non siano semplici punto luce.</p> <p>CLASSE B. Non ci sono restrizioni. Per la categoria 8/12 sono vietati i capelli artificiali. Per la categoria 13/16 sono concessi ornamenti per capelli. Tutto ciò che non è vietato è concesso.</p> <p>In particolar modo, <u>per la categoria 08/13 di tutte le classi</u> è consentito un trucco leggero, che non alteri l'età del bambino nell'immagine</p>

1.3.11 OGGETTI SCENICI

Sono consentiti accessori ed oggetti scenici essenziali quali velo o cimbali purché facciano parte complementare della coreografia. Non è consentito accendere le candele o utilizzare i fuochi.

Non è consentito alcun allestimento scenografico (sedie, fondali, quinte, pannelli, ecc.).

Al termine della performance, la pista deve essere lasciata sgombra e pulita. Sono consentiti accessori ed oggetti scenici essenziali quali veli o cimbali purché facciano parte complementare

1.4 FOLK ORIENTAL DANCE

Per Folk Oriental Dance intendiamo le danze folkloristiche appartenenti al Mondo Arabo (Medioriente e Nord Africa), in particolare quelle danze che hanno avuto fino ad ora un'attenzione particolare e diffusione da parte dai tecnici di danza sportiva.

La performance deve rigorosamente essere coerente alla specialità scelta per musica, costume, movimenti, atteggiamenti e interpretazione.

Le specialità ammesse sono:

Algerino	Ghawazee (Egitto)	Saidi femminile senza bastone (Egitto)
Baladi tradizionale (Egitto)	Hagalla (Egitto)	Saidi femminile con un bastone (Egitto)
Bambouti (Egitto)	Kawleya (Iraq)	Saidi maschile con due bastoni (Egitto)
Choobi (Iraq)	Khaliji (Golfo Persico)	Shaabi Tradizionale Egiziano
Dabke (Medio Oriente)	Libico	Shaabi Street Egiziano (Mahraganat)
Eskandarani (Egitto)	Marocchino	Shamadan (Egitto)
Eskandarani Melaya femminile (Egitto)	Mwashahat (Egitto)	Siwa (Egitto)
Fallahi (Egitto)	Nubiano (Egitto)	

Nella categoria Under 12 sono vietati gli stili Eskandarani con Melaya, Shamadan e Kawleya.

1.4.1 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SOLO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/49	50/oltre
CLASSI	C	C	C	C	C
	B	B	B	B	B
	A	A	A*	A*	A*
		AS*	AS*		AS*

* La tipologia prevista è solo femminile, **maschile**.

DUO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/49	50/oltre
CLASSI	C	C	C	C	C
	B	B	B	B	B
	A	A	A	A	A

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	C	C	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	U	U	U	U	U	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi “derogata a data da definirsi”.

1.4.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La competizione si svolge sempre su musica propria.

La musica da utilizzarsi è da ritenersi libera sebbene debba chiaramente appartenere al genere mediorientale e del mondo arabo. È consentito assemblare più porzioni di diversi brani musicali purché ben amalgamati, facendo attenzione alla struttura di frasi e tonalità. È consentito cantare il brano (effetto playback) in quanto loro caratteristica.

La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C	1:30-2:00	1:30-2:00	1:30-2:00	1:30-2:00
B, A e AS	1:45-2:15	1:45-2:15	-	-
U	-	-	2:00-3:00	2:30-3:00

1.4.3 NORME DI SPECIALITÀ

È sempre obbligatorio dichiarare in fase di iscrizione alla competizione la specialità che verrà presentata.

È proibito vestirsi in modo opposto al proprio sesso; il costume deve essere coerente con la propria immagine femminile o maschile, nel rispetto della tradizione di ogni singolo folklore.

La musica dovrà essere necessariamente appartenente allo stile folkloristico presentato.

Sono ammessi sia gli arrangiamenti old style che modern style, l'importante è che l'elemento folkloristico sia predominante.

Il Tabla solo in modalità non complessa è ammesso solamente nella specialità Baladi Tradizionale, purché sia ben amalgamato musicalmente e che non superi un terzo della coreografia.

Classe C. La coreografia deve comprendere solo movimenti basici eseguiti in maniera semplice, così come semplici dovranno essere le sequenze e le figure proposte. La scelta musicale dovrà essere orientata verso brani con struttura melodica e percussiva semplice, possibilmente senza variazioni. Il Tabla Solo in modalità non complesse (ben amalgamato musicalmente) non può essere superiore ad 1/3 del progetto coreografico. Non sono ammessi sollevamenti né acrobazie.

Classe B. La performance deve comprendere solo movimenti basici eseguiti in maniera semplice, mentre le sequenze e le figure proposte potranno avere variazioni di tipo semplice.

La scelta musicale deve essere orientata verso brani con struttura melodica e percussiva non troppo complessa, senza eccessive variazioni. Il Tabla Solo in modalità non complesse (ben amalgamato musicalmente) non può essere superiore ad 1/3 del progetto coreografico. Non sono ammessi sollevamenti né acrobazie.

Classe A e AS. La coreografia dovrà comprendere movimenti e sequenze complesse ed una buona varietà di figure. La scelta musicale dovrà essere orientata verso brani con struttura articolata e diversi cambi ritmico/melodici. Il Tabla solo ben amalgamato musicalmente, non dovrà essere superiore ad 1/3 dell'intera performance. Non sono ammessi sollevamenti né acrobazie.

1.4.4 Oggetti scenici

Sono consentiti gli accessori previsti dallo stile folkloristico prescelto, ed oggetti scenici purché facciano parte della coreografia. Non è consentito accendere le candele o utilizzare il fuoco.

Non è consentito alcun allestimento scenografico (sedie, fondali, quinte, pannelli, etc...).

Al termine della performance, la pista deve essere lasciata sgombra e pulita.

1.4.5 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D – TRIDIMENSIONALE

1.4.6 ABILITAZIONE

DO - DANZE ORIENTALI

1.4.7 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento ed il trucco devono essere strettamente legati allo stile folkloristico presentato, devono essere consoni, decorosi, adeguati all'età oltre che conformi a quanto descritto nella parte generale e nella parte relativa all'Oriental Dance in particolar modo per il reggiseno e gonna. Sono vietate calzature con tacco superiore a 1,5 cm, mentre si potrà danzare con scarpette basse, sandali schiava oppure a piedi nudi, fatta eccezione per la Danza Alessandrina con Melaya, in cui il tacco potrà raggiungere i 5 cm di altezza. È obbligatorio utilizzare i costumi caratteristici propri del genere proposto. È concesso l'utilizzo del trucco, consono all'immagine ed all'età dell'atleta ma limitatamente agli occhi.

1.5 ORIENTAL SHOW DANCE

L'Oriental Show Dance è una disciplina che si basa prevalentemente su tutti i diversi stili di Danze Orientali. Possono essere inserite contaminazioni coreografiche derivanti da qualsiasi altra tecnica di danza, purché la tecnica orientale rimanga predominante e chiaramente distinguibile da parte dei Giudici di gara.

1.5.1 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SOLO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/49	50/oltre
CLASSI	B	B	B	B	B
	A	A	A*	A*	A*
	AS*	AS*	AS*		

* La tipologia prevista è solo femminile, **maschile**.

DUO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/49	50/oltre
CLASSI	B	B	B	B	B
	A	A	A	A	A

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	U	U	U	U	U	U

Per la disciplina Oriental Show Dance, è prevista la tipologia solo/duo/gruppo di classe C al capitolo 5 “modalità freestyle” del regolamento di settore di Danze Coreografiche.

1.5.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La competizione si svolge sempre su musica propria.

È consentito assemblare più porzioni di diversi brani musicali purché ben amalgamati, facendo attenzione alla struttura di frasi e tonalità.

La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C	1:30-2:00	1:30-2:00	-	-
B, A e AS	1:45-2:15	1:45-2:15	-	-
U	-	-	2:00-3:00	2:30-3:00

1.5.3 NORME DI SPECIALITÀ

La disciplina ha come elemento fondamentale e caratteristico la creazione di una coreografia originale a tema od a trama, ma che venga danzata nella sua maggior parte utilizzando la tecnica orientale. Tutte le coreografie sono libere da schemi o limitazioni. Il tema della performance e la coreografia devono essere sviluppati in modo appropriato rispetto all'età dei competitori e non devono contenere movimenti volgari o suggestivi che non siano appropriati. Non possono essere ballati temi morbosi o musiche nel cui contenuto ci siano parole esplicitamente sessuali, tanto meno "suoni" non consentiti.

Per le categorie 08/12 c'è il divieto di eseguire ogni tipo di lift (quando un atleta, sollevato da un altro atleta, si stacca da terra con entrambi i piedi), mentre nelle categorie 13/16 e Over 17 (e superiori) non vi sono limitazioni.

Sono ammessi brevi ed occasionali tratti di acrobazia

Classe C. La coreografia deve comprendere solo movimenti basici eseguiti in maniera semplice, così come semplici dovranno essere le sequenze e le figure proposte. La scelta musicale dovrà essere orientata verso brani con struttura melodica e percussiva semplice, possibilmente senza variazioni.

Classe B. La performance deve comprendere solo movimenti basici eseguiti in maniera semplice, mentre le sequenze e le figure proposte potranno avere variazioni di tipo semplice.

La scelta musicale deve essere orientata verso brani con struttura melodica e percussiva non troppo complessa, senza eccessive variazioni.

Classe A e AS. La coreografia dovrà comprendere movimenti e sequenze complesse ed una buona varietà di figure. La scelta musicale dovrà essere orientata verso brani con struttura articolata e diversi cambi ritmico/melodici.

1.5.4 OGGETTI SCENICI

Sono consentiti piccoli allestimenti scenografici (sedie, fondali, quinte, pannelli, etc...) purché essi siano funzionali alla coreografia, attinenti al tema proposto, allestiti e rimossi dal palco solo ed esclusivamente dagli atleti che facciano parte della stessa performance. Al termine della performance, la pista deve essere lasciata sgombra e pulita. In nessun caso agli atleti è concesso il coinvolgimento e l'impiego di altre persone, animali, fiamme libere o mezzi a motore. I competitori non possono avvalersi dell'ausilio di elementi scenografici dinamici a carattere elettrico o elettronico. Sono consentiti accessori ed oggetti scenici essenziali (coltelli finti, spade finti, nastri, ventagli, Ali di Iside, ecc.) che facciano parte integrante della coreografia a patto che siano solidali al competitore e non pericolosi verso terzi.

Non è possibile accendere le candele o utilizzare il fuoco.

1.5.5 SISTEMI DI GIUDIZIO

4D – QUADRIDIMENSIONALE

1.5.6 ABILITAZIONE

DO - DANZE ORIENTALI

1.5.7 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento ed il trucco sono da ritenersi liberi purché consoni, decorosi, adeguati all'età ed al tema coreografico oltre che conformi a quanto descritto nella parte generale. Sono ammesse calzature tecniche con tacco, scarpette basse, sandali schiava oppure piedi nudi.

È proibito l'uso di costumi e maschere che nascondino eccessivamente la tecnica e il progetto coreografico.

2. TAP DANCE

Elemento fondamentale della Tap Dance è la fusione tra musica e tecnica nel rispetto non solo del tempo musicale ma del ritmo e dell'arrangiamento creati attraverso il suono delle *claquette* (scarpe da tap), in una libera e complessa esecuzione tra tempi forti, deboli, sincopati, tempi e controttempi. Sono consentiti tutti i generi musicali e gli stili: Rhythm, Hoofing, Clog, Military, Latin and Musical Theater, Swing Tap, Street Tap, ed ogni forma di nuova fusione e contaminazione tecnica e stilistica.

2.1 UNITÀ COMPETITIVE

Le discipline prevedono la seguente unità competitive:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
SOLO	gare individuali per singolo maschile, singolo femminile, solo
DUO	femminile, maschile, misto
PICCOLO GRUPPO	PG/T - squadra formata da 3 atleti PG - squadra formata da 4 a 7 atleti
GRUPPO DANZA	squadra formata da 8 a 24 atleti
PRODUCTION	squadra formata da almeno 25 atleti

2.2 CATEGORIE

Facendo riferimento all'età dei componenti, l'unità competitiva è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETÀ	CATEGORIE
08/12 – JUVENILE	08/12 anni: componente più anziano ha tra gli 8 e i 12 anni
13/16 – JUNIOR	13/16 anni: componente più anziano ha tra i 13 e i 16 anni
17/30 – ADULTI	17/30 anni: componente più anziano ha tra i 17 e i 30 anni
31/oltre – SENIOR	Il componente più anziano almeno nel 31° anno
Under 11	Atleti fino al 11° anno di età nessun fuori quota
Under 12	Atleti fino al 12° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Under 15	Atleti fino al 15° anno di età (fuori quota sino ai 17 anni)
Under 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 18 anni)
Over 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Over 17	Atleti dal 17° anno di età (fuori quota sino ai 15 anni)
Over 31	Atleti dal 31° anno di età nessun fuori quota
Over 50	Atleti dal 50° anno di età (fuori quota sino ai 40 anni)
OPEN	Partecipazione libera Per questa fascia di età non sono previste gare internazionali

2.3 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SOLO, DUO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/oltre
CLASSI	C	C	C	C
CLASSI	U	U	U	U

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	C	C	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	U	U	U	U	U	U

PRODUCTION

CATEGORIE	OPEN
CLASSI	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi “derogata a data da definirsi”.

2.4 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La competizione si svolge sempre su musica propria, sempre appropriata al genere di coreografia presentata. È consentito assemblare più porzioni di diversi brani musicali per la composizione coreografica. La base musicale non deve prevedere alcun suono di Taps e non possono essere usati più di trenta secondi di melodia “a cappella” o di silenzio (niente musica). L’eventuale assenza della musica non può essere pianificata all’inizio ma solo come intermezzo del brano musicale.

La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO DUO	PICCOLO GRUPPO Trio	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA	PRODUCTI ON
C	1:30-1:45	1:30-1:45	1:30-2.00	1:30-2.00	-
U	1:45-2:15	1:45-2:15	2:30-3:00	2:30-4:00	5:00-8:00

2.5 NORME DI SPECIALITÀ

È vietato l’utilizzo del “gingle” (claquettes allentate appositamente per l’esecuzione) per tutte le categorie e classi. Se l’allentamento delle claquettes avviene accidentalmente durante la performance, l’atleta al termine dell’esecuzione dovrà subito avvisare dell’accaduto il Direttore di Gara.

La categoria 8/12 e Under 12 può salire sulle punte solo per un beat, (una battuta) anche più volte durante la coreografia; l’uso per più battute consecutive è vietato.

Nei Campionati Italiani dovranno essere previsti i microfoni direzionali per consentire una migliore amplificazione dei suoni prodotti dalle Claquettes.

Classe C. La coreografia potrà comprendere solo i seguenti passi:

- Stamp
- Step
- Spring
- Hop
- Hell Tap/Beat
- Toe Tap/Beat
- Pick up singolo

I sopra riportati passi non potranno essere mai effettuati su entrambe i piedi contemporaneamente.

Nella classe C, i suoni prodotti dall’atleta sono improntati principalmente sui tempi delle battute musicali e dei contrattemi semplici.

Esempio: ogni suono prodotto dalle claquettes sottolinea un battito musicale ed a metà o fine frase musicale oppure su entrambi vengono inseriti semplici contrattemi.

Esempio di conteggio: 1 2 3&4 – 5 6 7&8

Sono comunque ammessi anche due o tre suoni su un battito musicale, per esempio, una “chiave” di otto suoni può essere danzata su quattro battiti musicali: &1 &2 &3 &4 e così via sino all’otto.

Anche nella categoria C è richiesto al ballerino una corretta postura ed un minimo di coordinamento braccia-gambe, arricchendo la sua performance con semplici spostamenti direzionali danzati e rotatori.

In sintesi, la coreografia dovrà comprendere solo movimenti e tecnica adatti alla preparazione e al livello degli atleti eseguiti in maniera corretta, senza obblighi tecnici o stilistici.

Classe U. La coreografia dovrà comprendere movimenti e sequenze complesse ed una buona varietà di figure. Sono ammesse parti acrobatiche, non preponderanti rispetto alla coreografia, a partire dalla categoria Over 16 e tutti gli stili. Non sono ammessi jungle Taps, doppi Taps e doppie Claquettes.

2.5.1 Oggetti scenici

Sono consentiti piccoli allestimenti scenografici (sedie, fondali, quinte, pannelli, etc) quando installati e rimossi in un solo passaggio direttamente dagli atleti impegnati nella performance; al termine della performance stessa, la pista deve essere lasciata sgombra e pulita. Sono consentiti accessori ed oggetti scenici essenziali quando solidali al costume ed in nessun caso pericolosi verso terzi.

2.6 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D – TRIDIMENSIONALE

2.7 ABILITAZIONE

TD - TAP DANCE

2.8 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento ed il trucco sono da ritenersi liberi purché coerenti alla presentazione, decorosi, adeguati all'età ed al tema coreografico oltre che conformi a quanto descritto nella parte generale. Sono obbligatorie le calzature tecniche con claquettes e anche i roller (pattini) richiesti nella tecnica Roller skate tap.

3. FLAMENCO

Sotto questa denominazione sono riuniti tutti gli stili (“palos”) che appartengono al movimento culturale Flamenco, danze che si differenziano tra loro per luogo d’origine, misura ritmica, posizione degli accenti all’interno della frase musicale, velocità (es: Sevillanas, Tangos, Siguiriya, Farruca, Rumbas, Soleà, Alegrias ecc.). A scopo competitivo, attualmente, non si intende affrontare nessuna differenza stilistica quindi, i danzatori, potranno scegliere di presentare uno di questi stili. Verranno quindi valutate la forma e le caratteristiche tecniche comuni: llamadas, marcajes y tecnica corporal, escobillas, remates y cierres.

3.1 UNITÀ COMPETITIVE

Le discipline prevedono la seguente unità competitive:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
SOLO	gare individuali per singolo maschile, singolo femminile, solo
DUO	femminile, maschile, misto
PICCOLO GRUPPO	squadra formata da 3 a 7 atleti
GRUPPO DANZA	squadra formata da 8 a 24 atleti

3.2 CATEGORIE

Facendo riferimento all’età dei componenti, l’unità competitiva è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
08/12 – JUVENILE	08/12 anni: componente più anziano ha tra gli 8 e i 12 anni
13/16 – JUNIOR	13/16 anni: componente più anziano ha tra i 13 e i 16 anni
17/30 – ADULTI	17/30 anni: componente più anziano ha tra i 17 e i 30 anni
31/oltre – SENIOR	Il componente più anziano almeno nel 31° anno
Under 11	Atleti fino al 11° anno di età nessun fuori quota
Under 12	Atleti fino al 12° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Under 15	Atleti fino al 15° anno di età (fuori quota sino ai 17 anni)
Under 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 18 anni)
Over 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Over 17	Atleti dal 17° anno di età (fuori quota sino ai 15 anni)
Over 31	Atleti dal 31° anno di età nessun fuori quota
Over 50	Atleti dal 50° anno di età (fuori quota sino ai 40 anni)
OPEN	Partecipazione libera. Per questa fascia di età non sono previste gare internazionali

3.3 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l’anno di nascita dei singoli componenti l’unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi “derogata a data da definirsi”.

SOLO, DUO

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/oltre
CLASSI	C	C	C	C
CLASSI	U	U	U	U

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	C	C	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO, GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	Over 31	Over 50	OPEN
CLASSI	U	U	U	U	U	U

3.4 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La competizione avviene sempre su musica propria.

La musica da utilizzarsi è da ritenersi libera ma appropriata al genere di coreografia presentata. È consentito assemblare più porzioni di diversi brani musicali, in ogni caso la base musicale deve appartenere al Flamenco sia tradizionale che più moderno e non può essere inciso alcun suono di ZAPATEO; è ammesso l'inserimento di intermezzi musicali solo percussivi (TAPADOS) oppure solo cantati (PALO SECO) ma non preponderanti rispetto alla durata del brano.

La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti massimi:

CLASSE	SOLO DUO	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C e U	2:00/3:00	2:30/3:30	3:00/4:00

3.5 NORME DI SPECIALITÀ

Classe C. La coreografia dovrà comprendere solo movimenti di base eseguiti in composizioni semplici. Devono essere proposte coreografie strutturate con Compases tradizionali e di folklore a scelta tra: tangos, rumbas, alegrías o sevillanas e comunque di ritmo non composto (binario o ternario).

Classe U. La coreografia dovrà comprendere movimenti e sequenze complesse ed una buona varietà di figure. Sono consigliate coreografie create su Compases in 4 tempi (tangos, tiento, garrotin, etc) od in 12 tempi (cantinas y alegrías, solea, guajira, seguriya/martinete, etc).

Per la classe PD, non sono previste limitazioni nella scelta del Compas. Utilizzo di composizioni di passi, figure e soluzioni coreografiche complesse; componenti ritmiche (zapateado) articolate. Le coreografie possono contenere elementi tradizionali e/o contemporanei, fusion ma non in maniera preponderante rispetto l'intero progetto coreografico.

3.5.1 Oggetti scenici

Sono consentiti piccoli allestimenti scenografici (siede, fondali, quinte, pannelli, etc) quando installati e rimossi in un solo passaggio direttamente dagli atleti impegnati nella performance; al termine della performance stessa, la pista deve essere lasciata sgombra e pulita.

Sono consentiti accessori ed oggetti scenici essenziali quando solidali al costume ed in nessun caso pericolosi verso terzi.

In particolare possono essere utilizzati accessori legati direttamente al Flamenco: manton, bata de cola, bastone, abanicos etc

3.6 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D – TRIDIMENSIONALE

3.7 ABILITAZIONE

FL - FLAMENCO

3.8 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento e il trucco sono da ritenersi liberi purché coerenti alla presentazione, decorosi, adeguati all'età ed al tema coreografico oltre che conformi a quanto descritto nella Parte Generale. È raccomandato l'utilizzo di calzature idonee e tradizionalmente previste per questa specialità di danza, **con e senza chiodi**.

4. COUNTRY WESTERN DANCE

L'abbigliamento e la musica sono gli elementi principali che contraddistinguono questi balli; gli stivali e il cappello da Cowboy, uniti alle sonorità della musica country, rendono questa disciplina unica e speciale. La musica country, a differenza di altri generi musicali, ha una grossa varietà ritmica ed è proprio sfruttando questa varietà che le competizioni di Country Western Dance possono assimilarsi ad una combinata di balli, dagli stili di ballo più classici come il Waltz e il Cha Cha a quelli tipici dell'American Style come il Two Step e il West Coast, ognuno con la sua ritmica caratteristica.

Le ritmiche utilizzate nella Country Western Dance sono 8:

1. Waltz
2. Two Step
3. Triple Two Step
4. Night Club Two Step
5. West Coast Swing
6. East Coast Swing
7. Polka
8. Cha Cha

Ad ogni ritmica è associato un “motion” (movimento) che la caratterizza:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
LILT	Polka, East Coast Swing
CUBAN	Cha Cha
SMOOTH	West coast swing, Night club Two step, Two step, Triple two step
RISE & FALL	Waltz

4.1 UNITÀ COMPETITIVE

Le discipline prevedono la seguente unità competitive:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
SOLO	Line Dance (maschile, femminile)
COUPLE	Couple Dance
TEAM	Line Dance Team (squadra formata da minimo 4 a massimo 12 atleti)
DUO	Unità competitiva formata da due atleti
GRUPPO	Squadra formata da un minimo di 6 ad un massimo di 16 atleti

4.2 CATEGORIE

Facendo riferimento all'età dei componenti, l'unità competitiva è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
08/12	Il componente più anziano fino all'12° anno
13/16	Il componente più anziano ha tra 13 e 16 anni
17/30	Il componente più anziano ha tra 17 e 30 anni
31/45	Il componente più anziano ha tra 31 e 45 anni
46/oltre	Il componente più anziano almeno nel 46° anno
OPEN	Partecipazione libera

4.3 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SOLO (maschile e femminile)

CATEGORIE	08/12	13/16	17/30	31/45	46/oltre
CLASSI	C2	C2	C2	C2	C2
	C1	C1	C1	C1	C1
	B	B	B	B	B
	A	A	A	A	A

COUPLE DANCE

CATEGORIE	08/12	13/16	17/oltre
CLASSI	C	C	C
	B	B	B
	A	A	A

TEAM

CATEGORIE	08/12	OPEN
CLASSI	-	C2
	C	C1
	U	U

COUNTRY SYNCHRO DUO (DUO)

CATEGORIE	OPEN
CLASSE	C
	U

COUNTRY SHOW DANCE (SQUADRA)

CATEGORIE	OPEN
CLASSE	U

Per la disciplina Country Show Dance, è prevista la tipologia solo/duo/gruppo di classe C al capitolo 5 “modalità freestyle” del regolamento di settore di Danze Coreografiche.

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi “derogata a data da definirsi”.

4.3.1 Professional division

Per i tesserati tecnici in attività agonistica sono previste le categorie e classi elencate nella tabella seguente:

SOLO (maschile e femminile), **COUPLE DANCE**

CATEGORIE	18/oltre
CLASSI	PD

4.4 CARATTERISTICA E DURATA DEI BRANI MUSICALI

Per tutte le specialità, ad eccezione dello Show, la musica è predefinita.

Il Settore Tecnico stabilisce i programmi, le coreografie e le musiche da utilizzare.

Il Responsabile delle musiche determinerà lo start indicando i conti: 5–6–7–8.

La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti:

CLASSE	SOLO COUPLE	TEAM	COUNTRY SYNCHRO DUO	COUNTRY SHOW DANCE
TUTTE	max 2:15	max 2:15	min 1:45 max 2:15	min 2:00 max 3:00

4.5 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

Gli *StepSheet* (sequenza di passi) delle coreografie, per quanto riguarda il solo e il team, la musica per il synchro duo e i titoli dei possibili brani per il Couple Two Step e Couple West Coast Swing, sono disponibili nell'area dedicata al settore tecnico del sito web federale.

L'inizio della competizione va preceduto da una sessione di *Warm Up* nella quale per 30 secondi i competitori potranno scaldarsi ed ascoltare le musiche che poi verranno utilizzate.

SOLO

La competizione si disputa su musica predefinita indicata nello *StepSheet*.

In linea con gli standard internazionali la musica potrà essere country o non country.

Il Responsabile delle musiche può cambiare la musica tra quelle previste mantenendo inalterato il ritmo e la velocità; per le musiche che prevedono TAG o RESTART la musica rimarrà invariata.

Le procedure di gara sono di seguito descritte: prova di singolo maschile o femminile.

A seconda della classe di appartenenza dovranno essere eseguite una o più coreografie con caratteristiche di "motion" distinte come sotto riportato:

LILT	CUBAN	SMOOTH	RISE & FALL	NOVELTY
C	C	C	-	-
B, A, PD	B, A, PD	B, A, PD	B, A, PD	A, PD

L'ordine con il quale devono essere eseguite le coreografie è il seguente: Lilt, Cuban, Smooth, Rise & Fall, Novelty.

Le coreografie dovranno essere eseguite una alla volta nell'ambito della stessa classe per tutte le categorie previste.

Nel solo femminile, l'atleta ha la possibilità di togliersi il cappello tra una coreografia e l'altra posandolo a bordo pista per poi recuperarlo alla fine della competizione.

Per tutte le classi è prevista la possibilità di effettuare il cambio d'abito dopo il Cuban. Devono quindi essere previsti almeno 10 minuti tra la competizione di Cuban e quella di Smooth.

Per le classi B, A e PD, è previsto inoltre un ulteriore cambio d'abito per il Rise&Fall. Devono quindi essere previsti almeno 10 minuti tra la competizione di Smooth e quella di Rise&Fall.

Per le classi A e PD, è previsto inoltre un ulteriore cambio d'abito per il Novelty. Devono quindi essere previsti almeno 10 minuti tra la competizione di Rise & Fall e quella di Novelty.

Gli atleti si dovranno disporre sulla pista nell'ordine di chiamata, occupando più linee parallele in funzione dello spazio disponibile. Si posizioneranno con le spalle ai giudici per consentire di verificare l'esatta corrispondenza del numero di gara con la scheda di giudizio. Si volteranno poi fronte giudici per il via della competizione.

COPPLE DANCE

La competizione avrà luogo su musica predefinita.

La coppia può iniziare la propria routine quando lo ritiene opportuno dal momento che parte la musica, in un punto qualunque della pista da ballo, purché non interferisca con lo spazio di altre coppie.

Sono vietati sollevamenti e movimenti acrobatici e figure in cui la testa di uno dei componenti sia più bassa del ginocchio del partner. Ad eccezione delle classi B, A e PD, non sono permesse figure con la coppia sconnessa a meno dei free spin (giri liberi).

Oltre al rispetto del motion, deve sempre essere evidente la tecnica del *lead and follow*.

La posizione di partenza è libera ad eccezione della classe C per la quale è obbligatoria la posizione chiusa. La coreografia è libera, la musica è scelta dal responsabile delle musiche nel rispetto della seguente tabella, in termini di BPM.

BPM	C	B, A, PD
Two Step	178 – 190	188 – 200
West Coast Swing (Country Style)	102 – 114	102 – 114

Per le coppie di classe C sono ammesse solo figure che rispettano il ritmo base indicato nella tabella seguente:

Balllo	Movimento	Tempo	Ritmo base	Accento
Two step	Flat (smooth)	4/4	QQS S (1235) – QQS QQS (123 567) QQQQS S (123457)	Second Slow
West Coast Swing (Country Style)	Flat (smooth) Semi-Cuban	4/4	1 2 3a4 5a6 – 1 2 3a4 5 6 7a8	2 4 6 2 4 6 8

Sono ammesse competizioni separate di Two Step e West Coast Swing. Avremo quindi Couple Dance Country Two Step e Couple Dance Country West Coast Swing con classifiche separate e possibilità di iscrizione separata.

Per le competizioni ufficiali le due specialità (Country Two Step e Country West Coast Swing) costituiranno una gara unica e saranno giudicate in combinata.

TEAM

La competizione avrà luogo su musica predefinita. Il Responsabile delle musiche può cambiare la musica tra quelle previste mantenendo inalterato il ritmo e la velocità; per le musiche che prevedono TAG o RESTART la musica rimarrà invariata.

La formazione di partenza dovrà essere mantenuta durante tutta l'esecuzione della prova.

È permesso l'inserimento di una intro nei counts che precedono l'inizio della coreografia.

COUNTRY SYNCHRO DUO

I duo si esibiranno in batteria; al massimo potranno essere previsti 4 duo in contemporanea. Ogni ASA può portare in gara più duo.

Lo stesso atleta può competere in un solo duo presentato dalla propria ASA.

Gli atleti presenteranno, su musica predefinita (scelta dal responsabile delle musiche) la propria coreografia la cui esecuzione deve essere in perfetta sincronia.

COUNTRY SHOW DANCE

Unità gruppo. I gruppi iscritti si esibiranno uno alla volta. Ogni ASA può portare in gara più gruppi.

Lo stesso atleta può competere in uno solo dei gruppi presentati dalla propria ASA. Può essere utilizzata una qualsiasi canzone o medley di canzoni purché tutte riconosciute country.

Una canzone viene considerata Country qualora abbia almeno due dei seguenti requisiti:

- a) è stata in una classifica di Country music nazionale o internazionale;
- b) è eseguita da una band country;
- c) l'artista deve essere chiaramente identificato come artista country.

La coreografia può prevedere parti esibite in linea e relative varianti (contra, circle) o in coppia. Originalità, Musicalità, Coordinazione e Sincronismo sono gli elementi fondamentali per la valutazione dei giudici.

CLASSE C2.

Per le tipologie di unità competitive in solo e in team line dance, gli atleti dovranno attenersi alle coreografie obbligatorie (step sheet) pubblicati sul sito federale nella sezione tecnica.

4.6 SISTEMI DI GIUDIZIO

SK – SKATING

4D – QUADRIMENSIONALE (per il Country Show Dance)

4.7 ABILITAZIONE

CW – COUNTRY WESTERN

4.8 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento ed il trucco, quest'ultimo concesso solo a partire dalle categorie Juniors (12/15 e Under 15 anni), sono da ritenersi liberi purché coerenti alla presentazione, decorosi, adeguati all'età ed al tema coreografico oltre che conformi a quanto descritto nella parte generale. Inoltre:

- a) è obbligatorio il rispetto dei principi di sobrietà, eleganza e mantenimento della cultura Western, nei canoni tradizionali della danza presentata;
- b) non è consentito indossare o togliere indumenti o accessori durante la competizione;
- c) sono esclusi, a titolo esplicativo ma non esaustivo: cinturoni con pistole, speroni, accessori e tutto ciò che richiama l'iconografia umoristica del cowboy;
- d) in nessun caso è possibile indossare abiti riportanti stampe o loghi chiaramente riferiti a scuole, organizzazioni, appartenenze in genere comprese bandiere di varie nazionalità e simboli di regioni di appartenenza;
- e) non vi sono restrizioni per acconciatura, make-up, gioielli e monili, decorazioni con strass;
- f) per il Novelty l'abito utilizzato può richiamare il testo della canzone e lo stile del genere musicale utilizzato anche in riferimento al periodo. Non è obbligatorio l'uso del cappello e degli stivali sia per i maschi sia per le femmine;
- g) per la sola classe C, agli atleti della categoria 08/11 è permesso l'uso di scarpe da ballo in sostituzione degli stivali.

In particolare:

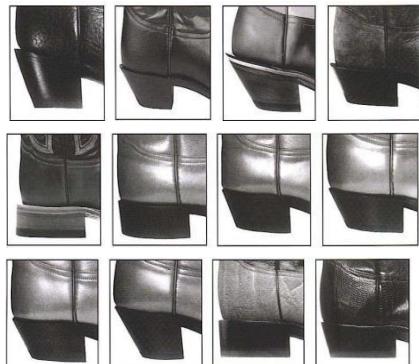
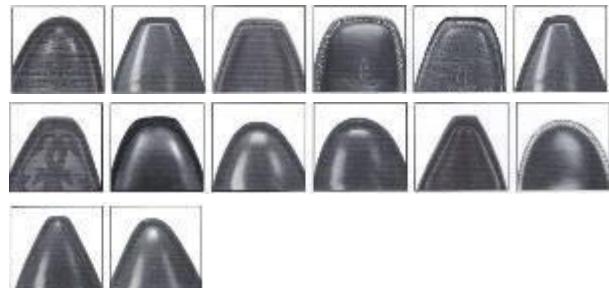
**ATLETA MASCHIO
COUNTRY WESTERN DANCE**

Camicia stile country manica lunga, non arrotolate; pantalone jeans (non strappati o sdruciti) oppure in tessuto, gilet; cintura in stile con fibbia; Indumenti specifici per la disciplina sono gli stivali western ed il cappello da cow boy.

**ATLETA FEMMINA
COUNTRY WESTERN DANCE**

Camicia stile country manica lunga, ma non arrotolata o corta, corpetti, top. Pantalone jeans (non strappati o sdruciti) oppure in tessuto o gonna, obbligatorio l'uso della culotte. È consentito indossare un vestito completo. Cintura in stile con fibbia facoltativa solo in caso di abito. Indumenti specifici per la disciplina sono gli stivali western ed il cappello da cow boy(facoltativo). Per le danze in coppia è consigliato l'uso dell'abito.

Nelle figure seguenti i riferimenti per i cappelli, stivali (punte e tacchi) ammessi in gara.



5. DANZE /ANGOLANE

Le danze Angolane (già Dance Afrolatine) sono l'evoluzione agonistica di differenti stili di ballo quali Kizomba e Samba.

5.1 UNITÀ COMPETITIVE

La specialità prevede la seguente unità competitiva:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
SOLO	Unità competitiva di assolo femminile o maschile
DUO	Unità formata da due femmine, due maschi o un maschio e una femmina
COPPIA	Un atleta maschio e un atleta femmina
GRUPPO	Squadra formata da 3 a 24 atleti

5.2 CATEGORIE

Facendo riferimento all'età dei componenti, la coppia è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
Under 12	Atleti fino al 12° anno di età
Under 17	Atleti fino al 17° anno di età
Over 18 o 18/oltre	Atleti dal 18° anno di età
18/30	Il componente più anziano ha tra i 18 e i 30 anni
31/oltre	Il componente più anziano deve avere minimo 31 anni
50/oltre	Il componente più anziano deve avere minimo 50 anni

5.3 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SOLO/DUO/COPPIA

CATEGORIE	Under 12	Under 17	18/30	31/oltre	50/oltre
CLASSI	C	C	C	C	C
	U	U	U	U	U

- Nel caso non si raggiungano le tre unità competitive la categoria Under 12 viene accorpata alla categoria Under 17
- Nel caso non si raggiungano le tre unità competitive la categoria 50/oltre viene accorpata alla categoria 31/oltre

GRUPPO

CATEGORIE	Under 17	Over 18
CLASSI	C	C
	U	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi "derogata a data da definirsi".

5.3.1 Professional division

Per i tesserati tecnici in attività agonistica sono previste le categorie e classi elencate nella tabella seguente:

CATEGORIE	18/oltre
CLASSI	PD

5.4 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

Le musiche di gara della Samba, Kizomba e Kizomba contemporanea sono scelte dal Responsabile delle musiche e devono essere ballate in improvvisazione. In tutte le fasi della competizione la durata dei singoli balli sarà di 2.00 minuti. Le danze devono avere le seguenti velocità metronomiche (espresse in battiti per minuto):

Semba	Kizomba	Kizomba contemporanea
105-130	90-105	88-100

Per la tipologia gruppo (afroshow) la musica da utilizzarsi è da ritenersi libera e la traccia musicale deve avere una durata musicale compresa tra 2:30 minuti e 3:00 minuti per la tipologia di gruppo e tra 1.45 minuti e 2.15 minuti per le tipologie solo e duo.

5.5 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

UNITA' COPPIA

La specialità in coppia prevede:

- per la classe C: la competizione si svolge su ballo singolo in Semba e/o Kizomba e/o Kizomba contemporanea;
- Per la classe U e PD: tre danze, nell'ordine Semba, Kizomba e Kizomba contemporanea.

UNITA' SOLO/DUO/GRUPPO

La specialità in assolo, duo e gruppo è denominata Afroshow.

Possono essere utilizzati elementi coreografici presi da altre discipline per arricchire e completare la coreografia a condizione che i balli scelti per la competizione tra i sopraelencati coprano almeno il 75% dell'intero show (kuduro, afrohouse, tribal hip hop).

Afro e folklore in genere potranno essere inserite in percentuale del 25% a completamento dello show.
Sono ammesse le prese.

5.6 Oggetti scenografici

Solo per la tipologia gruppo possono essere utilizzati minimi accorgimenti scenografici (ad esempio sedie o altri oggetti facilmente trasportabili) e devono essere introdotti e tolti dalla pista esclusivamente dai componenti l'unità competitiva, non sono ammessi elementi dinamici aggiuntivi come altre persone, animali o mezzi a motore.

Non è possibile, per la medesima ASA, presentare la stessa coreografia o musica in classi differenti.

5.7 NORME DI SPECIALITÀ

Per le classi C si potranno eseguire amalgamazioni libere con figurazioni di seguito riportate; mentre per le classi U e PD i programmi sono liberi con riferimento alle figurazioni del testo MIDAS "Danze Angolane".

KIZOMBA, classe C Base	SEMBA, classe C Base	KIZOMBA CONTEMPORANEA, classe C
um	um	Base um
Base dois	Base dois	Base dois
Base dois a frente	Base dois aberta (compasso) Base	Base dois a frente
Base dois atrás Base	dois aberta frontal Base três a	Base dois atrás Base
três a frente Base três	frente	três a frente Base três
atrás Base três aberta	Base três atrás Base	atrás Base três aberta
Base quatro	três aberta Base	Base quattro
Base cinco a frente Base	quattro	Base cinco a frente Base
cinco atrás Base cinco	Base cinco a frente Base	cinco atrás Base cinco
quadrada Estrela	cinco atrás Base cinco	quadrada Estrela
Saída homem	quadrada Corridinho a	Saída homem
Saída mulher	frente Corridinho atrás	Saída mulher
Saída mulher circular a sx	Corridinho circular a frente	Saída mulher circular a sx
Saída mulher circular a dx	Corridinho quadrado Corridinho	Saída mulher circular a dx
Casamento	aberto	Casamento
Casamento a sx dalla saída homem	Saída homem	Casamento a sx dalla saída homem
Cruzado	Saída homem com jajão Saída	Cruzado
Cruzado quadrado	mulher	Cruzado quadrado
Hesitação	Saída mulher circular a sx	Hesitação
Meia volta	Saída mulher circular a dx	Meia volta
Diagonal	Casamento	Diagonal
	Casamento a sx dalla saída	Diagonal quadrada Saída translada Saída
	homem	virada
	Cruzado	Base dois progressiva sincopata Base três ad "L"
	Cruzado quadrado	Touch laterali Apertura
	Vírgula esquerda	"L" (a) Apertura "L" (b)
	Vírgula direita	Apertura "L" (c) Saída touch basica
		Saída mulher con blocco Apertura side by side Square

5.8 SISTEMI DI GIUDIZIO

SK - SKATING

5.9 ABILITAZIONE

AL – Danze Angolane

5.10 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento è libero nel limite della decenza e conforme a quanto descritto nella parte generale.
La donna può indossare i pantaloni.