



REGOLAMENTO CSEN

per la partecipazione a manifestazioni di Danza Sportiva Sociale / Promozionale

DANZE ACCADEMICHE

DANZE COREOGRAFICHE

STREET DANCE

DANZE JAZZ

DANZE ARGENTINE

DANZE LATINE AMERICANE

FITNESS DANCE

DANZE FREESTYLE

DANZE ETNICHE E POPOLARI

DANZE ARTISTICHE

DANZE CARAIBICHE

DANZE STANDARD

LISCIO E BALLO DA SALA

BALLI DI GRUPPO

COMPARTI	3
UNITA' COMPETITIVE.....	4
CLASSI CSEN	5
TEMPI MUSICALI	5
GIUDICI	6
COMPARTO DIVERSAMENTE ABILI.....	7
DANZE ACCADEMICHE	8
DANZA CLASSICA	8
DANZA MODERNA /JAZZ DANCE	8
DANZA CONTEMPORANEA	8
SHOW DANCE	9
DANZE FREESTYLE.....	10
DISCO DANCE / DISCO FREESTYLE	10
DANZE COREOGRAFICHE	11
SYNCHRO DANCE	11
COREOGRAPHIC DANCE	12
LATINO SHOW	13
TIP TAP DANCE	13
DANZE ETNICHE E POPOLARI	15
FOLK	15
ORIENTAL	15
ORIENTAL SHOW	16
FLAMENCO	16
COUNTRY DANCE (LINE DANCE)	16
STREET DANCE.....	18
HIP HOP	18
BREAK DANCE	19
ELECTRIC BOOGIE	20
DANZE JAZZ (COPPIA/FORMAZIONE).....	21
ROCK N'ROLL	21
BOOGIE WOOGIE	22
LINDY HOP	23
WEST COAST SWING	
LATIN HUSTE/ DISCOFOX	26
DANZE CARAIBICHE	25
SALSA CUBANA / PORTORICANA / MERENGUE / BACHATA	25
KIZOMBA	26
CARIBBEAN SHOW DANCE	27
SALSA SHINE:	27
DANZE ARGENTINE.....	28
DANZE LATINO AMERICANE / LISCIO E BALLO DA SALA.....	29
DANZE STANDARD /DANZE LATINO AMERICANE / LISCIO E BALLO DA SALA.....	30
FITNESS DANCE / BALLI DI GRUPPO.....	31

COMPARTI

<u>Danze Accademiche</u>	Danza Classica, Moderna, Jazz, Contemporanea, Show Dance
<u>Danze Freestyle</u>	Disco Dance Disco Freestyle
<u>Danze Coreografiche</u>	Coreographic Dance Synchro latin Synchro Modern Latino Show Tip Tap Dance
<u>Street Dance</u>	Hip Hop Break Dance Electric Boogie
<u>Danze Jazz</u>	Rock n' Roll Boogie Woogie Lindy hop West Coast Swing Latin Hustle / Disco Fox
<u>Danze Etniche e Popolari</u>	Oriental Oriental Show Flamenco Country
<u>Danze Caraibiche</u>	Salsa Cubana Salsa Portoricana Merengue Bachata Rueda Caribbean Show Dance Kizomba Salsa Shine
<u>Danze Argentine</u>	Tango Vals Milonga
<u>Danze Standard</u>	Valzer Lento Tango Quickstep
<u>Danze Latine</u>	Samba Cha cha cha Jive
<u>Ballo Liscio</u>	Mazurka Valzer Viennese Polka
<u>Ballo da Sala</u>	Valzer Lento Tango Fox-trot
<u>Fitness Dance / Balli di Gruppo</u>	Libera Interpretazione
<u>Danza Country</u>	Lilt Cuban Smooth

UNITA' COMPETITIVE

Le competizioni prevedono vari tipi di unità competitiva o **"TEAM"**. Per il dettaglio, controllare nello specifico ogni singola disciplina.

Per ogni gruppo, è possibile inserire 1 elemento FQ fuori quota (= elemento che non rientra nella fascia d'età) ogni 3 ballerini.:

- Under 11: età massima 13 anni;
- Under 15: età massima 18 anni;
- Over 16: età minima 14 anni;
- Over 35: età minima 25 anni.

Nel caso di particolari restrizioni, controllare la specifica disciplina.

E' consentita la partecipazione di atleti di classe inferiore in manifestazioni di classe superiore ma non viceversa.

FASCIA D'ETA: (SINGOLI/ SOLO – DUO – COPPIE - P. GRUPPO – GRUPPO – GRUPPO DANZA - UNICA)

4/7 -4/8 – 8/11- 8/15 - UND. 11 – 12/15 - UNDER 15– 12/17 - OVER 16 – 16/18 - 16/34 – 16/54 - 19/34 – OVER 30 - OVER 35 – 35/50 – 46 OLTRE -51/60 – 61 OLTRE - OPEN

Unità Competitive Discipline		
Singolo/Solo	1 atleta	Danze Accademiche Danze Orientali Street Dance Danze Freestyle
1 vs 1	uomo /donna (misto dove necessario) contest	Hip Hop – Break Dance
Duo	2 atleti misto (età di riferimento: atleta maggiore) Es: uomo-uomo / donna-donna / uomo-donna	Danze Accademiche Danze Orientali Street Dance Danze Freestyle
2 vs 2	uomo /donna (misto dove necessario) contest	Hip Hop – Break Dance
Coppia	1 uomo e 1 donna (età di riferimento: atleta maggiore)	Danze Accademiche Street Dance Danze Freestyle Danze Jazz Danze Caraibiche Danze Argentine Danze Standard Danze Latine Ballo da sala Ballo liscio
Piccolo Gruppo	Da 3 atleti a 5 atleti	Danze Accademiche Danze Orientali Street Dance Danze Freestyle Fitness Dance / Balli di Gruppo
Gruppo	Da 6 atleti a 10 atleti	Danze Accademiche Danze Orientali Street Dance Danze Freestyle Fitness Dance / Balli di Gruppo
Grande Gruppo	Da 11 atleti a 30 atleti	Danze Accademiche Danze Orientali Street Dance Danze Freestyle Fitness Dance / Balli di Gruppo
Open	Numero di partecipanti di atleti Libera	Per le discipline dove previsto
Crew	Da 4 a 20 atleti (Contest)	Hip Hop – B. Dance
Rueda	Da 3 coppie in poi'	Danze Caraibiche
Formazione	Da 4 a 6 coppie	R.n'R. / B.W./ Lindy Hop/ West Coast Swing
Formazione Donne	Da 4 a 6 coppie	R.n'R.
Team	Da 4 a 12 coppie	Country

Un atleta non può gareggiare contro se stesso e quindi far parte di più formazioni in una disciplina nella stessa classe, categoria ed unità competitiva (esempio: un atleta di un piccolo gruppo Synchro Modern Under 11 cl. D/C, non può riballare in un altro piccolo gruppo Synchro Modern di under 11 in Under 11 cl. D/C, mentre può farlo in un Synchro Latin Under 11 D/C).

CLASSI CSEN

D	Classe Divulgativa per principianti / corsisti
C/1	Classe Promozionale con almeno 1/2 anni d'esperienza
C/2	Classe Promozionale con almeno 2/3 anni d'esperienza
C/3	Classe Promozionale con almeno 3/4 anni d'esperienza
C/M	Classe Promozionale di Merito
Unica	Classe Unica Categoria
Open	Classe Libera Fascia d'Età

TEMPI MUSICALI

	VELOCITA'	CATEGORIE
DANZE ACCADEMICHE	LIBERA	Tutte
DISCO DANCE	33/35 bpm	Solo, Duo
	30/38 bpm	Piccolo Gruppo, Gruppo
DISCO DANCE ACROBATICA	33/35 bpm	Tutte
SHOW DANCE	LIBERA	Tutte
SYNCHRO MODERN/LATIN	LIBERA	Tutte
DANZA COREOGRAFICA	LIBERA	Tutte
TIP TAP DANCE	LIBERA	Tutte
FLAMENCO	LIBERA	Tutte
DANZE ORIENTALI	LIBERA	Tutte
HIP HOP	30/40 bpm	Tutte
BREAK DANCE	30/40 bpm	Tutti
ROCK'N ROLL TECNICO	46/52 bpm	A seconda di categoria ed età
ROCK'N ROLL SEMI/ACROBATICO	46/49 bpm	A seconda di categoria ed età
	48/50 bpm	
BOOGIE WOOGIE	27/30 bpm Lento	Coppia
	44/52 bpm Veloce	A seconda di categoria ed età
LINDY HOP	44/54 bpm Veloce	A seconda di categoria ed età
	30/34 bpm Lento	Coppia
WEST COST SWING	23/26 bpm Lento	Coppia /Formazione
	27/32 bpm Veloce	
LATIN HUSTLE/DISCO FOX	20/26 bpm Lento	Coppia
	30/36 bpm Veloce	
SALSA CUBANA	52/54bpm	Coppia

SALSA PORTORICANA	52/54bpm	Coppia
MERENGUE	72/74bpm	Coppia
BACHATA	32/34bpm	Coppia
RUEDA	Libera	Coppia
KIZOMBA	42/44 bpm	Coppia
CARABBEAN SHOW DANCE	Libera	Singolo M/F Duo /Coppia / Gruppi
SALSA SHINE	48/55 bpm	Solo / Coppia/ Duo
TANGO	39/40 bpm	Coppia
VALS	72 bpm	Coppia
MILONGA	56 bpm	Coppia
FITNESS DANCE BALLI DI GRUPPO	Libera	P. Gruppo – Gruppo – G. Gruppo
DANZE COUNTRY	Libera	Solo – Coppie - Team
DANZE STANDARD	28/30 bpm Valzer Lento 31/33 bpm Tango 50/52 bpm Quickstep	Coppia
DANZE LATINE	50/52 bpm Samba 30/32 bpm Chachacha 42/44 bpm Jive	Coppia
BALLO LISCIO	44/46 bpm Mazurka 58/59 bpm Viennese 52/54 bpm Polka	Coppia
BALLO DA SALA	30 bpm Valzer Lento 32 bpm Tango 48/50 bpm Fox-trot	Coppia

CD Musica Propria dove richiesto:

Il CD deve essere registrato AUDIO e contenere un'unica traccia musicale della coreografia e deve essere identificato da un'etichetta con il nome dell'ASD, della Specialità, Classe , Categoria e del numero di gara assegnato.

Il supporto deve essere consegnato al momento dell'accredito (almeno 1h prima dell'esibizione).

Votazione (Cartaceo o Tablet)

Sistema dove previsto:

SELEZIONE: Croci (preferenza)

FINALE: Skating

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

TRIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (espressione, tema musicale, interpretazione)

Immagine (abbigliamento, entrata e uscita pista)

Giudici

Non devono essere disturbati durante la valutazione: eventuali osservazioni o mancanza di rispetto nei confronti di un membro della giuria saranno penalizzate dal Direttore di Gara, anche se detta mancanza proviene da un altro membro della giuria o da un insegnante. Ogni valutatore è tenuto a partecipare alle riunioni prima delle manifestazioni e ai corsi di formazioni organizzati dalla Commissione Tecnica.

Abbigliamento

UOMO: Elegante, a scelta nei colori con giacca e cravatta per uomo

DONNA: Elegante, a scelta gonna o pantalone

STREET DANCE: consono alla disciplina (sportivo)

Composizione pannello: Da 3 a 15 Giudici

Abilitazioni:

D.A = Danze Accademiche

S.D = Street Dance

D.C = Danze Caraibiche

D.D = Disco Dance

FL = Flamenco

C.D = Country Dance

LA = Danze Latine Americane

B.D.G. = Balli di Gruppo

D.O = Danze Orientali

D.J = Danze Jazz / Hustle / Disco Fox

T.D = Tap Dance

D.C = Danze Coreografiche

D. ARG. = Danze Argentine

ST. = Danze Standard

D.F = Danze Fitness

L.b.S = Liscio e Ballo da Sala

COMPARTO DIVERSAMENTE ABILI

Unità Competitive	Discipline	
Singolo/Solo	1 atleta	
Duo	Combo: 1 atleta normo dato + 1 atleta disabile Duo: entrambi gli atleti disabili	DANZE CARAIBICHE DANZE ARGENTINE SHOW DANCE
Gruppo	I componenti disabili del gruppo potranno avere disabilità diverse e dovranno essere almeno il 30% del totale.	

Settore

- Wheelchair: Danza in Carrozzella

- Minorati della Vista e/o dell'Udito

- Disabilità Intellettive e di Relazione

Se possibile verrà poi effettuata una classifica diversificata a seconda della disabilità.

Danze Caraibiche: Ballo singolo: Merengue, Bachata, Salsa Cubana

Danze Argentine: Tango

Show dance: Sono permessi tutti i tipi di ballo.

Durata musica

Show Dance	Singolo/Duo	1.20	3.00	Tolleranza + 5/10 sec.
	Piccolo gruppo			

TEMPI MUSICALI	VELOCITA'
SALSA CUBANA	32/40 bpm
MERENGUE	60/70 bpm
BACHATA	30/35 bpm
TANGO	30/32 bpm

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO l'utilizzo di abbigliamento libero purché nel rispetto della disciplina, stile e tradizione

DANZE ACCADEMICHE

DANZA CLASSICA

Il termine deriva dal fatto che questo stile di danza si avvale di una tecnica accademica codificata dai maestri dell'Académie royale de danse, fondata a Parigi dal re Luigi XIV di Francia nel 1661, con l'intento di fissare e sviluppare i principi fondamentali dell'arte coreografica. Nell'ambito di questa Accademia lavorò Pierre Louis de Beauchamps, il maestro e coreografo che ha codificato le cinque posizioni classiche (già stabilite in precedenza dai maestri di ballo del Quattrocento e del Cinquecento) - assumendole a regola per iniziare e terminare i passi - e che ha fissato le norme per l'esecuzione dei principali passi di danza allora conosciuti stabilendone anche la terminologia. Per questo motivo i nomi dei passi della danza accademica sono in lingua francese. I metodi di insegnamento e gli stili della danza classica sono vari. Vi sono il metodo russo, che porta il nome della danzatrice e maestra Agrippina Vaganova, quello inglese, della Royal Academy of Dance, quello danese, ideato dal grande coreografo August Bournonville nel XIX secolo, infine quello italiano, del maestro Cecchetti. Il metodo americano, il più recente, deriva dalla scuola russa importata in America dal grande coreografo George Balanchine. Lo stile francese, che non è un metodo, prende spunto dal metodo Italiano ma con una maggiore attenzione rivolta alla morbidezza delle linee delle braccia.

DANZA MODERNA /JAZZ DANCE

Con il termine danza moderna si definiscono generalmente gli sviluppi della danza che, a partire dalla fine del XIX secolo, e portarono ad un nuovo modo di concepire la danza di scena, in contrapposizione al balletto classico-accademico.

La danza jazz è un insieme di vari stili e tecniche di danza non facili da etichettare. Anticamente questo termine indicava una tradizionale danza della comunità afro-americana ma ha preso spunto anche da altre civiltà: ha ereditato il movimento europeo che ha affinato e contribuito all'eleganza nel movimento, e quello africano che ha dato l'impulso ritmico e il fascino primitivo. Questo tipo di danza è perciò considerato un miscuglio di tradizioni africane ed europee

DANZA CONTEMPORANEA

Nata in Europa negli Stati Uniti dopo la seconda guerra mondiale, prosegue la rivoluzione attuata dalla danza moderna a favore di nuove espressioni corporee, che talvolta comprendono anche la recitazione. L'improvvisazione è caratteristica indispensabile e principale della creazione coreografica.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	Open
Categorie				
4/8	Under 11	12/15 - Under 15	Over 16	
Danza classica Danza Moderna Jazz Dance Contemporanea	Durata musica Propria			
Singolo/Duo	Minimo 1.30	Massimo 2:15	Tolleranza + 5/10 sec.	
Piccolo gruppo Gruppo / Grande Gruppo	Minimo 2.30	Massimo 3:00	Tolleranza + 5/10sec.	

Norme regolamentari e fuori programma

Abbigliamento

Non vi sono limiti nei costumi e nel trucco purché nel rispetto e consoni all'età'.

Oggetti scenici

È VIETATO

- l'utilizzo di qualsiasi materiale o strutture scenografiche tipo pannelli, fondali ecc.

È CONSENTITA

- l'esibizione piccoli oggetti, sedie e attrezzi idonei.

Sistema di votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

SHOW DANCE

Lo Show Dance esprime il concetto di rappresentazione di un tema ispirato liberamente attraverso la musica, la gestualità, la coreografia, l'abbigliamento ed il trucco.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	C/M
Categorie				
Under 11	12/15	Under 15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)			
Solo/Coppie/Duo	D - C/1	Minimo 1:00	Massimo 2:00	Tolleranza +5/10 sec.
Solo/Coppie/Duo	C/2 - C/3 - C/M	Minimo 1:45	Massimo 2:15	
P. Gruppo, Gruppo, Grande Gruppo	Und.15 Over 16 Open C/1 - C/2 - C/3 - C/M	Minimo 2:00	Massimo 4:00	Tolleranza +5/10 sec.

Norme regolamentari e fuori programma

Abbigliamento

Non vi sono limiti nei costumi e nel trucco purché nel rispetto e consoni all'età.

Tipologia

Il tema musicale dovrà rappresentare un tema per la maggior parte della durata del brano e della coreografia.

E' CONSENTITO utilizzare musiche purché non vi sia una chiara e predominante influenza riconducibile ad altre discipline della danza riconosciute (es. latino show)

E' VIETATO proporre la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale anche se in diverse categorie e/o classi. Nel caso in cui l'A.s.d. presenti la stessa coreografie /o lo stesso brano musicale più volte nella stessa giornata, il competitore/gruppo verrà automaticamente squalificato.

Sistema di votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

DANZE FREESTYLE

DISCO DANCE / DISCO FREESTYLE

Il termine Disco, proviene dal francese Discoteque, che significa discoteca. La Disco Dance è infatti quella nuova danza introdotta da John Travolta nei suoi due film “La Febbre del Sabato Sera” e “Grease”, che in questi ultimi tempi sta dilagando in tutto il mondo e sta coinvolgendo migliaia di giovani di tutte le nazionalità, tanto da essere ormai giudicata un fenomeno sociale.

Come il Rock and Roll negli anni '50, il Twist nel 1962, lo Shake negli anni '70 furono dei nuovi balli, l'attuale Disco Dance non è veramente una nuova danza che rivoluziona gli schemi precedenti, ma un'elaborazione dei passi dello Shake sulla base di un nuovo accompagnamento musicale.

Se torniamo indietro nel tempo, vediamo che un fenomeno analogo, capitò a New York qualche anno fa: i giovani portoricani emigrati in questa città, che amavano il ballo sopra ogni altra cosa, trovarono non poche difficoltà a ballare la loro tipica e piacevolissima musica a ritmo di Shake; l'affollamento delle discoteche, impedivano loro i movimenti, per cui dovettero necessariamente elaborare passi e giri di braccia sempre più complicati, per non infastidire gli altri ballerini.

Quando la Disco dance (che si differenzia dalla musica che l'aveva preceduta per una diversa orchestrazione basata su un accompagnamento ritmico molto accentuato e potenziato, i cui tempi sono scanditi dalla batteria e dal basso) entrò nelle discoteche di New York frequentate dai giovani portoricani, bastò adattare le figure dello Shake ormai elaborate a questa nuova musica, per far nascere l'Hustle, conosciuto meglio come il ballo di John Travolta.

All'inizio degli anni '80 la Disco dance fu la prima disciplina a divenire Danza Sportiva Freestyle grazie alla intuizione di Moreno Polidori che creò una Federazione Mondiale (I.D.O.) che nel giro di vent'anni è diventato una delle discipline più praticate dalle Federazioni di tutto il mondo.

Col passare degli anni, all'interno delle coreografie di Disco Dance, venivano ballate anche le acrobazie; l'allora fu deciso di far nascere una nuova disciplina: la Disco Freestyle (Disco Acrobatica).

La danza deve essere di carattere discoteca, dinamico, un continuo adattarsi nei movimenti; le tendenze più utilizzate sono lo Stile Hustle, Stile jazz e lo Stile Latino.

A tutt'oggi abbiamo questi due modi differenti di ballare la Disco; la Disco Dance (senza acrobazie) e la Disco Freestyle.

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
4/8	Under 11	12/15 - Under 15 - Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica		
Solo/Duo	Min. 1:00		Musica organizzatore
Piccolo Gruppo	Min. 2:00	Max 2:30	Musica propria Tolleranza + 5/10 sec.
Gruppo G. Gruppo	Min. 2:30	Max 3:00	

Norme regolamentari e fuori programma

Abbigliamento

Per le classi D e C/1e' permesso un abbigliamento con il solo utilizzo di tessuti in Lycra con la possibilità di più colorazione.

Per le categorie C/2 e C/3 trucco (ad esclusione degli under 11) ed abbigliamento libero rispettando l'età ed il ballo.

E' VIETATO

- per la classe D e C1 qualsiasi stampe, applicazioni, borchie, strass, paillettes ecc.....
- il trucco, fondotinta ecc..... per le categorie under 11 di tutte Classi

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

DANZE COREOGRAFICHE

SYNCHRO DANCE

LATIN - Sono ammessi tutti gli stili di danza latina e caraibica.

MODERN - Sono ammessi tutti gli stili di danza e generi musicali tranne quelli riconducibili alle danze Latino Americane e caraibiche.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	C/M
Categorie				
Under 15	Over 16	Open		
Unità competitiva	Durata musica (propria)			
Piccolo Gruppo	Minimo 1:30	Massimo 2:00	Tolleranza + 5/10 secondi	
Gruppo	Minimo 1:30	Massimo 2:30		
Grande Gruppo Open	Minimo 2:30	Massimo 3:00		

Norme regolamentari e fuori programma

Sviluppo coreografia

E' OBBLIGATORIO

- eseguire contemporaneamente, nello stesso fronte e nella stessa direzione passi e movimenti identici mantenendo lo schieramento dall'inizio alla fine del brano; teste, braccia e gambe devono muoversi in maniera simultanea
- eseguire routine sviluppate sulle 4 possibili fronti (o "pareti"): i gruppi devono girarsi almeno una volta nelle diverse direzioni.

E' VIETATO

- eseguire movimenti non sincronizzati all'interno del gruppo (tranne che nel finale) utilizzare accessori
- proporre la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale anche se in diverse categorie e/o classi. Nel caso in cui l'A.S.D. presenti la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale più volte nella stessa giornata, il competitore/gruppo verrà automaticamente squalificato.

E' CONSENTITO

- Utilizzare i primi 10 secondi (introduzione) con una variazione SINCRO che discosta dalla disciplina
- Utilizzare gli ultimi 10 secondi (finale) con una variazione completamente libera sia nei passi che nelle musiche

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

COREOGRAPHIC DANCE

Sono ammessi tutti gli stili di danza

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	C/M
Categorie				
Under 11	Under 15	Over 16	Over 35	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)			
Piccolo Gruppo	Minimo 1:30	Massimo 2:00	Tolleranza + 5/10 Secondi	
Gruppo	Minimo 1:30	Massimo 2:30		
G. Gruppo o Open	Minimo 2:30	Massimo 3:00		

Norme regolamentari e fuori programma

Sviluppo coreografia

E' OBBLIGATORIO

- iniziare la coreografia direttamente a moduli differenziati
- nell'esecuzione della coreografia, nei moduli deve essere prevista la scomposizione dei gruppi in più parti

E' VIETATO

- eseguire prese e contatti
- utilizzo di accessori
- eseguire movimenti sincronizzati ripetuti per l'intero gruppo
- proporre la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale anche se in diverse categorie e/o classi. Nel caso in cui l'A.S.D. presenti la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale più volte nella stessa giornata, il competitore/gruppo verrà automaticamente squalificato.

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

LATINO SHOW

Sono ammessi tutti gli stili di danza e generi musicali latino americani e caraibici.

I passi e le combinazioni devono essere presentate correttamente in base a quelle descritte per la data disciplina (danze latine/caraibiche)

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
Under 11	Under 15	Over 16	Open
Unità competitiva			Durata musica (propria)
Solo/Duo	Min 1:45	Max 2:30	Tolleranza +5/10 sec.
Piccolo Gruppo	Min 2:30	Max 3:00	
Gruppo /Gruppo Danza/Open	Min 2:30	Max 4:00	

Norme regolamentari e fuori programma

Sviluppo coreografia

E' OBBLIGATORIO

- mantenere il tema dello show dall'inizio alla fine della coreografia

E' VIETATO

- eseguire programmi riconducibili palesemente a danze di coppia (duo formato uomo/donna)
- eseguire coreografia senza tema
- in coreografie in gruppo, non devono dominare parti solistiche di una coppia
- proporre la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale anche se in diverse categorie e/o classi. Nel caso in cui l'A.s.d. presenti la stessa coreografia e/o lo stesso brano musicale più volte nella stessa giornata, il competitore/gruppo verrà automaticamente squalificato.

E' CONSENTITO

- Utilizzare brevi esecuzioni di altra disciplina che non deve predominare nella coreografia

Sistema di votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

TIP TAP DANCE

Il tip-tap è stato creato combinando elementi di percussioni africane, e danzando con le tecniche di balli europei tipo il "clog" irlandese, attualmente molto conosciuto per lo spettacolo Riverdance, e lo step dancing. Il tiptap trova origine nei bassi ceti, sviluppandosi attraverso "battaglie" competitive agli angoli delle strade fra immigrati irlandesi e schiavi africani. Tra il 1700 ed il primo 1800 gli schiavi africani delle piantagioni svilupparono un tipo di danza ricollegabile al loro "juba" (danza rituale religiosa africana accompagnata da ritmiche battute di mani e suoni e tamburi): quando furono portati in America, fu loro vietato di praticare la loro religione, ed essendo le percussioni una parte integrante dei loro rituali, furono i battiti di mani e il percuotere il pavimento con i piedi a sostituire le originarie percussioni. Il periodo di massima fioritura di questa arte è stato tra il 1900 ed il 1955, quando era il tipo di danza principale nel Vaudeville e a Broadway. In quel periodo anche molte orchestre includevano tra i propri elementi dei ballerini di tap: in quel tempo la Tap dance era detta anche "jazz dance", perché il jazz era la musica con cui si esibivano i ballerini di Tap. Con progressive modifiche, pulizia dei movimenti e creazione di passi nuovi si arrivò a ciò che fu definito "american tap dance". I ballerini assunsero una posizione più rilassata,

elegante, e furono inseriti movimenti con le braccia e le spalle, inizialmente un po' trascurate. Negli anni '30, '40 e '50 i migliori artisti si spostarono dal Vaudeville al cinema ed alla televisione, da cui la notorietà di alcuni artisti anche in Italia come Fred Astaire, Ginger Rogers, Gene Kelly o la famosa "Riccioli d'oro" Shirley Temple.

Grandi talenti come Bill Robinson e John Bubbles aiutarono a definire regole e movimenti, e più tardi Hollywood popolarizzò il tip-tap nel mondo con i film di Fred Astaire, i Nicholas Brothers, Eleanor Powell ed altri grandi artisti. Durante gli anni '50 lo stile del ballo cambiò, ed il tip-tap perse la sua popolarità nonostante continuasse ad essere praticato dagli amatori del genere. Negli anni '60 la grande rinascita: eventi pubblici di rilievo riportarono alla ribalta questo particolarissimo ballo, che improvvisamente fu considerato una forma d'arte più che di divertimento. Fu ripescato per film e spettacoli teatrali, portato nel mondo con concerti e musical, ripreso anche a Broadway (Black and Blue, Bring in da noise, Bring in da funk, Tap Dogs) e nelle pellicole (Cotton Club, Steppin' out, Tap). Il 25 maggio è stata proclamata giornata nazionale del tip-tap, ed è celebrata con entusiasmo in tutti gli Stati Uniti.

Un particolare tecnico: i primi ballerini nel 1920 usavano scarpe con le soles di legno. L'inserimento di pezzi metallici sotto le soles arrivò più tardi, e l'utilizzo dell'alluminio diventò lo standard.

Classe			
D	C/3		
Categorie			
Under 11	Under 15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)		
Solo/ Duo	Minimo 1:45	Massimo 2:15	Tolleranza +5/10 sec.
Piccolo Gruppo /Gruppo	Minimo 2:30	Massimo 4:00	
Gruppo Gruppo /Open	Minimo 5:00	Massimo 7:00	Tolleranza +5/10 sec.

Norme regolamentari e fuori programma

E' OBBLIGATORIO

- l'utilizzo delle scarpe con claquettes
- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

DANZE ETNICHE E POPOLARI

Sono Danze popolari, Etniche, folkloristiche ed Orientali che affondano le radici della cultura mediorientale ed abbracciano varie tipologie di espressioni musicali e interpretative.

FOLK

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
Under 11	12/15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)		
Solo/Duo	Minimo 1:45	Massimo 2:15	Tolleranza 5/10 secondi
Piccolo Gruppo	Minimo 2:00	Massimo 3:00	
G.Gruppo / Open	Massimo 3.00	Massimo 3:00	

Norme regolamentari e fuori programma

E' VIETATO - l'utilizzo di allestimenti scenografici

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

ORIENTAL

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
Under 11	12/15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)		
Solo/Duo	Minimo 1:45	Massimo 2:15	Tolleranza 5/10 secondi
Piccolo Gruppo	Minimo 2:00	Massimo 3:00	
Gruppo /Open	Minimo 3:00	Massimo 4:00	

Norme regolamentari e fuori programma

E' VIETATO - l'utilizzo di allestimenti scenografici

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

ORIENTAL SHOW

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
Under 11	12/15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)		
Solo/Duo	Minimo 1:45	Massimo 2:15	
Piccolo Gruppo	Minimo 2:00	Massimo 3:00	
Gruppo / G.Gruppo	Minimo 3:00	Massimo 4:00	

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo piccoli allestimenti scenografici (fondali, quinte, sedie, pannelli ecc.).

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

FLAMENCO

Il **flamenco** è uno stile musicale, una danza tipica dell'Andalusia. Fortemente influenzato dai gitani, il flamenco affonda le sue radici nella cultura musicale dei Mori e degli Ebrei. Oggi il flamenco fa parte della cultura e della tradizione musicale spagnola. Dalla seconda parte dell'Ottocento il flamenco ha inoltre attraversato i confini nazionali venendo rappresentato in tutto il mondo. Secondo Felix Grande l'origine del nome "flamenco", che in spagnolo significa "fiammingo", è legato alla rivalità tra i ballerini spagnoli e i professionisti che giungevano in Spagna dalle Fiandre (all'epoca sotto il dominio spagnolo).

Classe			
D	C/2	C/3	
Categorie			
Under 11	Under 15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)		
Solo/Duo	Minimo 1:30	Massimo 2:00	Tolleranza +5/10 sec.
Piccolo Gruppo	Minimo 2:00	Massimo 2:30	
Gruppo / G.Gruppo	Minimo 2:30	Massimo 3:00	

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo piccoli allestimenti scenografici (fondali, quinte, sedie, pannelli ecc.).

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

COUNTRY DANCE (Line Dance)

Un piccolo gruppo può essere costituito da una sola linea ma normalmente ci sono diverse file parallele una dietro l'altra. In questa formazione, i ballerini si muovono in sincrono. Sebbene alcune line dance possano essere molto facili, come quella per principianti intitolata "Electric Slide" (18 passi su 4 pareti), complessità crescenti possono essere date in diversi modi. Generalmente, più è alto il numero dei "count" e più difficile è la coreografia (il "count" corrisponde ai battiti della musica). Includere sequenze di passi inusuali o poco familiari o anche movimenti del corpo oltre ai passi, come gesti delle mani, rende il ballo più impegnativo. Alcune line dance vengono coreografate per essere eseguite su una musica specifica e in questo caso si definiscono "phrased". "Tags" (cioè varianti ai passi), "bridges", salti di coreografia e passi ripetuti sono tutti espedienti che permettono di seguire la musica. Chi balla queste "phrased" line dance deve essere più consapevole di come si sviluppa il brano musicale e non ripetere solamente una sequenza di passi per tutta la durata della canzone. "Contra line dances" come "Jungle Freak", coreografata da Pedro Machado e Bill Lorah comprendono due linee di ballerini che si fronteggiano e che entrano momentaneamente in contatto quando si incrociano o passano oltre l'altra linea.

La line dance viene spesso associata al cowboy e veniva per lo più ballata su country-western music. Dagli anni Settanta, però, con la diffusione di line dance più veloci, si iniziarono a utilizzare una varietà maggiore di stili musicali soprattutto a causa di giovani che iniziarono a ballare le line dance. A questo contribuirono diverse pop band che nei loro video rappresentavano ciò che più tardi sarebbero diventate line dance. Oggi la country music può rappresentare una parte limitata delle playlist dei deejay, la quale può comprendere musica celtica, swing, pop, rock, big band, folk e quasi tutte i brani abbiano un ritmo regolare.

Spesso la line dance viene intesa come originaria del vecchio e selvaggio West. In realtà essa ha origini molto più diversificate: alcuni balli folk sono danzati in sincrono su una singola "linea" non retta e spesso con contatto fra i ballerini. L'assenza di contatto fisico nella line dance country-western ne fa una caratteristica distintiva. Le line dance hanno accompagnato diversi stili di musica popolare dagli inizi del Novecento, inclusi lo swing, il rock and roll e la disco music. Alla fine del XX inizio del XXI secolo è notevole la varietà e la diffusione della line dance. L'odierna popolarità della line dance crebbe nel periodo della disco music mentre il country-western e le comunità musicali continuarono ad esplorare e sviluppare questa forma di ballo.

Classe			
C/1	C/2	C/3	
Categorie			
Under 15	Over 16	Open	
Unità competitiva	Durata musica (propria)		
Solo/Duo C/1 -C/2- C/3)	Min. 1,45	Max 2,15	C3 LITL – C2 LITL / CUBAN – C1 LITL / CUBAN/ SMOOTH
Team (C/2)	Min.1,45	Max 2,15	

Norme regolamentari e fuori programma
E'OBBLIGATORIO - Abbigliamento stile Country

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

STREET DANCE

HIP HOP

L'**hip hop** è un movimento culturale nato nell'anno 1973 (come cita anche il rapper KRS-One). Il movimento ha probabilmente mosso i primi passi con il lavoro di DJ KoolHerc che, competendo con DJ Afrika Bambaataa, si dice abbia inventato il termine "hip hop" per descrivere la propria musica. Cuore del movimento è stato il fenomeno dei Block party: feste di strada, in cui i giovani afroamericani e latino americani interagivano suonando, ballando e cantando a ritmo della musica che è in 4/4. Parallelamente il fenomeno del writing contribuì a creare un'identità comune in questi giovani che vedevano la città sia come spazio di vita sia come spazio di espressione, ogni persona era libera di esprimere i propri sentimenti con questo nuovo metodo musicale. Negli anni ottanta/anni novanta, gli aspetti di questa cultura hanno subito una forte esposizione mediatica varcando i confini americani ed espandendosi in tutto il mondo. Il riflesso di questa cultura "urbana" ha generato oggi un imponente fenomeno commerciale e sociale, rivoluzionando il mondo della musica, della danza, dell'abbigliamento e del design.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	C/M
Categorie				
Under 11	12/15	Under 15	Over 16	Open
Unità competitiva	Durata			
Solo/Duo/Coppia	Minimo 1:00	Massimo 1:00	Musica organizzatore	
Piccolo Gruppo	Minimo 2:00	Massimo 3:00		
Gruppo / G.Gruppo	Minimo 2:00	Massimo 4:00	Musica Propria	

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo piccoli allestimenti scenografici (fondali, quinte, sedie, pannelli ecc.).

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

HIP HOP CONTEST

Classe Unica				
Categorie				
Under 11	12/15	Under15	Over 16	Unica
Unità competitiva				Durata
1 vs 1	Selezione (batterie) Max 5 B.B.		Minuti 1:00	
2 vs 2	Selezione (batterie) Max 3 B.B.		Minuti 1:00	
1 vs 1	Dagli ottavi di finale: BATTLE (16b-boy)		Minimo 1:00	Massimo 2:00
2 vs 2	Dagli ottavi di finale: BATTLE (16b-boy)		Minimo 1:00	Massimo 2:00
Crew	Dai quarti di finale: BATTLE (8 Crew)		Minimo 6:00	Massimo 8:00

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO - l'utilizzo di abbigliamento libero purché nel rispetto della disciplina, stile e tradizione.

- **VOTAZIONE: Manuale**

BREAK DANCE

Nasce a metà degli anni 70 nel Bronx, quartiere nero per eccellenza della periferia di New York City. Agli inizi erano semplici movimenti presi dalla “capoeira” brasiliana, con cui i neri e i sudamericani volevano mettersi in mostra per le strade dei sobborghi di N.Y. Successivamente questi movimenti base hanno iniziato ad essere modificati secondo lo stile di ogni esecutore ed hanno preso vita propria, creando così una nuova danza molto acrobatica, mai vista prima. La straordinaria novità portata dalla Break Dance consiste nel “contatto con il suolo”. In nessun altro stile di danza, fino ad allora, si erano studiati ed approfonditi movimenti al suolo. La Break Dance, inoltre, è sempre stata caratterizzata, fin dall’inizio, da passi e movimenti estremamente spettacolari. Ecco dunque che rotazioni (“Spins”&”Glides”), movimenti frammentati (“electrics” e “freeze”) e passi acrobatici (“evolutions”) sono entrati di prepotenza nella Break e ne costituiscono tuttora la parte preponderante. Parallelamente alla danza a terra si è sviluppata anche una particolare danza in piedi denominata “Electric Boogie” che include movimenti di mimo e robot ed in cui il ballerino sembra un “pupazzo percorso da numerose correnti elettriche”. Negli anni 80 la Break Dance fu inserita nel programma del Black Power Movement (associazione nera molto famosa negli USA) per cercare di risolvere i problemi di violenza tra le bande rivali della gente di colore. La supremazia su un territorio, così, non venne più determinata da cruenti scontri tra bande, ma da sfide di Break in cui la squadre che mostrava maggiori abilità tecniche e migliori acrobazie vinceva sull’altra.

Classe		
D	C/2	C/3
Categorie		
Under 11	12/15	Over 16 Open
Unità competitiva	Durata	Musica organizzatore
Solo	Min. 1:00	
Duo/Coppia	Min. 1:15	Max 1:30
Piccolo Gruppo	Min. 2:00	Max 2:30
Gruppo	Min. 2:30	Max 4:00

Norme regolamentari e fuori programma

E’ CONSENTITO

- l’utilizzo di abbigliamento libero purché nel rispetto della disciplina, stile e tradizione

E’ VIETATO

- l’utilizzo di elementi troppo difficili e di combinazioni pericolose
- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

BREAK DANCE CONTEST (musica dell'organizzatore: 30/40 bpm)

Classe			
Unica BBoys	Unica BGirls		
Categorie			
Under 11	Under 15	Over 16	
Unità competitiva			Durata
1 vs 1	Battle	Minimo 1:00	Massimo 2:00
2 vs 2	Battle	Minimo 1:00	Massimo 2:00
Crew	Battle	Minimo 6:00	Massimo 8:00

Norme regolamentari e fuori programma -

E' CONSENTITO - l'utilizzo di abbigliamento libero purché nel rispetto della disciplina, stile e tradizione

- **VOTAZIONE: Manuale**

ELECTRIC BOOGIE

Stile americano di ballo che racchiude la danza funk e hip hop con movimenti robotici, scosse e onde: è un'arte speciale, il corpo che attraverso i muscoli rappresenta una scossa elettrica, dando la sensazione al pubblico di un'elevata ed incredibile capacità di controllo e di gestione.

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
Under 11	12/15	Over16	
Unità competitiva			Durata
Solo/Duo			1:00

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché nel rispetto della disciplina, stile e tradizione
- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

DANZE JAZZ (Coppia/Formazione)

ROCK N'ROLL

Il **Rock and Roll** (spesso scritto anche con la grafia **Rock &Roll** o **rock 'n' roll**) è un genere della popolar music nato negli Stati Uniti tra la fine degli anni quaranta e l'inizio degli anni cinquanta, originato dal blues, dal bluegrass, dal County, dall'R&B, dal jazz, dal gospel e, in misura minore, dal folk.

Attorno alla metà degli anni sessanta, il rock and roll si evolve in quello stile più generico e internazionale chiamato "musica rock", sebbene abbia continuato a essere definito spesso con il nome di rock and roll.

Anche se elementi di rock and roll riecheggiano nelle registrazioni County del 1930 e nei dischi blues dal 1920, il genere acquisì il suo nome non prima del 1950. Una delle prime forme di rock and roll fu il rockabilly, che unì County e Jazz, con influenze di musica tradizionale folk e gospel. Nei primi anni in questa musica, il pianoforte ed il sassofono erano spesso gli strumenti principali, ma, nel corso degli anni, questi vennero progressivamente sostituiti da chitarre elettriche. Il ritmo è essenzialmente boogie-woogie, con un accentuato backbeat, quest'ultimo quasi sempre fornito da un rullante; la formazione classica di una band di rock 'n roll comprende storicamente anche una voce (spesso anche con armonizzazioni vocali o cori), oltre che un basso ed una batteria.

Il rock and roll raggiunse una vasta popolarità nel 1960, avendo un ampio impatto sociale. Bobby Gillespie scrive che «Quando Chuck Berry cantava "Hail, hail, rock and roll, deliver me from the days of old", questo era esattamente quello che la musica stava facendo. Chuck Berry fu il fautore di quella evasione globale psichica chiamata rock 'n' roll.» Ben oltre un semplice stile musicale, il rock and roll, come si vede nei film e in televisione, ha influenzato stili di vita, moda, atteggiamenti e linguaggio, originando inoltre altri sottogeneri musicali. Il termine "rock and roll" assume almeno due significati: sia l'American Heritage Dictionary che il Webster's Dictionary lo definiscono come sinonimo di musica rock. Allwords.com, tuttavia, si riferisce con questo termine specificatamente alla musica degli anni 1950.

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché consoni al ballo ed all'età dell'atleta Per la classe C/1 Over 16 solo passaggio semi acrobatico con Max. 4 figure. No rock tecnico

E vietato figure acrobatiche che siano a contatto con una parte del corpo.

Per la classe C/2 Over 16 sono previste Max. 6 figure semi o acrobatiche. No rock tecnico

E vietato figure acrobatiche che siano a contatto con una parte del corpo.

Per la classe C/3 sono previste 6 figure acrobatiche. Non possono essere effettuati più di 2 figure acrobatiche con una sola rotazione completa (salto mortale).

Per la classe C/ M sono previste 6 figure acrobatiche senza limiti di difficoltà.

Classe					
C/1	C/2	C/3	C/M	Unica	Open
Categorie					
Under 11	12/15	12/17	Over 16	Over 35	
Unità competitiva	Durata				
Rock n'Roll tecnico Per tutte le classi e categorie	Minimo 1:00	Massimo 1:15	Musica organizzatore da Acrobatico 46 / 48		

Rock semi acrobatico Max 4 figure C/1 – C/2 Over 16 Over 35 C/3 – C/M 12/17	Minimo 1:30	Massimo 1:45	Tecnico 50/52 bpm (a seconda Cat. Classe)	
Rock tecnico Solo classe C/3 e C/ M da abbinare al Rock Acrobatico	Minimo 1:00	Massimo 1:15	Musica organizzatore 50/52 bpm	Finale musica propria
Rock Acrobatico 6 figure Solo classe C/ 2 - C/3 - C/ M	Minimo 1:30	Massimo 1,45	Musica organizzatore 48/50 bpm	Finale musica propria
FORMAZIONE Rock tecnico Per classe Open	Minimo 2:30	Massimo 4:00	Velocità libera - Musica propria Tolleranza + 5/10 sec	
FORMAZIONE Rock Acrobatico Coppie e Femminile	Minimo 2:30	Massimo 4:00		

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché consoni al ballo ed all'età dell'atleta

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

BOOGIE WOOGIE

All'inizio del Novecento i pianisti neri nel Texas hanno cominciato a sviluppare una forma più veloce e ritmata del blues. Lo scopo era d'intrattenere la gente nei jukejoints dei bar dove, alla sera, ci si divertiva e si ballava. Questi locali si trovavano negli accampamenti dei lavoratori ad esempio nei pressi dei cantieri delle linee ferroviarie. Spesso persino sui treni c'era un pianista. Un brano caratteristico è HonkyTonk Train Blues (1927). Il compositore Meade Lux Lewis imita con le sonorità un treno a vapore. A quei tempi questo nuovo tipo di musica fu designata con svariati nomi: fast blues, rolling blues, the dozen, shuffle ecc. fino alla famosa registrazione "Pinetop's Boogie Woogie". In questa composizione, che risale al 1928, Clarence Smith spiegava come ballare il boogie woogie.

Un motivo forse per cui il boogie woogie rimase una musica esclusivamente per piano (fino a che non divenne sbiadito e commerciale) va ricercato nelle condizioni ambientali dalle quali prese le mosse. Anche il ragtime era per piano, ma il fatto stesso che fosse una musica 'composta' (potevano cioè circolare spartiti su larga scala), gli consentiva di essere eseguito da qualsiasi numero di strumenti, e in tutti gli ambienti. Ci volle invece più tempo prima che venissero pubblicati spartiti di boogie, e questo perché si trattava di una musica ancora largamente improvvisata

La parola indicava dunque un modo di ballare, e grazie a Smith (che non saprà mai niente, perché morì poco dopo, venticinquenne, colpito da una proiettile vagante in una sparatoria) questo genere musicale prese il nome di Boogie Woogie.

Nel 1938 alla Carnegie Hall di New York suonarono artisti del calibro di Benny Goodman (ormai all'apice del successo), Ted Wilson, Gene Krupa, Lionel Hampton, Count Basie, Lester Young, Cootie Williams e altri nomi leggendari del jazz. Il New York Times definì l'evento come qualcosa di straordinario. Sul palco, in un clima elettrizzante, si esibivano insieme, in un grande concerto, gli esponenti più importanti del jazz nero e bianco, ciascuno con il proprio stile inconfondibile e una carica tale da suscitare nel pubblico manifestazioni di entusiasmo che si ripeteranno soltanto in occasione dei grandi concerti rock.

Qualche tempo dopo, ma sempre nel 1938, Albert Ammons, Pete Johnson e Meade Lux Lewis, tre pianisti neri, vennero scoperti da un bianco: John Hammond. Per la prima volta nella storia della musica, questo stile è presentato ad un pubblico bianco nella famosa Carnegie Hall di New York e da quel giorno è iniziato un vero e proprio boom frenetico. Boom che ha inserito questo nuovo stile musicale ai primi posti di tutte le vendite discografiche e che ha sancito il sorpasso del boogie sulla musica jazz. Questo stile di musica, infatti, non fu soltanto patrimonio dei neri, ma influenzò anche molti musicisti bianchi, primo fra tutti Glenn Miller. Il genere boogie-woogie ha finito così per essere suonato e ballato in tutti gli USA grazie a lui proprio mentre gli Stati Uniti si preparavano ad entrare nel secondo conflitto mondiale. Furono proprio i soldati americani a portare il boogie woogie in Europa. Il dipartimento della guerra aveva chiesto agli artisti più famosi di incidere gratuitamente una serie di 33 giri noti come V disc (dove V stava per vittoria), allo scopo di tenere alto il morale delle truppe al fronte. Al termine della guerra dischi e matrici sarebbero stati distrutti.

Anche Miller partecipò all'operazione e la sua musica conquistò ben presto anche Italiani e Francesi. Nel 1942 entrò nell'esercito per suonare per le truppe americane al fronte, ma nel 1944 l'aereo sul quale viaggiava con l'orchestra precipitò nella Manica creandone il mito e segnando la fine del boogie.

Gli europei avevano conosciuto il jazz (anche se in una versione addolcita) soprattutto grazie a lui e, a guerra finita, quando le matrici dei V disc furono messe al macero continuarono ad interessarsi a questo genere musicale. Forse il successo di questa danza in Europa rappresentò una sorta di reazione ai mali della guerra, ma fu anche il simbolo dell'influenza economica e culturale che da quel momento gli Stati Uniti avrebbero esercitato sugli Europei.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	C/M
Categorie				
Under 11	12/15	Under 15	12/17	Over 16 - Open
Unità competitiva	Durata			
Boogie Woogie D – C/1 – C/2	Minimo	1:15	Massimo 1:30	Musica organizzatore 40/44 bpm VELOCE
Boogie Woogie C/3 – C/M	Minimo	1:30	Massimo 1:45	Musica organizzatore 46/50 bpm VELOCE
FORMAZIONE	Minimo	2:45	Massimo 3:45	Musica propria: velocità libera

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

l'utilizzo di abbigliamento libero purché consoni al ballo ed all'età dell'atleta

VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating

LINDY HOP

Il Lindy Hop è un ballo swing afroamericano nato ad Harlem, New York, negli anni venti - trenta del secolo scorso, in un'epoca immediatamente precedente al periodo della Grande Depressione, la crisi economica e sociale di enormi dimensioni scoppiata con il crollo di Wall Street del 24 ottobre 1929. Il Lindy Hop si balla prevalentemente in coppia ma esistono routine che prevedono dei passi da eseguire da soli (solo steps). La struttura del ballo è in 8 tempi. Il Lindy Hop include numerose figure ed acrobazie ed elementi derivati dal charleston, dal tiptap, dallo shag e dal cake-walk.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	C/M
Categorie				
Under 11	12/15	Under 15	12/17	Over 16
Unità competitiva	Durata			
Boogie Woogie D – C/1 – C/2	Minimo	1:15	Massimo 1:30	Musica organizzatore 40/44 bpm VELOCE
Boogie Woogie C/3 – C/M	Minimo	1:30	Massimo 1:45	Musica organizzatore 46/50 bpm VELOCE
FORMAZIONE	Minimo	2:45	Massimo 3:45	Musica propria: velocità libera

Norme regolamentari e fuori programma

È CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché consoni al ballo ed all'età dell'atleta

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

LATIN HUSTLE / DISCO FOX

Classe	C/1		C/2		C/3	C/M (Finale musica Propria)
Categorie	Under 15	16/45	18/34	35 oltre	46 oltre	
Unità competitiva	Durata					
Hustle / Disco Fox	Minimo 1:40		Massimo 2:00		Musica organizzatore 20/26 bpm Lento	
Hustle / Disco Fox	Minimo 1:40		Massimo 2:00		Musica organizzatore 30/36 bpm Veloce Cha	
Team	Minimo 2:45		Massimo 3:45		Musica propria: velocità libera	

Norme regolamentari e fuori programma

È CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché consoni al ballo ed all'età dell'atleta

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

WEST COAST SWING

La grande pronipote di tutto lo Swing!

Cenni storici: Nel 1940, in seguito all'abbandono selvaggio del Jitterbug dopo che fu vietato in molte sale da ballo a causa dei troppi infortuni che provocò, Arthur Murray sviluppò e documentò una serie di nuovi passi swing, che in seguito chiamò "Swing Sofisticato". Questo genere fu il predecessore di quello che noi oggi conosciamo come West Coast Swing. Ad Arthur Murray è accreditata la prima scrittura dei passi West Coast Swing, e fu lui a coniare i termini "Under Arm Pass, Whip e Sugar Push" per descriverli. Fu standardizzata nel suo studio la tecnica della donna che fa "due passi camminati in avanti" in direzione dell'uomo. Nel 1989 la California elesse il West Coast Swing come suo ballo nazionale. Attualmente sono catalogati ben 5000 passi per questo ballo, ed ogni anno ne vengono aggiunti di nuovi.

La West Coast Swing è la "danza ufficiale della California". San Diego, San Francisco, Los Angeles... tutti discutono per decidere in quale città la West Coast Swing abbia avuto origine; tuttavia Los Angeles in California tende a vincere il dibattito.

La West Coast Swing trae origine da una danza in precedenza nota come il "Savoy Style Lindy", che veniva ballata al Savoy Ballroom di New York nei primi anni del 1930. Sebbene non ne sia propriamente l'inventore, La WCS è stata indirettamente generata da un uomo di nome Dean Collins, che ha anche ballato al Savoy mentre viveva a New York.

La WCS e Dean Collins:

Collins venne in California nel 1930 per entrare nel mondo del cinema e portò con sé 'la sua versione' del "Savoy Style Lindy". Collins, dopo aver ballato a Hollywood per un paio d'anni in molti locali notturni iniziò a fare le competizioni. Avrebbe voluto conoscere alcuni degli altri ballerini locali, che avevano detto "di non aver mai visto lo stile Swing prima di allora, ma che gli piaceva molto." Era così diverso da ciò che stavano facendo al momento (che loro chiamavano la "Whip" ... diversa dalla più tarda "Houston Whip", che ne è una discendente).

Quando Collins iniziò a vincere le gare tutti vollero imparare il suo stile. La partner di Dean, Jewel Mc Gowen fu la più sexy ballerina di swing che aveva mai "Switched" (ruotare avanti e indietro) con Dean. Entrambi hanno realizzato molti film sul tema; sia da soli che insieme. Quando a Dean sarebbe stato chiesto quale stile di swing stava facendo pare abbia detto: "non c'è uno stile, c'è solo il Swing." Non ha mai detto che c'era solo Lindy Hop o West Coast o Jitterbug, ecc, mai!, C'è solo lo Swing. Essendo un vero maestro dello swing si rese conto che "lo Swing è Swing" ... punto e basta!

Collins iniziò a insegnare "la sua versione" a Los Angeles e presto tutti sulla costa occidentale lo stavano facendo. Dean finalmente si prese una pausa e iniziò a fare molti film a Hollywood tra gli anni 1940 e 1950. Portò con lui, nei suoi film, molti ballerini di swing locali ai quali aveva insegnato questo "nuovo stile".

Durante questo periodo, i film definirono questa danza come "Jitterbug o Rock and Roll". Molti soldati ballavano questa versione dello swing durante la Seconda guerra mondiale. I soldati portarono la "West Coast Swing" e altre forme di Swing in tutto il mondo travestite sotto i nuovi termini di Jitterbug o Rock and Roll (prima di questi titoli lo swing era conosciuto come il Lindy Hop).

Classe				
C/1	C/2	C/3		
Categorie				
12/15	Under 15	16/oltre	18/34	35 oltre
Durata				
Coppia C1	Selezione Minimo 1:15	Finale 1° Tutti assieme min. 1:30 2° Coppia Sing. Min. 2:00 /2:15 Propria 3° Tutti assieme min. 1:00		
Coppia C2 /C3	Minimo 1:15			
Formazione	Minimo 2.00	Massimo 3:00		

Norme regolamentari e fuori programma

È CONSENTITO: l'utilizzo di abbigliamento libero purché consoni al ballo ed all'età dell'atleta

TRIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (espressione, tema musicale, interpretazione)

Immagine (abbigliamento, entrata e uscita pista)

DANZE CARAIBICHE

SALSA CUBANA / PORTORICANA / MERENGUE / BACHATA

La Salsa è il ballo di coppia danzato sulle note dell'omonimo genere musicale, ed ha movimenti e regole codificate. Esistono varie scuole, stili e tecniche diverse; tuttavia le principali sono la Salsa Cubana, la Salsa Venezuelana e la Salsa Portoricana, le quali a loro volta possono dividersi in altre sottocategorie come la NY Style, altrimenti nota come Mambo On2.

Il Merengue è il ballo nazionale della Repubblica Dominicana e rappresenta una sintesi dei 3 elementi che hanno formato la cultura del paese. Il "tipico" gruppo musicale di merengue è formato da un suonatore di güira (strumento dei nativi dominicani), uno di tambora (strumento africano) e uno di fisarmonica (strumento europeo).

Si dice che le radici di questo ballo siano da ricercare ad Haiti, ma questo è contraddetto dal fatto che il 'Merengue' fosse diffuso in molti altri paesi dell'America Latina già nel 1800. La parola merengue significa meringa (una preparazione dolce a base di albume di uova e zucchero a velo). Non si conosce il vero motivo per cui questa parola sia stata associata al genere musicale, si pensa però che sia a causa della traccia del movimento dei ballerini sulla pista da ballo che ricorderebbe quella del movimento necessario a montare l'uovo nella preparazione del dolce.

La Bachata è un genere musicale latino-americano originario della Repubblica Dominicana che ha dato origine al relativo ballo di coppia. Tra i generi caraibici è uno dei pochi in cui l'influenza dei ritmi africani è meno evidente, difatti la musica presenta un suono dolce e melodico. I testi delle canzoni trattano sempre il tema dell'amore in tutte le sue sfumature, a volte in termini idilliaci e a volte in termini drammatici.

Classe				
D	C/1	C/2	C/3	Unica /Open
Categorie				
COPPIA:	Und. 11	12/15	Over 16	Over 30
RUEDA:		Under 15	Over 16	Open (età libera)
Unità competitiva	Durata			
COPPIA	Minimo	1:30	Massimo 2:00	Musica organizzatore (per singolo ballo)
RUEDA	Minimo	2:30	Massimo 3:00	Musica Propria

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché riconducibili al ballo e consono all'età dell'atleta
- l'utilizzo di elementi di Rumba e Santeria

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

KIZOMBA

E' uno dei generi più popolari di danza e musica provenienti in Angola. Si tratta di un mix di tradizione angolano semba con kilapanda , zouk e merengue cantata in generale portoghese , erroneamente confusa con Zouk, perché il ritmo è molto simile. In Europa la parola "Kizomba" viene utilizzato per qualsiasi tipo di musica derivato da Zouk, anche se non di origine angolana.

Era il Kimbundu nome per un ballo in Angola fin dal 1894. Lo stile di danza Kizomba è anche noto per essere molto sensuale ed è caratterizzato da una musica molto romantica.

In Angola nel 1950 l'espressione Kizomba da riferimento a una festa. Non c'era alcuna associazione della parola ad una danza o genere musicale. Tuttavia, la danza conosciuto come "Semba", "Rebita", "Kabetula", "Maringa", esisteva già negli anni '50 e '60. Altri danze provenienti dall'Europa come Tango erano praticate dai coloni portoghesi. Lo stile di Kizomba sottolinea ora un modo molto regolare di ballare con influenze di passi di tango, ma una delle differenze principali è che la parte inferiore del corpo, i fianchi, fare avanti / indietro e movimenti circolari. La gente balla al ritmo, così come sulla battuta off e solo occasionalmente utilizzano passi sincopati.

Classe			
D	C/1	C/2	C/3
Categorie			
COPPIA:	Under 15	Over 16	Over 35
Unità competitiva	Durata		
Coppia	Minimo 1:30	Massimo 2:00	Musica organizzatore

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché riconducibili al ballo e consono all'età dell'atleta

- l'utilizzo di elementi di Rumba e Santeria

- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

CARIBBEAN SHOW DANCE

Caribbean Show Dance è una coreografia composta da 1 a 4 balli tra Salsa on2 (Portoricana), Salsa Cuban Style (Cubana), Bachata e Merengue. Possono essere usati 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. Rumba, Afro, Folklore cubano/portoricano in genere potranno essere inseriti in percentuale del 25% a completamento dello show.

Il tempo dedicato all'ingresso e uscita dalla pista è limitato in 30 secondi complessivi.

Possono essere utilizzati minimi accorgimenti scenografici (ad esempio sedie o altri oggetti facilmente trasportabili) e devono essere introdotti in pista e portati via solo dai componenti dell'unità competitiva. Non sono ammessi elementi dinamici aggiuntivi quali altre persone, animali o mezzi a motore.

Non è possibile presentare la stessa coreografia e musica in categorie e/o classi differenti.

E' possibile ballare senza calzature da competizione.

Classe			
C/2	C/3	Unica	
Categorie			
Under 11	12/15	Under 15 - Over 16 - 19/34 – Over 35 - Open	
Unità competitiva	Durata		
Singolo / Duo/ Coppia	Minimo 1:45	Massimo 2:15	Musica propria
Gruppo	Minimo 2:30	Massimo 3:00	Musica propria

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento e trucco libero purché riconducibili al ballo e consono all'età dell'atleta

SALSA SHINE:

La specialità prevede competizioni sulle quattro danze: Salsa on2 (Portoricana), Merengue, Bachata e Salsa Cuban Style (Cubana).

Combinata Cubana: Salsa Cuban Style (Cubana) e Merengue - **Combinata Portoricana:** Salsa on2 (Portoricana) e Bachata

Classe			
C/2	C/3	Unica	
Categorie			
Under 11	12/15	Under 15 - Over 16	
Unità competitiva	Durata		
Singolo M / F	Minuti 1,30	(Finale massimo 2:00 / 2:15) Musica Propria	
Duo	Minuti 1,30	(Finale massimo 2:00 / 2:15) Musica Propria	

Sistema di Votazione

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)

DANZE ARGENTINE

Il tango è un ballo, e un genere musicale, per lo più in tempo binario, originario della regione del Río de la Plata tra Argentina e Uruguay come espressione popolare, e artistica, che comprende musica, danza, testo e canzone. Uno degli strumenti caratteristici del tango è il bandoneón. Pur essendo il tango tradizionale una musica molto sincopata, non si utilizzano nell'esecuzione strumenti a percussione, e gli strumenti utilizzati vengono suonati in modo del tutto particolare per dare forti accenti di battuta e segnatura ritmiche. La sua struttura armonica proviene dalla Payada e la Milonga Criolla (arrivata dalla campagna attraverso i Gauchos), l'Habanera (portata dagli schiavi liberati) ed il Tango Andaluz (dagli spagnoli). [senza fonte] Negli studi di registrazione subirà un cambiamento nella sua struttura armonica, che, se anche marginalmente, fu molto notato dai "Tangueros" delle periferie alla fine degli anni '20. I nomi dei maggiori compositori di musica a partire dai primi anni del Novecento fino all'età d'oro, quella degli anni '30 e '40, Aníbal Troilo, Juan D'Arienzo, Carlos Di Sarli, Osvaldo Pugliese, Francisco De Caro, Enrique Delfino, sono tutti figli d'italiani (gli argentini in generale sono figli d'immigranti, e l'urgenza di trovare una propria identità spinse il Tango alla sua comparsa non solo come semplice musica ma come un pensiero che si balla). Lo stesso compositore e direttore d'orchestra Astor Piazzolla aveva i nonni italiani, pugliesi da parte di padre, toscani da parte di madre. In principio il tango si affermò come musica popolare nel rapido e tumultuoso sviluppo di Buenos Aires ed ebbe ripercussione nella vicina Montevideo che in breve passarono da 210.000 a 1.200.000 abitanti e da 48.000 a 2.000.000 rispettivamente e nella vicina città di Rosario fino ad arrivare a fare il giro del mondo. I grandi autori di tango della regione del Río de la Plata, gli uruguayani (uruguayi in lingua spagnola) Razzano, Canaro, VillasBoas, Metallo e Donato Racciatti (musicisti nati in Italia e poi nazionalizzati) e gli argentini (Le Pera, nato in Brasile e poi nazionalizzati, Contursi, Discépolo, Solanas, Troilo, Espósito, Filiberto, Cobián, Cadícamo ed altri) la confermarono come musica nazionale Argentina, anche se come sappiamo era già diventata tale nella periferia prima dell'accettazione della grande borghesia.

Classe				
D	C/2	C/3	Unica	
Categorie				
COPPIA:	Under 11	12/15	16/34	Over 35
Unità competitiva	Durata			
Tango	Minimo 1:40	Massimo 2:00	39/40 bpm	
Vals	Minimo 1:40	Massimo 2:00		
Milonga	Minimo 1:40	Massimo 2:00	56 bpm	

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- l'utilizzo di abbigliamento libero purché riconducibili al ballo e consoni all'età dell'atleta.
- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

DANZE LATINO AMERICANE / LISCIO E BALLO DA SALA

Lo Stile Internazionale costituisce il primo storico tentativo di organizzare su base mondiale un circuito di competizioni e campionati del mondo. Dal 1996 il CIO ha riconosciuto la WDSF – World Dance Sport Federation che regola le Danze Standard, latino americane, combinata 10 danze, le competizioni freestyle e le formazioni. Dal 1997 le Danze Standard e latino americane sono state inserite nel programma del World Games (i giochi riconosciuti dal CIO per le discipline non inserite nel programma olimpico).

Le Danze Nazionali rappresentano l'evoluzione delle specialità territoriali di danza che hanno caratterizzato l'aspetto ludico e ricreativo della nostra nazione. Il ballo da sala e liscio venne unificato nei primi anni '80 mediante la redazione di appositi testi tecnici sui quali si formarono i maestri di ballo.

Classe D	Divulgativo 1 ballo singolo		Dedicato ad un pubblico che vuole mantenere l'attività ludica, ricreativa e sociale, svolta anche in forma competitiva, ma senza vincoli di passaggi di classe, di limitazioni di programmi che cagionerebbero una disparità rispetto agli amici che nelle sale da ballo, non partecipando alle gare, possono "sbizzarrirsi" nell'esecuzione delle figure considerate più divertenti, appaganti e performanti					
Unità competitiva			Categorie					
COPPIA:	04/07	08/11	12/15	16/18	19/34	35/50	51/60	61 oltre
Classe D singolo ballo		Durata						
Cha cha cha	Minimo	1:00		30/32 bpm				
	Massimo	1:20						
Samba	Minimo	1:00		50/52bpm				
	Massimo	1:20						
Jive	Minimo	1:00		42/44bpm				
	Massimo	1:20						
Mazurka	Minimo	1:00		44/46 bpm				
	Massimo	1:20						
Valzer Viennese	Minimo	1:00		58/59 bpm				
	Massimo	1:20						
Polca	Minimo	1:00		52/54 bpm				
	Massimo	1:20						
Valzer Lento	Minimo	1:00		30 bpm				
	Massimo	1:20						
Tango	Minimo	1:00		32 bpm				
	Massimo	1:20						
Fox Trot	Minimo	1:00		48/50 bpm				
	Massimo	1:20						

Norme regolamentari e fuori programma

In base al numero degli iscritti è facoltà del Direttore di gara accorpate più categorie

È CONSENTITO

- L'abbigliamento è libero purché improntato a regole generali di sobrietà ed eleganza. Sono esclusi gli abiti definiti per le classi dell'agonismo. È necessario indossare scarpe idonee alla disciplina.
- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

DANZE STANDARD /DANZE LATINO AMERICANE / LISCIO E BALLO DA SALA

Lo Stile Internazionale costituisce il primo storico tentativo di organizzare su base mondiale un circuito di competizioni e campionati del mondo. Dal 1996 il CIO ha riconosciuto la WDSF – World Dance Sport Federation che regola le Danze Standard, latino americane, combinata 10 danze, le competizioni freestyle e le formazioni. Dal 1997 le Danze Standard e latino americane sono state inserite nel programma del World Games (i giochi riconosciuti dal CIO per le discipline non inserite nel programma olimpico).

Le Danze Nazionali rappresentano l'evoluzione delle specialità territoriali di danza che hanno caratterizzato l'aspetto ludico e ricreativo della nostra nazione. Il ballo da sala e liscio venne unificato nei primi anni '80 mediante la redazione di appositi testi tecnici sui quali si formarono i maestri di ballo.

Classe C	PROMOZIONALE		Dedicato a tutti coloro che, dopo avere eventualmente iniziato con il "divertimento competitivo" del settore amatoriale "senza regole", intendono cominciare un'attività di maggiore disciplina imparando i fondamentali su cui incardinare la propria preparazione futura anche in previsione di evolvere nell'agonismo					
	3 BALLI							
Unità competitiva	Categorie							
COPPIA:	04/07	08/11	12/15	16/18	19/34	35/50	51/60	61 oltre
Valzer lento / Tango / Quickstep			Minimo 1,30		Massimo 2:00			
Samba / Cha cha cha / Jive			Minimo 1,30		Massimo 2:00			
Mazurka / Valzer Viennese / Polca			Minimo 1,30		Massimo 2:00			
Valzer Lento / Tango / Fox-trot			Minimo 1,30		Massimo 2:00			

In base al numero degli iscritti è facoltà del Direttore di gara accorpate più categorie.

Norme regolamentari e fuori programma

E' CONSENTITO

- L'abbigliamento è libero purché improntato a regole generali di sobrietà ed eleganza. Sono esclusi gli abiti definiti per le classi dell'agonismo. È necessario indossare scarpe idonee alla disciplina.
- **VOTAZIONE: SELEZIONE: Croci (preferenza) FINALE: Skating**

Fitness Dance / Balli di Gruppo

Ha come obiettivo principale di far ballare tutti con musiche e coreografie con lo scopo di divertire il praticante.

Per **ballo** si intende una molteplicità di forme di danza eseguite nella maggior parte dei casi per puro divertimento e al fine di socializzare e definire i rapporti all'interno di un gruppo. Il ballo, a differenza della danza vera e propria come è comunemente intesa, non è quasi mai finalizzato alla rappresentazione.

Classe	C/1	C/2	Unica	
Categorie				
Under 11	Under 15	Over 16	Over 35	Open
Unità competitiva	Durata musica (propria)			
P. Gruppo, Gruppo, Grande Gruppo	Minimo 2,30	Massimo 3:30	Tolleranza +5/10 sec.	

Norme regolamentari e fuori programma

È CONSENTITO

- L'abbigliamento è libero purché improntato a regole generali di sobrietà e decenza.

BIDIMENSIONALE (da 1 a 10) o (da 5.0 a 6.0)

Tecnica (movimento, difficoltà coreografica, musicale e tempo)

Artistica (immagine, espressione, tema musicale, interpretazione)