



REGOLAMENTO TECNICO

DISCIPLINA:

DISCO FREESTYLE

TIPOLOGIE:

- **DISCO FREESTYLE SOLO (Maschile – Femminile)**
- **DISCO FREESTYLE COPPIE (Sesso Diverso)**
- **DISCO FREESTYLE DUO (Stesso Sesso)**
- **DISCO FREESTYLE PICCOLI GRUPPI (3-7 Ballerini)**
- **DISCO FREESTYLE FORMAZIONI (8-24 Ballerini)**

ANNO DI ATTIVITA'

- ✎ L'anno di attività è il periodo in cui vengono svolte tutte le attività di carattere Propedeutico, Formativo, Agonistico/Sportivo, Culturale.
- ✎ L'anno di attività ha inizio dal 1 Settembre dell'anno corrispondente ed ha termine il 31 Agosto dell'anno successivo.
- ✎ Il regolamento Tecnico è improntato su aspetti comunque fondamentali per la disciplina del Settore quali: la definizione tecnica, l'informazione, la comunicazione ed una azione di sensibilizzazione rivolta alle Scuole e Gruppi che operano nell'ambito della **Disco Freestyle**, le modalità organizzative e di adesione alle iniziative promosse, l'impostazione e la regolamentazione della Formazione e Aggiornamento degli Insegnanti di Disco Freestyle, i riconoscimenti e le abilitazione all'insegnamento del Disco Freestyle.

TESSERAMENTO

- ✎ Il Tesseramento deve essere effettuato annualmente a partire dall'inizio dell'anno sportivo (1 Settembre).
- ✎ Per aderire a qualsiasi attività promossa da La Danza, il partecipante deve essere in possesso della Tessera di un qualsiasi Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto.
- ✎ **L'insegnante di Disco Freestyle**, oltre alla Tessera di un qualsiasi Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto, deve essere in possesso del **Tesserino Tecnico Insegnante** (regolarmente aggiornato) e della relativa **Abilitazione**.
- ✎ **Il Ballerino**, oltre alla Tessera di un qualsiasi Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto, deve essere in possesso del **Libretto Tecnico "personale"**.
- ✎ Riconoscendo diverse forme di Danza culturalmente diverse tra loro, sono stati impostati 3 Comparti distinti, a loro volta suddivisi in Settori tecnicamente diversi tra loro ordinati con propri Regolamenti Tecnici.

SETTORE DANZA SPORTIVA

- ✓ **BALLO MODERNO:** Belly Dance, Boogie Woogie, Break Dance, Dance Show, Disco Dance, Disco Slow, Fantasy Show, Fit Kid, Disco Freestyle, Hip Hop, House, Musical, Rock'n Roll, Techno, Tip Tap, Twist, Waacking.
- ✓ **BALLO LISCIO:** Liscio Unificato (Valzer Viennese, Mazurca, Polka); Ballo da Sala (Valzer Lento, Tango, Fox Trot).
- ✓ **DANZE STANDARD:** Valzer Inglese, Tango, Quick Step, Valzer Viennese, Slow Fox Trot.
- ✓ **DANZE LATINO AMERICANE:** Samba, Cha Cha Cha, Rumba, Paso Doble, Jive.
- ✓ **DANZE CARAIBICHE:** Salsa, Merengue, Mambo, Bachata, Rueda.
- ✓ **TANGO ARGENTINO:** Tango, Milonga, Vals.

SETTORE DANZA

- ✓ **CLASSICO**
- ✓ **CONTEMPORANEO**
- ✓ **JAZZ/MODERN JAZZ**
- ✓ **FUNKY**

SETTORE DANZE ETNICHE

- ✓ **BALLI POPOLARI**
- ✓ **BALLI FOLKORISTICI**



NORME COMUNI

- ✎ Le fasce di età sono **considerate per millesimo**, riferite all'anno solare (1 Gennaio – 31 Dicembre). Per le gare di Coppa Italia e Ranking List che inizieranno ad Ottobre e termineranno ad Aprile l'età dei ballerini, e quindi la categoria, sarà riferita all'anno successivo e sono così suddivise:
 - ✓ **MINI Femm./Masc. A1:** Ballerini dai 6 ai 9 anni
 - ✓ **YOUTH Femm./Masc. A1:** Ballerini dai 10 ai 13 anni
 - ✓ **JUNIOR Femm./Masc. A1:** Ballerini dai 14 ai 16 anni
 - ✓ **ADULTI Femm./Masc. A1/A2:** Ballerini che hanno compiuto 17 anni
- ✎ **Nella categoria A3** della Tipologia "SOLO" **non esiste distinzione** Maschile/Femminile.
 - ✓ **Mini A3:** Ballerini dai 6 ai 9 anni
 - ✓ **Youth A3:** Ballerini dai 10 ai 13 anni
 - ✓ **Junior A3:** Ballerini dai 14 ai 16 anni
 - ✓ **Adulti A3:** Ballerini dai 17 anni
- ✎ **La velocità musicale dei brani (B.p.m.) è così suddivisa:**

✓ MINI A1/A3	32 – 34 B.p.m.
✓ YOUTH A1/A3	34 – 36 B.p.m.
✓ JUNIOR A1/A3	34 – 36 B.p.m.
✓ ADULTI A1/A2/A3	34 – 36 B.p.m.
- ✎ Chi non si atterrà alle seguenti regole:
 - ✓ Ballerino senza numero di gara;
Sarà penalizzato di 5 punti.
 - ✓ Musica sopra/sotto i limiti di tempo;
 - ✓ Musica sopra/sotto le Battute per minuto;
 - ✓ Invadere lo spazio altrui;
 - ✓ Non eseguire il minimo di 3 elementi acrobatici;
Sarà penalizzato di 10 punti.
 - ✓ Uso di scenografia e/o oggettistica
 - ✓ Usare musica diversa dalla Disco Dance
 - ✓ Inserimento elementi acrobatici non ammessi (Cat. MINI)
 - ✓ Non Presentarsi in Pista dopo la terza chiamata nelle selezioni, semifinali e finali
 - ✓ Numero di ballerini maggiore del consentito nei Piccoli Gruppi/Formazioni.
vedrà la propria coreografia classificarsi all'ultimo posto.
 - ✓ Non Presentarsi in Pista dopo la terza chiamata nelle finali senza selezioni
vedrà la propria coreografia depennata.
- ✎ **Tutte le penalizzazioni di cui sopra saranno assegnate ESCLUSIVAMENTE DAL DIRETTORE DI GARA, su segnalazione dei Giudici (che dovranno votare REGOLARMENTE la Coreografia), Dee Jay (lunghezza del brano), o rilevamento diretto del D.G.. Le penalità verranno assegnate solo dopo ulteriore accertamento a mezzo video e/o informatico.**
- ✎ **Tutti i Ballerini devono eseguire un minimo di tre (3) differenti elementi acrobatici, senza limiti nel massimo e gli stessi possono essere singoli o combinati (massimo tre differenti elementi acrobatici per ogni combinata). I ballerini di categoria MINI possono eseguire ESCLUSIVAMENTE gli elementi acrobatici contenuti nel quaderno tecnico "Safety Level MINI"**
- ✎ Tutte le Categorie, disputeranno secondo il numero degli iscritti passaggio di Selezione/i Semifinale e la Finale.
- ✎ Nelle Finali, in mancanza di musica propria, verrà utilizzata la Musica Federale.
- ✎ Il **Direttore di Gara, qualora si renda necessario**, potrà in qualsiasi momento apportare modifiche allo svolgimento Competitivo.
- ✎ Il Giudizio espresso dai Giudici è la sommatoria di più parametri, differenziati in base alla tipologia. La differenziazione in base alla tipologia è la seguente:

SOLO:

- ✓ **Tecnica + Acrobazia:** Tecnica di esecuzione della Disco Dance. Elasticità/ scioltezza, movimento fluido del corpo delle braccia e delle gambe, Dinamicità Velocità e Precisione nell'Esecuzione. Grado di difficoltà degli Elementi Acrobatici inseriti, tecnica di esecuzione, altezza – velocità.
- ✓ **Figure di Danza:** Esecuzione – difficoltà - precisione, movimenti, equilibrio, postura – tempo, sopra-tempo, sotto-tempo. Utilizzo razionale dello spazio (in Linea e Diagonale) – Portamento, direzione sguardo, postura e controllo estremità.
- ✓ **Coreografia + Presentazione:** Creatività e scelta tipo di figurazioni – Distribuzione delle figure Tecniche ed Acrobatiche (Alternanza di figurazioni in Linea e in Diagonale), occupazione dell'intero spazio scenico a propria disposizione; scelta delle figure rispettando la melodia, attinenza delle stesse; Interpretazione, sguardo, agonismo, espressione. Abbigliamento, eleganza, accessori, attinenza con il pezzo musicale; Portamento, direzione dello sguardo, postura, movimenti delle braccia; entrata – uscita, la camminata, il saluto, l'espressione.

DUO/COPPIA:

- ✓ **Tecnica + Acrobazia:** Tecnica di esecuzione della Disco Dance. Elasticità/ scioltezza, movimento fluido del corpo delle braccia e delle gambe, Dinamicità Velocità e Precisione nell'Esecuzione. Grado di difficoltà degli Elementi Acrobatici inseriti, tecnica di esecuzione, altezza – velocità.
- ✓ **Figure di Danza:** Esecuzione – difficoltà - precisione, movimenti, equilibrio, postura – tempo, sopra-tempo, sotto-tempo. Utilizzo razionale dello spazio (in Linea e Diagonale) – Portamento, direzione sguardo, postura e controllo estremità.
- ✓ **Coreografia + Presentazione:** Creatività e scelta tipo di figurazioni – Distribuzione delle figure Tecniche ed Acrobatiche (Alternanza di figurazioni in Linea e in Diagonale), occupazione dell'intero spazio scenico a propria disposizione; scelta delle figure rispettando la melodia, attinenza delle stesse; Interpretazione, sguardo, agonismo, espressione. Abbigliamento, eleganza, accessori, attinenza con il pezzo musicale; Portamento, direzione dello sguardo, postura, movimenti delle braccia; entrata – uscita, la camminata, il saluto, l'espressione.

PICCOLI GRUPPI/FORMAZIONI:

- ✓ **Tecnica + Acrobazia + Figure di Danza:** Tecnica di esecuzione della Disco Dance – Techno – House. Ritmo (sopra – tempo, sotto - tempo). Esecuzione delle Figure e dei Movimenti tecnici (Impostazione, Eleganza, Portamento velocità di esecuzione, equilibrio). Tecnica di esecuzione degli elementi Acrobatici (Ingresso – Uscita) e grado di difficoltà. Sicurezza nell'esecuzione di ogni elemento Acrobatico.
- ✓ **Sincronismo:** Sincronismo dei ballerini durante l'esecuzione della fase di ballo, l'esecuzione degli elementi Acrobatici, il passaggio dall'uscita di un elemento Acrobatico alla fase di ballo, movimento di braccia – gambe – busto - testa.
- ✓ **Coreografia + Presentazione:** Eleganza, originalità della musica e dei costumi attinenti alla musica. Ingresso ed uscita dei ballerini, personalità e sicurezza dei componenti del Gruppo, distribuzione delle figure tecniche ed elementi Acrobatici nel contesto del balletto (melodia – Ritmo), occupazione dello spazio a propria disposizione, interpretazione musicale, Linee di ballo (orizzontali, verticali, diagonali).

- In tutte le categorie, con minore tolleranza per le categorie inferiori, saranno penalizzati quei ballerini/e che avranno atteggiamenti volgari ed indosseranno costumi ostentatamente provocanti.
- **Non è consentito a:** Insegnanti, Capi Gruppo, durante lo svolgimento delle Manifestazioni, chiedere spiegazioni su Giudizi non condivisi o presunte irregolarità ai **Giudici di Gara**. Per eventuali spiegazioni, informazioni o reclami rivolgersi al **Direttore di Gara**, nei tempi e regole previsti, compatibilmente con lo svolgimento della Manifestazione.
- Per tutte le situazioni non esaminate in queste normative, si prenderanno di riferimento i Regolamenti Internazionali dell'I.D.F.. Nel caso persistano situazioni indefinite la competenza sarà della Commissione Tecnica.



DISCO FREESTYLE SOLO

(Solo Maschio – Solo Femmina)

CATEGORIE

- I passaggi dalla categoria Mini fino alla categoria Adulti A2, avvengono per raggiungimento dei limiti di età e sono automatici.
- **La permanenza nella categoria ADULTI A2 A3 è ILLIMITATA**, salvo passaggi automatici per meriti sportivi. Il 1°, il 2° ed il 3° Classificato della Coppa Italia e del Campionato Italiano nella Categoria A3 e A2 saranno automaticamente inseriti per l'anno successivo rispettivamente nella Categoria A2 (A3 → A2) e nella Categoria A1 (A2 → A1).
- Per la Categoria Adulti A1 è prevista la retrocessione in Categoria A2 per gli ultimi classificati della Ranking italiana. Il numero delle retrocessioni sarà deciso al termine dell'anno sportivo dal Consiglio Direttivo.
- Tutti i passaggi di categoria **non automatici, su richiesta degli Insegnanti**, dovranno essere approvati dalla Commissione Tecnica.

TEMPI DI GARA

- La durata dei brani musicali utilizzati è la seguente:

Selezioni e Semifinali (Musica Federale)

- ✓ Durata del brano **1'.00" per tutte le Categorie e Tipologie.**

Finali (Musica Propria)

- ✓ Durata del brano da **1'.00" a 1'.15" per tutte le Categorie e Tipologie.**

Categorie A3 Selezioni – Semifinali – Finali (Musica Federale)

- ✓ Durata del brano **1'.00" per tutte le Categorie.**
- Le musiche proprie devono rispettare le seguenti caratteristiche:
 - ✓ Contenere, ben comprensibile, il solo brano di gara e riportare, ben visibile: Il Numero di Gara, Nome del Club, Titolo della Coreografia, Durata, Nome e Cognome Ballerino/a, Tipologia, Disciplina, Categoria.

SVOLGIMENTO COMPETIZIONI

- Le Selezioni e le Semifinali si svolgeranno con un massimo di 2 (due) ballerini in pista, mentre in FINALE si esibirà un solo ballerino alla volta.

METODOLOGIA VALUTATIVA

- La Valutazione della Giuria viene espressa con valori da **6 a 60** punti così suddivisi:

✓ ACROBAZIA + TECNICA	DA 3 a 30 PUNTI
✓ FIGURE DI DANZA	DA 2 a 20 PUNTI
✓ COREOGRAFIA + PRESENTAZIONE	DA 1 a 10 PUNTI

PENALITA'

✓ CADUTA	CINQUE (5) PUNTI
✓ ERRORI DI TEMPO	DIECI (10) PUNTI



DISCO FREESTYLE COPPIA (Maschio/Femmina)

- ✚ I passaggi dalla categoria Mini fino alla categoria Adulti A2, avvengono per raggiungimento dei limiti di età e sono automatici.
- ✚ **La permanenza nella categoria ADULTI A2** è ILLIMITATA, salvo passaggi automatici per meriti sportivi. Il 1°, il 2° ed il 3° Classificato della Coppa Italia e del Campionato Italiano nella Categoria Adulti A2 saranno automaticamente inseriti per l'anno successivo nella Categoria A1 (A2 → A1).
- ✚ Per la Categoria Adulti A1 è prevista la retrocessione in Categoria A2 per gli ultimi classificati della Ranking italiana. Il numero delle retrocessioni sarà deciso al termine dell'anno sportivo dal Consiglio Direttivo.
- ✚ Tutti i passaggi di categoria **non automatici, su richiesta degli Insegnanti**, dovranno essere approvati dalla Commissione Tecnica.
- ✚ Tutti i Ballerini possono partecipare in una sola Categoria, ma possono prendere parte in entrambe le Tipologie (Duo/Coppia).

TEMPI DI GARA

- ✚ La durata dei brani musicali utilizzati è la seguente:

Selezioni e Semifinali (Musica Federale)

- ✓ Durata del brano **1'.15" per tutte le Categorie e Tipologie.**

Finali (Musica Propria)

- ✓ Durata del brano da **1'.15" a 1'.30" per tutte le Categorie e Tipologie.**

- ✚ Le musiche proprie devono rispettare le seguenti caratteristiche:

- ✓ Contenere, ben comprensibile, il solo brano di gara e riportare, ben visibile: Il Numero di Gara, Nome del Club, Titolo della Coreografia, Durata, Nome e Cognome Coppia, Tipologia, Disciplina, Categoria.

SVOLGIMENTO COMPETIZIONI

- ✚ Le Selezioni e Semifinali si svolgeranno con un massimo di 2 (due) Coppie in pista, mentre in finale si esibirà una sola Coppia alla volta.

METODOLOGIA VALUTATIVA

- ✚ La valutazione della Giuria viene espressa con valori da **6 a 60** punti così suddivisi:

✓ ACROBAZIA + TECNICA	DA 3 a 30 PUNTI
✓ FIGURE DI DANZA + SINCRONISMO	DA 2 a 20 PUNTI
✓ COREOGRAFIA + PRESENTAZIONE	DA 1 a 10 PUNTI

PENALITA'

✓ CADUTA	CINQUE (5) PUNTI
✓ ERRORI DI TEMPO	DIECI (10) PUNTI



DISCO FREESTYLE DUO (Due Maschi o Due Femmine)

- ✎ I passaggi dalla categoria Mini fino alla categoria Adulti A2, avvengono per raggiungimento dei limiti di età e sono automatici.
- ✎ **La permanenza nella categoria ADULTI A2** è ILLIMITATA, salvo passaggi automatici per meriti sportivi. Il 1°, il 2° ed il 3° Classificato della Coppa Italia e del Campionato Italiano nella Categoria Adulti A2 saranno automaticamente inseriti per l'anno successivo nella Categoria A1 (A2 → A1).
- ✎ Tutti i passaggi di categoria **non automatici, su richiesta degli Insegnanti**, dovranno essere approvati dalla Commissione Tecnica.
- ✎ Tutti i Ballerini possono partecipare in una sola Categoria, ma possono prendere parte in entrambe le Tipologie (Duo/Coppia).

TEMPI DI GARA

- ✎ La durata dei brani musicali utilizzati è la seguente:

Selezioni e Semifinali (Musica Federale)

- ✓ Durata del brano **1'.15" per tutte le Categorie e Tipologie.**

Finali (Musica Propria)

- ✓ Durata del brano da **1'.15" a 1'.30" per tutte le Categorie e Tipologie.**

- ✎ Le musiche proprie devono rispettare le seguenti caratteristiche:

- ✓ Contenere, ben comprensibile, il solo brano di gara e riportare, ben visibile: Il Numero di Gara, Nome del Club, Titolo della Coreografia, Durata, Nome e Cognome del Duo, Tipologia, Disciplina, Categoria.

SVOLGIMENTO COMPETIZIONI

- ✎ Le Selezioni e Semifinali si svolgeranno con un massimo di 2 (due) Duo in pista, mentre in finale si esibirà un solo Duo alla volta.

METODOLOGIA VALUTATIVA

- ✎ La valutazione della Giuria viene espressa con valori da **6 a 60** punti così suddivisi:

- | | |
|--|------------------------|
| ✓ ACROBAZIA + TECNICA | DA 3 a 30 PUNTI |
| ✓ FIGURE DI DANZA + SINCRONISMO | DA 2 a 20 PUNTI |
| ✓ COREOGRAFIA + PRESENTAZIONE | DA 1 a 10 PUNTI |

PENALITA'

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ✓ CADUTA | CINQUE (5) PUNTI |
| ✓ ERRORI DI TEMPO | DIECI (10) PUNTI |



DISCO FREESTYLE PICCOLI GRUPPI **(da 3 a 7 Ballerini)**

CATEGORIE

- ✚ Nelle categorie Youth – Junior – Adulti sono ammessi ballerini di età inferiore.
- ✚ Nella categoria MINI è ammesso un fuori quota di anni 10.
- ✚ Tutti i club possono iscrivere più coreografie; uno o più ballerini possono essere iscritti sia nei Piccoli Gruppi che nelle Formazioni.
- ✚ **Due (2) ballerini possono essere iscritti a due o più Piccoli Gruppi.**

TEMPI DI GARA

- ✚ La durata dei brani musicali utilizzati è la seguente:

Selezioni, Semifinali, Finali (Musica Propria)

- ✓ Durata del brano da **2'.00"** a **2':30"** per tutte le Categorie.
- ✚ Le musiche proprie devono rispettare le seguenti caratteristiche:
 - ✓ Contenere, ben comprensibile, il solo brano di gara e riportare, ben visibile: Il Numero di Gara, Nome del Club, Titolo della Coreografia, Durata, Tipologia, Disciplina, Categoria.

SVOLGIMENTO COMPETIZIONI

- ✚ Le Selezioni, Semifinali e Finali si svolgeranno con un solo Piccolo Gruppo in pista.

METODOLOGIA VALUTATIVA

- ✚ La valutazione della Giuria viene espressa con valori da **6 a 60** punti così suddivisi:

✓ ACROBAZIA + TECNICA + FIGURE DI DANZA	DA 3 a 30 PUNTI
✓ SINCRONISMO	DA 2 a 20 PUNTI
✓ COREOGRAFIA + PRESENTAZIONE	DA 1 a 10 PUNTI

PENALITA'

✓ CADUTA	CINQUE (5) PUNTI
✓ ERRORI DI TEMPO	DIECI (10) PUNTI



DISCO FREESTYLE FORMAZIONE

(da 8 a 24 Ballerini)

- ✚ Nelle categorie Youth – Junior – Adulti sono ammessi ballerini di età inferiore.
- ✚ Nella categoria MINI è ammesso un fuori quota di anni 10.
- ✚ Tutti i Clubs possono iscrivere più coreografie.
- ✚ Uno o più ballerini possono essere iscritti sia nei Piccoli Gruppi che nelle Formazioni.
- ✚ **Quattro (4) ballerini possono essere iscritti a due o più Formazioni.**

TEMPI DI GARA

- ✚ La durata dei brani musicali utilizzati è la seguente:
 - ✓ **Selezioni, Semifinali, Finali (Musica Propria)**
 - ✓ Durata del brano da **2'.30"** a **4':00"** **per tutte le Categorie.**
- ✚ Le musiche proprie devono rispettare le seguenti caratteristiche:
 - ✓ Contenere, ben comprensibile, il solo brano di gara e riportare, ben visibile: Il Numero di Gara, Nome del Club, Titolo della Coreografia, Durata, Tipologia, Disciplina, Categoria.

SVOLGIMENTO COMPETIZIONI

- ✚ Le Selezioni, Semifinali e Finali si svolgeranno con una sola Formazione in pista.

METODOLOGIA VALUTATIVA

- ✚ La valutazione della Giuria viene espressa con valori da **6 a 60** punti così suddivisi:

✓ ACROBAZIA + TECNICA + FIGURE DI DANZA	DA 3 a 30 PUNTI
✓ SINCRONISMO	DA 2 a 20 PUNTI
✓ COREOGRAFIA + PRESENTAZIONE	DA 1 a 10 PUNTI

PENALITA'

✓ CADUTA	CINQUE (5) PUNTI
✓ ERRORI DI TEMPO	DIECI (10) PUNTI

