



DANZE NAZIONALI

BALLO da SALA – LISCIO UNIFICATO

REGOLAMENTO PER LE COMPETIZIONI
(DANZE NAZIONALI)

Settore	Discipline
DANZE NAZIONALI	Ballo da Sala Liscio Unificato



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.

Il settore Danze Nazionali prevede le seguenti discipline:

DISCIPLINE	DANZE
LISCIO	Mazurca, Valzer, Polca
BALLO DA SALA	Valzer Lento, Tango, Foxtrot
COMBINATA NAZIONALE 6 DANZE	Valzer Lento, Mazurca, Tango, Valzer, Foxtrot, Polca

1.1 UNITÀ COMPETITIVE

La specialità prevede l'unità competitiva COPPIA ovvero composta da un atleta maschio e una femmina.

1.2 CATEGORIE

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

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
08/11 - JUVENILE	08/11 anni: il componente più anziano della coppia ha tra i 8 e gli 11 anni
12/15 - JUNIOR	12/15 anni: il componente più anziano della coppia ha tra i 12 ed i 15 anni
16/18 - YOUTH	16/18 anni: il componente più anziano della coppia ha tra i 16 e i 18 anni
18/34	18/34 anni: entrambi i componenti sono almeno nel 18° anno
19/34 - ADULTI	19/34 anni: il componente più anziano della coppia ha tra 19 e 34 anni
35/... SENIOR*	35/44 anni – SENIOR I: il componente più anziano della coppia deve avere un'età compresa tra i 35 e i 44 anni mentre il più giovane deve essere almeno nel 30mo anno di età. Qualora il più giovane abbia meno di 30 anni la coppia dovrà competere nella categoria Adulti.
	45/54 anni – SENIOR II: il componente più anziano deve avere un'età compresa tra i 45 e i 54 anni mentre il più giovane deve essere almeno nel 40mo anno. Qualora il più giovane abbia meno di 40 anni la coppia dovrà competere nella Senior I.
	55/60 anni – SENIOR III: il componente più anziano deve avere un'età compresa tra i 55 ed i 60 anni, mentre il più giovane deve essere almeno nel 50mo anno. Qualora il più giovane abbia meno di 50 anni la coppia dovrà competere nella categoria Senior II.
	61/64 – SENIOR IV: il componente più anziano deve avere un'età compresa tra i 61 ed i 64 anni, mentre il più giovane deve essere almeno nel 55mo anno. Qualora il più giovane abbia meno di 55 anni la coppia dovrà competere nella categoria Senior III.
	65/69 – SENIOR V: il componente più anziano deve avere un'età compresa tra i 65 e i 69 anni, mentre il più giovane deve essere almeno nel 60mo anno. Qualora il più giovane abbia meno di 60 anni la coppia dovrà competere nella categoria Senior IV
	70/oltre – SENIOR VI: il componente più anziano deve avere un'età pari o superiore ai 70 anni, mentre il più giovane deve essere almeno nel 65mo anno. Qualora il più giovane abbia meno di 65 anni la coppia dovrà competere nella categoria Senior V.

*Nelle categorie Senior alla coppia è consentito scegliere, con vincolo per un intero anno sportivo, la categoria del componente più giovane.

1.3 CLASSI

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

CATEGORIE	8/11	12/15	16/18	19/34	35/44	45/54	55/60	61/64	65/69	70/oltre
CLASSI	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C
	B2	B2	B2	B2	B2	B2	B2	B2	B2	B2
	B1	B1	B1	B1	B1	B1	B1	B1	B1	B1
	A2	A2	A2	A2	A2	A2	A2	A2	A2	A2
	A1	A1	A1	A1	A1	A1	A1	A1	A1	A1

NOTA: Per le **OPEN** le categorie saranno: **UNDER15, UNDER18, OVER19, OVER35/45/55/65.**

1.3.1 PROFESSIONISTI

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

CATEGORIE	18/34	35/44	45/54	55/64	65/Oltre
CLASSI	PD	PD	PD	PD	PD

1.3.2 Compatibilità tra discipline

La coppia che intende competere nelle Danze Nazionali deve tesserarsi rispettando le seguenti condizioni di compatibilità tra le discipline con riferimento alle Danze Standard e al Liscio Tradizionale:

Discipline	Discipline
Danze Standard, classe A, A2, A1 e AS	Danze Nazionali classe A2
Danze Nazionali classe A1	Danze Standard, classe B2 o superiori
Liscio Tradizionale classe B e A (e sottoclassi)	Danze Nazionali classe B (e sottoclassi) e A2

1.4 NORME DI SPECIALITÀ

Le unità competitive di tutte le classi devono eseguire le figurazioni consentite definite dal Settore Tecnico Federale.

1.5 ABBIGLIAMENTO

Per tutte le discipline delle danze nazionali le norme regolamentari relative all'abbigliamento sono riportate di seguito.

ATLETA MASCHIO STILE NAZIONALE	
Categorie: TUTTE Classi: C, B2 Categorie: 08/11 e 12/15 Classi: B1, A	ABBIGLIAMENTO Camicia. Camicia bianca a maniche lunghe (si consiglia come tessuto <i>cotone o polycotone</i>). La camicia deve essere indossata dentro ai pantaloni. Sono vietati: il colletto da cerimonia, le maniche arrotolate e i polsini con gemelli. Per le categorie 12/15, 16/18, Adulti e Senior la camicia può anche essere nera. Pantalone. Pantalone esclusivamente nero con vita normale con o senza pinces di taglio classico (no a zampa d'elefante).

Cintura nera opzionale: la fibbia metallica è permessa ma deve essere di fattura classica, di colore nero o acciaio, di dimensioni normali senza marchi.

È permesso l'inserimento di una fascia di raso nero o velluto nero nel pantalone in vita (larghezza massima 5 cm) e una bordatura laterale, sempre di raso nero o velluto nero tipo smoking (larghezza massima 2 cm).

Cravatta: nera o dello stesso colore/fantasia dell'abito della partner.

L'uso del gilet nero, di materiale uguale o simile al pantalone, è facoltativo. La lunghezza massima è sotto la linea dei glutei.



Materiali. Sono vietati tessuti lucidi, prestampati o sintetici così come i materiali trasparenti, metallizzati, a rete e con trame elaborate.

DECORAZIONI ED EFFETTI LUMINOSI

Non ammessi.

SCARPE E CALZE

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzate calze nere lunghe.

ACCONCIATURA, MAKE UP, GIOIELLI E MONILI

È preferibile il taglio dei capelli corto. Qualora si preferiscano i capelli lunghi è obbligatorio legarli in una coda ordinata.

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

ABBIGLIAMENTO

Frac nero o Blu scuro (quando aperto con panciotto bianco), camicia bianca e papillon bianco.

Abito Completo: giacca e pantalone neri, camicia bianca con cravatta nera o papillon bianco.

DECORAZIONI ED EFFETTI LUMINOSI

Non ammessi.

SCARPE E CALZE

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità, nere in cuoio scamosciato o cuoio verniciato. Devono essere utilizzate calze nere lunghe.

ACCONCIATURA, MAKE UP, GIOIELLI E MONILI

È preferibile il taglio dei capelli corto. Qualora si preferiscano i capelli lunghi è obbligatorio legarli in una coda ordinata.

È concesso il trucco e l'utilizzo dei gioielli.

Categorie:
**YOUTH,
ADULTI e
SENIOR**
Classi:
B1, A2, A1

Categorie:
TUTTE
Classe:
PD

**ATLETA FEMMINA
STILE NAZIONALE**

Categorie:

TUTTE

Classi:

ABBIGLIAMENTO

C, B2

Categorie:

08/11 e 12/15

Classi:

B1, A

Gonna nera abbinata a camicetta o body bianco (tip. A) oppure abito semplice ad un solo colore con culottes dello stesso colore (tip. B) oppure body con gonna dello stesso colore (tip. C). Per i dettagli consulta le precisazioni riportate di seguito.

Per la sola classe C e B2 è possibile prevedere anche un abito (body e gonna o intero) bicolore, multicolore o fantasia.

Sono concesse piccole arricciature sui fianchi e bottoni sulla schiena rivestiti dello stesso materiale e colore dell'abito.

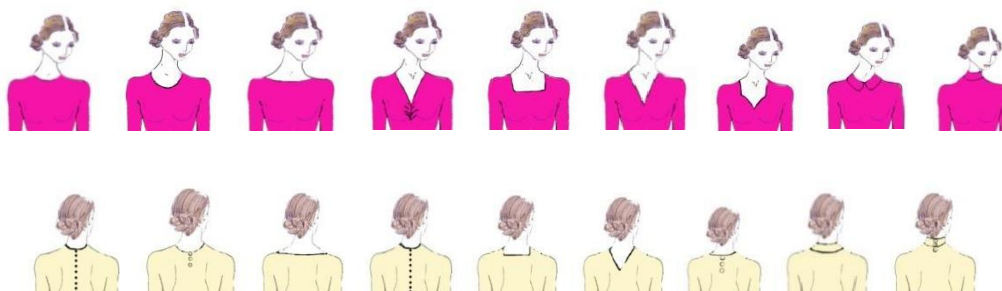


Tip. A

Tip. B

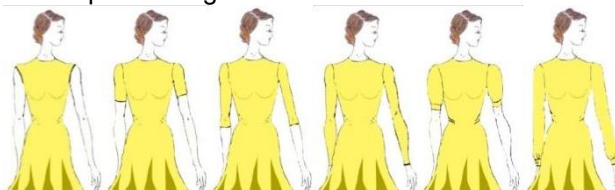
Tip. C

Colletti. In figura sono riportati i tagli concessi:



Per le categorie Adulti e Senior, oltre ai modelli sopra riportati è consentito un leggero drappeggio attorno al colletto

Maniche. In figura sono riportati i tagli concessi:



Gonne.

Per le categorie 08/09 e 10/11: la gonna può essere liscia o a pieghe, da un minimo di 1 ad un massimo di 3 mezze ruote. È concessa una semplice sottogonna, non ampia.

La lunghezza non deve essere più di 5 cm sopra al ginocchio e più di 5 cm sotto.

La gonna può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito con inizio inserto da metà coscia e non più di 2 davanti e 2 dietro per un totale di 4 inserti.

Non sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semirigidi. È concesso il filo di nylon utilizzato nell'orlo della gonna.

Sono vietati i materiali trasparenti, metallizzati e color carne.

Possono essere usati tessuti diversi nella combinazione dello stesso colore.

Nel body possono essere utilizzati materiali trasparenti nelle maniche, come ad esempio pizzi o retine in cui è possibile intravedere la trasparenza.

Si riportano di seguito alcuni esempi:



Per le altre categorie (Junior, Youth, Adulti e Senior): la gonna può essere lunga fino alla linea della caviglia; può avere inserti triangolari (trasparenti o di pizzo) dello stesso colore dell'abito con inizio inserto da metà coscia.

Sono ammesse finiture con crine o raso, balze sulla gonna o sottogonna, cerchi rigidi o semi-rigidi.

Sono vietati i materiali trasparenti, metallizzati e color carne.

Possono essere usati tessuti diversi nella combinazione dello stesso colore.

Nel body possono essere utilizzati materiali trasparenti, come ad esempio pizzi o retine purché sovrapposti al tessuto, ad eccezione delle sole maniche, sulle balze, o nella parte alta della scollatura fino all'altezza ricoperta dal reggiseno, sia davanti che sulla schiena in cui è possibile intravedere la trasparenza.

È consentito un body un po' morbido, non aderente, con una leggera ampiezza sotto le braccia.

Gli inserti triangolari in trasparenza devono iniziare a metà coscia

Si riportano di seguito alcuni esempi:



DECORAZIONI ED EFFETTI LUMINOSI

Sono vietate tutte le decorazioni (es. lustrini, piume, fiori, nodi, frange, lacci, ecc.).

SCARPE E CALZE

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità.

Sono permessi tutti i colori di scarpe. Le scarpe possono essere indossate con calze corte bianche.
Sono ammesse, oltre alle calze corte, anche i collant purché di color carne; non sono invece ammesse calze a rete o con ricami fantasia.

Per la categoria 08/11: scarpe con tacco rigido (tacco non più alto di 3,5 cm), senza strass o decorazioni luminose.

Per la categoria 12/15: scarpe con tacco stretto o cubano (tacco non più alto di 5 cm), senza strass o decorazioni luminose.

Per le categorie 16/18, Adulti e Senior: nessuna restrizione.

ACCONCIATURA, MAKE UP, GIOIELLI E MONILI

Per le categorie 08/11 e 12/15: sono concesse le acconciature alte. È concesso un fiore senza strass, dello stesso colore dell'abito.

Sono vietati i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini. È vietato il trucco (fondotinta, rossetto, mascara, ciglia artificiali, unghie finte, brillantini, abbronzatura artificiale, unghie colorate, ecc.).

Sono vietati i gioielli (bracciali, anelli, collane, orecchini, concesso il brillantino o punto luce ecc.).

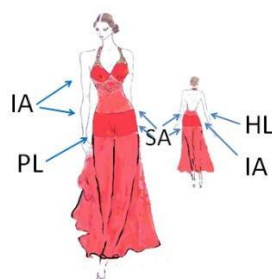
Per le categorie 16/18, Adulti e Senior: sono concesse le acconciature alte, i capelli artificiali, gli ornamenti per capelli, spray coloranti o i brillantini.

La femmina può essere truccata in maniera sobria.

Sono vietati i gioielli (bracciali, anelli, collane, orecchini, concesso il brillantino o punto luce ecc.).

ABBIGLIAMENTO

Abito due pezzi non concesso.



Il disegno riportato sopra rappresenta l'area minima di copertura dell'abito:

- **IA** – Zone intime: le parti del corpo che devono essere coperte da materiali non trasparenti o color carne;
- **PL** – Linea inferiore della culotte (come descritto nella parte generale);
- **HL** – Linea superiore della culotte (quanto può essere bassa come descritto nella parte generale);
- **SA** – L'area minima che deve essere coperta.

DECORAZIONI ED EFFETTI LUMINOSI

Non ci sono restrizioni.

SCARPE E CALZE

Possono essere indossate esclusivamente scarpe progettate e approvate per la specialità. Sono ammessi anche i collant di color carne. Non sono ammesse calze a rete né calze con ricami o fantasia.

ACCONCIATURA, MAKE UP, GIOIELLI E MONILI

Non vi sono restrizioni in riferimento ad acconciatura e trucco. Sono concessi i gioielli.

Categorie:
**YOUTH,
ADULTI e
SENIOR**
Classi:
B1, A2, A1

Categorie:
TUTTE
Classe:
PD

2. LISCIO UNIFICATO

La specialità prevede competizioni su tre danze, nell'ordine: Mazurca, Valzer, Polca.

2.1 CARATTERISTICHE DEI BRANI MUSICALI

I balli di gara devono essere eseguiti su brani che rispettino le seguenti velocità metronomiche espresse in battute per minuto:

Mazurca	Valzer	Polca
44-46	58-59	52-54

2.1.1 Durata dei brani musicali

La durata dei singoli balli di gara è compresa tra 1:30 e 2:00 minuti, ad eccezione del Valzer che è compresa tra 1:20 e 1:40 minuti.

Per le categorie Senior III, IV, V e VI la durata massima di tutti i brani deve essere ridotta di 30 secondi.

2.2 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

È necessario far trascorrere almeno 15 minuti tra una fase di gara e l'altra, almeno 20 secondi tra un ballo e l'altro. Per le categorie Senior III, IV, V e VI la durata minima e massima di tutti i brani deve essere ridotta di 30 secondi.

2.3 SISTEMI DI GIUDIZIO

SK – SKATING

2.4 ABILITAZIONE

SN – Stile Nazionale

3. BALLO DA SALA

La specialità prevede competizioni su tre danze, nell'ordine: Valzer Lento, Tango, Foxtrot.

3.1 CARATTERISTICHE DEI BRANI MUSICALI

I balli di gara devono essere eseguiti su brani che rispettino le seguenti velocità metronomiche espresse in battute per minuto:

Valzer L.	Tango	Foxtrot
30	32	46-47

3.1.1 Durata dei brani musicali

La durata dei singoli balli di gara è compresa tra 1:30 e 2:00 minuti.

Per le categorie Senior III, IV, V e VI la durata minima e massima di tutti i brani deve essere ridotta di 30 secondi.

3.2 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

È necessario far trascorrere almeno 15 minuti tra una fase di gara e l'altra, almeno 20 secondi tra un ballo e l'altro. Per le categorie Senior III, IV, V e VI i tempi di recupero tra un ballo e l'altro devono essere di almeno 40 secondi.

3.3 SISTEMI DI GIUDIZIO

SK – SKATING

3.4 ABILITAZIONE

SN – Stile Nazionale

4. COMBINATA NAZIONALE

La specialità prevede competizioni sulle sei danze, nell'ordine: Valzer Lento, Mazurca, Tango, Valzer, Fox Trot e Polca.

Valgono pertanto le disposizioni previste nel Liscio e nel Ballo da Sala.

4.1 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

È necessario far trascorrere almeno 15 minuti tra una fase di gara e l'altra, almeno 20 secondi tra un ballo e l'altro. Per le categorie Senior III, IV, V e VI i tempi di recupero tra un ballo e l'altro devono essere di almeno 40 secondi.

4.2 SISTEMI DI GIUDIZIO

SK – SKATING

4.3 ABILITAZIONE

SN – Stile Nazionale

VALZER LENTO

Disposizioni tecniche e figurazioni consentite

Punto 1

Si potranno danzare le figurazioni consentite sino alla categoria di appartenenza senza obbligo di alcuna routine.

Punto 2

Per quanto concerne: PMCC, MCC, Passi, Direzione ed Allineamento, Ammontare di Giro, Note, attenersi scrupolosamente a quanto riportato nel Libro di Testo e nelle brochure integrative.

Punto 3

Sino alla classe A la rotazione della testa è consentita esclusivamente quella attorno all'asse verticale, nelle due posizioni "Aperta o Chiusa".

Punto 4

Sino alla classe A sono vietate ogni tipo di Torsioni del Corpo, Rotazioni (Neck Roll) ed Appoggi della Testa sulla Spalla del Cavaliere.

Punto 5

Nella fase di preparazione è consentito trasferire il Peso da un Piede all'altro a discrezione della Coppia.

Punto 6

E' consentito il Passo di preparazione Avanti di PSx.

Punto 7

Le figurazioni riportate in "nero" sono da eseguire come riportate nel Libro di Testo ed eseguite nella loro interezza.

Punto 8

Le figurazioni riportate in "rosso" sono le uniche possibilità consentite di esecuzione parziale della figurazione.

Punto 9

Le figurazioni riportate in "blu" sono descritte nelle brochure allegate.

Punto 10

Quanto riportato nelle note, a seconda dei casi può essere una limitazione od un'integrazione a quanto descritto nel Libro di Testo.

Punto 11

La dicitura "Timing....." riporta l'unico timing consentito.

Classe C		
N°	FIGURAZIONE	NOTE
1	Base di PDx	
2	Base di PSx	
3	Base chiusa di PDx	
4	Base chiusa di PSx	
5	Giro a destra chiuso	
6	Giro a sinistra chiuso	
7	Giro a destra aperto	
8	Giro a sinistra aperto	
9	Giro spin	
Classe B2		
1÷9	Figurazioni Consentite per la Classe C	
10	1-3 Giro a destra aperto	
11	Base indietro di PSx in EP	La Fig.ne può essere iniziata con dama in linea
12	4-6 Giro a sinistra aperto	
13	Esitazione a destra	
14	Balancè	La Fig.ne può essere iniziata e ripetuta con qualsiasi allineamento
Classe B1		
1÷14	Figurazioni Consentite per la Classe B2	
15	4-6 Esitazione a destra	
16	1-3 Giro a sinistra aperto	
17	Base indietro di PDx con dama in linea	
18	4-6 Giro a destra aperto	
19	1-3 Giro a destra chiuso	
20	1-3 Giro a sinistra chiuso	
21	Doppio Chassè a Dx iniziato di PSx Indietro	La Fig.ne può ruotare sino a 3/4 di giro
22	Doppio Chassè a Sx iniziato di PDx Indietro	La Fig.ne può ruotare sino a 3/4 di giro

23	1-6 Giro spin	
24	Pivots a Dx iniziato di PSx Indietro	
Classe A2		
1+24	Figurazioni Consentite per la Classe B1	
25	Base di PDx in EP	
26	4-6 Giro spin	
27	Reverse hesitation	Al movimento 3 per la dama è possibile effettuare azione di "flick" di PDx
28	Passo di cambio di PSx terminato aperto	
29	Incrocio progressivo laterale	
Classi A1-PD		
1+29	Figurazioni Consentite per la Classe A	
30	Pivots a Dx iniziato di PDx Avanti	
31	Uscite esterne progressive	
32	Uscite esterne sul posto	Al movimento 4 per la dama è possibile effettuare azione di "flick" di PDx, effettuando un conteggio alternativo 1-2-3-&-1-2-3-1-2-3
33	Spin esterno	
34	Passo di cambio veloce	
35	4-6 Uscite esterne sul posto	La Fig.ne può iniziare FDgC - FLdB - FDgP
36	1-3 Reverse hesitation	
37	Chassè a destra girato a destra con azione di pivot sul PDx	
38	Pivots terminati con esitazione	
39	Giro a sinistra veloce in progressione	
40	4-7 Giro a sinistra veloce in progressione	
41	Chassè a destra inclinato a sinistra	La Fig.ne può iniziare anche da Posizione Chiusa
42	Esitazione a sinistra	Al movimento 6 o 9 per la dama è possibile effettuare azione di "flick" di PSx
43	Pivots a Sx iniziato di PDx Indietro	
44	Pivots a Sx iniziato di PSx Avanti	

TANGO

Disposizioni tecniche e figurazioni consentite

Punto 1

Si potranno danzare le figurazioni consentite sino alla categoria di appartenenza senza obbligo di alcuna routine.

Punto 2

Per quanto concerne: PMCC, MCC, Passi, Direzione ed Allineamento, Ammontare di Giro, Note, attenersi scrupolosamente a quanto riportato nel Libro di Testo e nelle brochure integrative.

Punto 3

Sino alla classe A la rotazione della testa è consentita esclusivamente quella attorno all'asse verticale, nelle due posizioni "Aperta o Chiusa".

Punto 4

Sino alla classe A sono vietate ogni tipo di Torsioni del Corpo, Rotazioni (Neck Roll) ed Appoggi della Testa sulla Spalla del Cavaliere.

Punto 5

Le figurazioni riportate in "nero" sono da eseguire come riportate nel Libro di Testo ed eseguite nella loro interezza.

Punto 6

Le figurazioni riportate in "rosso" sono le uniche possibilità consentite di esecuzione parziale della figurazione o figurazioni con finale alternativo.

Punto 7

Le figurazioni riportate in "blu" sono descritte nelle brochure allegate.

Punto 8

Quanto riportato nelle note, a seconda dei casi può essere una limitazione od un'integrazione a quanto descritto nel Libro di Testo.

Punto 9

La dicitura "Timing....." riporta l'unico timing consentito.

Classe C		
N°	FIGURAZIONE	NOTE
1	Passo argentino	
2	Passo di PDx contato slow	
3	Passo di PSx avanti contato slow	
4	Passo di PSx indietro contato slow	
5	Argentino battuto	Non è consentito ruotare
6	Argentino laterale	Timing: QQS
7	Argentino laterale terminato in PP	
8	Passo laterale progressivo	
9	1-3 Passo laterale progressivo	
10	2-3 Passo laterale progressivo	
11	2-4 Passo laterale progressivo	
12	Giro a sinistra aperto (terminato in EP)	può terminare FP - FDgP - FLdb
13	Giro a sinistra aperto terminato chiuso	può terminare FP - FDgP - DDgC
14	Promenade chiusa	può terminare FP - FDgP - FLdb - FDgC
15	Promenade aperta	può terminare FDgP - FLdb - FDgC
16	Medio cortè	può terminare FDgP - FLdb - FDgC
Classe B2		
1+16	Figurazioni Consentite per la Classe C	
17	Promenade con pivot	
18	Promenade con pivot terminata in PP	
19	Giro a sinistra aperto terminato in PP	Timing: QQSQQS&; QQSQQ&S
20	Medio cortè girato	può iniziare FP - FDgP - FLdb e terminare FDgC - FLdb - FDgP
21	Medio cortè girato terminato in Posizione Chiusa	può iniziare FP - FDgP - FLdb e terminare FDgC - FLdb - FDgP
22	Promenade girata a sinistra	
23	Argentino battuto	La Fig.ne può ruotare sino a 1/2 giro a Sx Quando la fig.ne viene ripetuta 2 volte per ottenere un giro completo, l'azione per il cavaliere potrà essere "avanti - a lato - avanti - chiudo"

Classe B1		
1+23	Figurazioni Consentite per la Classe B2	
24	Bandiera	al passo precedente la figurazione è possibile per la dama eseguire un'azione di "gancio" è possibile per la dama eseguire ai passi 1-2-3 una azione di swivel e una azione di "kick" indietro con i piedi Sx-Dx-Sx
25	Bandiera terminata in EP	
26	Bandiera terminata in PP	
27	Chiocciola	Timing: SQQQQ
28	Chiocciola terminata in PP	Timing: SQQQQ
29	Abanera di PSx	
Classe A2		
1+29	Figurazioni Consentite per la Classe B1	
30	Promenade chiusa con chassè	La Fig.ne può iniziare e terminare anche Puntando DgC e Puntando L.d.B.
31	Promenade chiusa con chassè terminata in EP	La Fig.ne può iniziare e terminare anche Puntando DgC e Puntando L.d.B.
32	Promenade chiusa con chassè terminata in PP	La Fig.ne può iniziare e terminare anche Puntando DgC e Puntando L.d.B.
33	1-3 Promenade con pivot	
34	Chiocciola	Timing: SQ&QS; S&QQS
35	Chiocciola terminata in PP	Timing: SQ&QS; S&QQS
36	Giro a sinistra incrociato	
37	Giro a sinistra incrociato Terminato in PP	Timing: QQSQQS&; QQSQQ&S
38	Giro a sinistra incrociato terminato in EP	
39	Pivots a destra iniziato di PDx Avanti	
40	Bandiera a sinistra	è possibile per la dama effettuare al passo 3 azione di swivel con "kick" indietro di PSx
41	Bandiera a sinistra terminata in Posizione Chiusa	La Fig.ne può terminare DDgC
42	Bandiera a sinistra terminata in PP	Timing: QQSQQS&; QQSQQ&S
43	Passo di PDx contato slow terminato in PP	
Classi A1-PD		
1+43	Figurazioni Consentite per la Classe A	
44	Argentino a sinistra	
45	1-3 Argentino a sinistra	La Fig.ne può terminare DDgC
46	Argentino a sinistra Terminato in PP	Timing: QQSS&; QQS&S
47	Medio cortè girato	La Fig.ne può iniziare FDgP CLdb
48	Medio cortè girato terminato in Posizione Chiusa	La Fig.ne può iniziare FDgP CLdb
49	Reverse quick	
50	Reverse quick Terminato Chiuso	
51	Reverse quick Terminato in PP	
52	Pivot esterno	
53	Abanera di PDx	
54	Meyer	
55	Meyer terminata in PP	
56	Promenade con spin esterno	La Fig.ne può terminare FDgC
57	Promenade con spin esterno Terminata in PP	
58	Doppia "V"	
59	Doppia "V" Terminata Chiusa	
60	5-8 Doppia "V"	
61	5-8 Doppia "V" Terminata Chiusa	

FOX TROT

Disposizioni tecniche e figurazioni consentite

Punto 1

Si potranno danzare le figurazioni consentite sino alla categoria di appartenenza senza obbligo di alcuna routine.

Punto 2

Per quanto concerne: PMCC, MCC, Passi, Direzione ed Allineamento, Ammontare di Giro, Note, attenersi scrupolosamente a quanto riportato nel Libro di Testo e nelle brochure integrative.

Punto 3

Sino alla classe A la rotazione della testa è consentita esclusivamente quella attorno all'asse verticale, nelle due posizioni "Aperta o Chiusa".

Punto 4

Sino alla classe A sono vietate ogni tipo di Torsioni del Corpo, Rotazioni (Neck Roll) ed Appoggi della Testa sulla Spalla del Cavaliere.

Punto 5

Nella fase di preparazione è consentito trasferire il Peso da un Piede all'altro a discrezione della Coppia.

Punto 6

E' consentito il Passo di preparazione Avanti di PSx.

Punto 7

Le figurazioni riportate in "nero" sono da eseguire come riportate nel Libro di Testo ed eseguite nella loro interezza.

Punto 8

Le figurazioni riportate in "rosso" sono le uniche possibilità consentite di esecuzione parziale della figurazione.

Punto 9

Le figurazioni riportate in "blu" sono descritte nelle brochure allegate.

Punto 10

Quanto riportato nelle note, a seconda dei casi può essere una limitazione od un'integrazione a quanto descritto nel Libro di Testo.

Punto 11

La dicitura "Timing....." riporta l'unico timing consentito.

Classe C		
N°	FIGURAZIONE	NOTE
1	Base diagonale avanti	
2	Base diagonale indietro	
3	Quarti di giro a sinistra	
4	Quarti di giro a destra	
5	Giro a sinistra	Timing: SSSSQ
6	1-4 Giro a sinistra	
7	1-3 Innominata	
8	Giro a destra con pivot	
9	Doppio chassè a sinistra girato a sinistra	
10	Doppio chassè a sinistra girato a destra	
11	Passo avanti di PDx	
12	Passo indietro di PDx	
Classe B2		
1÷12	Figurazioni Consentite per la Classe C	
13	Passo avanti di PSx	
14	Passo indietro di PSx	
15	1-3 Giro a sinistra	
16	Giro Spin	
17	Balancè	La Fig.ne può essere iniziata e ripetuta con qualsiasi allineamento
18	1-2 Balancè	La Fig.ne può essere iniziata in qualsiasi allineamento
19	Chassè progressivo	

20	2-5 Chassè progressivo	
21	Doppio chassè a destra girato a sinistra	
22	Doppio chassè a destra girato a destra	
Classe B1		
1+22	Figurazioni Consentite per la Classe B2	
23	Zig zag	
24	1-3 Zig zag	
25	1-3 Giro a destra con pivot	
26	Pivots a Dx iniziato di PDx avanti	
27	Pivots a Dx iniziato di PSx indietro	
Classe A2		
1+27	Figurazioni Consentite per la Classe B1	
28	Innominata	La Fig.ne può essere eseguita anche con azione puntata al passo 5
29	Passo di cambio di PSx terminato aperto	
30	Incrocio progressivo laterale	
Classi A1-PD		
1+30	Figurazioni Consentite per la Classe A	
31	Giro a sinistra	Timing: SQQSQQ
32	Doppio incrocio progressivo laterale	
33	1-5 Doppio incrocio progressivo laterale	
34	Giro a destra con chassè ed incrocio	La Fig.ne può terminare FDgC
35	Uscite esterne sul posto	
36	3-8 Uscite esterne sul posto	
37	Doppio chassè a sinistra girato a sinistra	La Fig.ne può ruotare sino a 3/4 di giro
38	1-3 Incrocio progressivo laterale	
39	Passo di cambio veloce	
40	Chassè a destra inclinato a sinistra	La Fig.ne può iniziare anche da Posizione Chiusa
41	Giro a sinistra veloce in progressione	
42	4-7 Giro a sinistra veloce in progressione	

MAZURKA

Disposizioni tecniche e figurazioni consentite

Punto 1

Si potranno danzare le figurazioni consentite sino alla categoria di appartenenza senza obbligo di alcuna routine.

Punto 2

Per quanto concerne: PMCC, MCC, Passi, Direzione ed Allineamento, Ammontare di Giro, Note, attenersi scrupolosamente a quanto riportato nel Libro di Testo e nelle brochure integrative.

Punto 3

Sino alla classe A la rotazione della testa è consentita esclusivamente quella attorno all'asse verticale, nelle due posizioni "Aperta o Chiusa".

Punto 4

Sino alla classe A sono vietate ogni tipo di Torsioni del Corpo, Rotazioni (Neck Roll) ed Appoggi della Testa sulla Spalla del Cavaliere.

Punto 5

Le figurazioni riportate in "nero" sono da eseguire come riportate nel Libro di Testo, nelle brochure già esistenti ed eseguite nella loro interezza.

Punto 6

Le figurazioni riportate in "rosso" sono le uniche possibilità consentite di esecuzione parziale della figurazione.

Punto 7

Quanto riportato nelle note, a seconda dei casi può essere una limitazione od un'integrazione a quanto descritto nel Libro di Testo.

Punto 8

La dicitura "Timing....." riporta l'unico timing consentito.

Classe C		
N°	FIGURAZIONE	NOTE
1	Base di PSx	
2	Base di PDx	
3	Passo stop a destra	
4	Giro a destra chiuso	
5	Giro a sinistra incrociato	
6	Giro a destra aperto	
7	Giro a sinistra aperto	
Classe B2		
1+7	Figurazioni Consentite per la Classe C	
8	Base di PDx finita in EP	
9	1-3 Giro a destra aperto	
10	Base all'indietro di PSx da uno a tre in EP	
11	4-6 Giro a sinistra aperto	
Classe B1		
1+11	Figurazioni Consentite per la Classe B2	
12	1-3 Giro a sinistra aperto	E' possibile iniziare la figurazione FDgP e FLdb
13	Base all'indietro di PDx con dama in linea	
14	4-6 Giro a destra aperto	
15	4-6 Giro a destra chiuso	
Classe A2		
1+15	Figurazioni Consentite per la Classe B1	
16	1-3 Giro a destra chiuso	E' possibile iniziare la figurazione in E.P.
17	Pivots a destra	Massimo una battuta
Classi A1-PD		
1+17	Figurazioni Consentite per la Classe A	
18	Giro a destra finito in PP	
19	Spin esterno	
20	Giro a sinistra in fallaway terminato aperto	
21	Pivots a sinistra	Massimo una battuta

VALZER VIENNESE

Disposizioni tecniche e figurazioni consentite

Punto 1

Si potranno danzare le figurazioni consentite sino alla categoria di appartenenza senza obbligo di alcuna routine.

Punto 2

Per quanto concerne: PMCC, MCC, Passi, Direzione ed Allineamento, Ammontare di Giro, Note, attenersi scrupolosamente a quanto riportato nel Libro di Testo e nelle brochure integrative.

Punto 3

Sino alla classe A la rotazione della testa è consentita esclusivamente quella attorno all'asse verticale, nelle due posizioni "Aperta o Chiusa".

Punto 4

Sino alla classe A sono vietate ogni tipo di Torsioni del Corpo, Rotazioni (Neck Roll) ed Appoggi della Testa sulla Spalla del Cavaliere.

Punto 5

Nella fase di preparazione è consentito trasferire il Peso da un Piede all'altro a discrezione della Coppia.

Punto 6

E' consentito il Passo di preparazione Indietro di PSx.

Punto 7

Le figurazioni riportate in "nero" sono da eseguire come riportate nel Libro di Testo ed eseguite nella loro interezza.

Punto 8

Le figurazioni riportate in "rosso" sono le uniche possibilità consentite di esecuzione parziale della figurazione.

Punto 9

Quanto riportato nelle note, a seconda dei casi può essere una limitazione od un'integrazione a quanto descritto nel Libro di Testo.

Punto 10

La dicitura "Timing....." riporta l'unico timing consentito.

Classi C-B2-B1-A2		
N°	FIGURAZIONE	NOTE
1	Giro a destra	
2	1-3 Giro a destra	
3	4-6 Giro a destra	
4	Giro a sinistra	
5	1-3 Giro a sinistra	
6	4-6 Giro a sinistra	
7	Passo di cambio avanti di PSx	
8	Passo di cambio indietro di PSx	
9	Passo di cambio avanti di PDx	
10	Passo di cambio indietro di PDx	
Classi A1-PD		
1÷10	Figurazioni Consentite per le Classi precedenti	
11	Pivots a destra	Massimo una battuta
12	Pivots a sinistra	Massimo una battuta
13	Fleckerl a destra	Massimo quattro battute

POLKA

Disposizioni tecniche e figurazioni consentite

Punto 1

Si potranno danzare le figurazioni consentite sino alla categoria di appartenenza senza obbligo di alcuna routine.

Punto 2

Per quanto concerne: PMCC, MCC, Passi, Direzione ed Allineamento, Ammontare di Giro, Note, attenersi scrupolosamente a quanto riportato nel Libro di Testo e nelle brochure integrative.

Punto 3

Sino alla classe A la rotazione della testa è consentita esclusivamente quella attorno all'asse verticale, nelle due posizioni "Aperta o Chiusa".

Punto 4

Sino alla classe A sono vietate ogni tipo di Torsioni del Corpo, Rotazioni (Neck Roll) ed Appoggi della Testa sulla Spalla del Cavaliere.

Punto 5

Le figurazioni riportate in "nero" sono da eseguire come riportate nel Libro di Testo ed eseguite nella loro interezza.

Punto 6

Le figurazioni riportate in "rosso" sono le uniche possibilità consentite di esecuzione parziale della figurazione.

Punto 7

Quanto riportato nelle note, a seconda dei casi può essere una limitazione od un'integrazione a quanto descritto nel Libro di Testo.

Punto 8

La dicitura "Timing....." riporta l'unico timing consentito.

Classe C		
N°	FIGURAZIONE	NOTE
1	Base di PSx	
2	Base di PDx	
3	Giro a destra	
4	1-4 Giro a destra	
5	Giro a sinistra	
6	5-8 Giro a sinistra	
7	Passo di cambio avanti di PDx	
8	Passo di cambio indietro di PDx	
Classe B2		
1+8	Figurazioni Consentite per la Classe C	
9	Doppio chassè girato a destra	
10	Doppio chassè girato a sinistra	
Classe B1		
1+10	Figurazioni Consentite per la Classe B2	
11	5-8 Giro a destra	
12	1-8 Doppio chassè girato a destra	
13	9-16 Doppio chassè girato a destra	
Classe A2		
1+13	Figurazioni Consentite per la Classe B1	
14	1-4 Giro a sinistra	
15	1-8 Doppio chassè girato a sinistra	
16	9-16 Doppio chassè girato a sinistra	
17	Pivots a destra	Massimo due battute
Classi A1-PD		
1+17	Figurazioni Consentite per la Classe A	
18	Passo di cambio avanti di PSx	
19	Passo di cambio indietro di PSx	
20	Passo stop a destra	
21	Passo stop a sinistra	
22	Pivots a sinistra	Massimo due battute
23	Pivots a destra	Massimo quattro battute