



REGOLAMENTO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA FEDERALE STAGIONE 2019 - 2020

CLASSE D - DIVULGATIVA

Al pari di tutte le discipline sportive, anche in ambito FIDS l'attività sportiva non agonistica riveste particolare importanza sotto il profilo divulgativo e promozionale.

Da qui l'opportunità di dar vita ad una nuova classe, la classe D, rivolta a coloro che per la prima volta si avvicinano allo sport della danza sportiva e che non abbiano ancora le capacità tecniche per competere ad alto livello, oppure, che non siano interessati alla competizione agonistica.

Il danzatore non agonista persegue essenzialmente il piacere ludico della danza, anche attraverso esibizioni in pubblico o confronti con altri danzatori di bassa difficoltà tecnico-fisica, o si trova nella fase iniziale del suo apprendimento tecnico.

L'attività non agonistica, dunque, è caratterizzata da regole tecniche che facilitino la pratica senza sottoporre il soggetto a carichi fisici o psicologici eccessivi e tipici invece dell'agonista.

A tal proposito il Centro Studi Federale, utilizzando le competenze proprie della Commissione Medica e del Settore Tecnico, ha proposto uno specifico programma tecnico da utilizzare nel corso delle esibizioni e delle attività specifiche per la classe D, che tengano conto delle esigenze sopra ricordate di riduzione del carico fisico rispetto ad una competizione agonistica.

Come è noto, la differenza sostanziale di impegno richiesto dall'attività non agonistica - divulgativa, comporta che per questa non è richiesta la certificazione medica di idoneità alla pratica agonistica, ma solamente il certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica.

Quest'ultimo, può essere rilasciato dallo specialista in Medicina dello Sport, ma anche dal Medico di Medicina Generale e dal Pediatra di libera scelta.

L'introduzione della Classe D - Divulgativa completa quindi il quadro dell'attività sportiva federale.

Naturalmente anche il tesserato di classe D, usufruirà della copertura assicurativa per partecipare a:

- corsi di ballo
- saggi ed esibizioni organizzati dall'ASA di appartenenza - attività ufficiali (riservate alla classe D - Divulgativa)

Età minima : 4 anni

Tempi di Recupero : Agli Atleti deve essere garantito un tempo di recupero proporzionale al numero dei balli eseguiti nell'ultimo turno calcolando 3 minuti per ogni ballo eseguito (Es. gare di un ballo: 3 min. di pausa; gare di due balli: 6 min. di pausa , etc ...).

Tempi di gara

- Performance di **COPPIA/DUO**: da 1 minuto a 1 minuto e 20 secondi
- Performance in **SOLO**: da 50 secondi a 1 minuto
- Performance in **GRUPPO** : da 1 minuto a 1 minuto e 30 secondi

Programmi consentiti : **Figure di base** liberamente amalgamate

Abbigliamento consentito :

L'abbigliamento è libero purché improntato a regole generali di sobrietà ed eleganza. E' necessario indossare scarpe idonee alla disciplina.

Tesseramento:

Le ASA potranno iscrivere in FIDS i tesserati di classe D attraverso il tesseramento online.

I risultati delle competizioni NON entrano a far parte del curriculum sportivo dell'atleta.

Categorie e Balli di Gara

Danze Standard – Latino Americane

La classe D3 di Danze Standard prevede l'esecuzione di una danza: **Valzer Inglese**.

La classe D2 di Danze Standard prevede l'esecuzione di due danze: **Valzer Inglese e Tango**.

La classe D1 di Danze Standard prevede l'esecuzione di tre danze: **Valzer Inglese – Tango e Quickstep**

La classe D3 di Danze Latino Americane prevede l'esecuzione di una danza: **Cha Cha Cha**.

La classe D2 di Danze Latino Americane prevede l'esecuzione di due danze: **Cha Cha Cha e Jive**

La classe D1 di Danze Latino Americane prevede l'esecuzione di tre danze: **Samba - Cha Cha Cha e Jive**.

4/7	8/11	12/13	14/15	16/18	19/34	35/44	45/54	55/60	61/64	65/oltre
D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3
D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2
D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1

Liscio e Ballo da Sala

La classe D3 del Liscio prevede l'esecuzione di una danza: **Mazurka**.

La classe D2 del Liscio prevede l'esecuzione di due danze: **Mazurka e Polka**.

La classe D1 del Liscio prevede l'esecuzione di tre danze: : **Mazurka , Polka e Valzer Viennese**

La classe D3 del Ballo da Sala prevede l'esecuzione di una danza: **Valzer Lento**.

La classe D2 del Ballo da Sala prevede l'esecuzione di due danze: **Valzer Lento e Tango**.

La classe D1 del Ballo da Sala prevede l'esecuzione di tre danze: **Valzer Lento , Tango, Fox-trot**

4/7	8/11	12/13	14/15	16/18	19/34	35/44	45/54	55/60	61/64	65/oltre
D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3	D3
D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2
D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1

Danze Caraibiche

La classe D2 delle Danze Caraibiche prevede l'esecuzione di una danza:

Bachata – Merengue - Salsa Cubana e Portoricana – (Balli Singoli).

La classe D1 delle Danze Caraibiche prevede l'esecuzione di due danze:

Combinata Cubana: Salsa Cubana – Merengue.

Combinata Portoricana: Salsa Portoricana – Bachata.

4/7	8/11	12/13	14/15	16/18	19/34	35/44	45/54	55/60	61/64	65/oltre
D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2	D2
D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1	D1

Danze Artistiche

- **Synchro Dance** – coreografie, su qualsiasi tipo di musica, liberamente amalgamate.
- **Duo Synchro Latin di Specialità** – cha cha cha.
- **Solo Latin** – cha cha cha - figure liberamente amalgamate.
- **Duo Synchro a Tema** – coreografie, su musica prestabilita, liberamente amalgamate.
- **Hip Hop** – figure liberamente amalgamate.
- **Danza Classica, Moderna e Jazz Dance** – figure liberamente amalgamate.
- **Disco Dance** – figure liberamente amalgamate.
- **Country Western Dance** – figure liberamente amalgamate.
- **Danze Orientali** – figure liberamente amalgamate.

Unità Competitive:

Coppie	Valevole solo per le Danze in Coppia
Solo	Singolo Maschile, Singolo Femminile
Duo	Maschile, Femminile, Misto
Piccolo Gruppo	Squadra formata da 3 a 7 atleti: maschili, femminili, maschili/femminili
Gruppo	Squadra formata da minimo 8 atleti: maschili, femminili, maschili/femminili

Piccolo Gruppo/Gruppo

Under 7	Atleti dal 4° al 7° anno di età (fuori quota età max 8 anni)**
Under 11	Atleti dal 4° al 11° anno di età (fuori quota età max 13 anni)**
Under 15	Atleti dal 4° al 15° anno di età (fuori quota età max 17 anni)**
Over 16	Atleti dal 16° al 21° anno di età (fuori quota età minima 14 anni)**
Over 35	Atleti dal 22° al 34° anno di età (fuori quota età minima 25 anni)**

**** E' possibile inserire un atleta "fuori quota" ogni 3 atleti di età regolare.**
I tesserati nella classe D (Divulgativa) non possono competere nella classe C (Promozionale), pertanto, la scelta è vincolante per tutte le discipline