

DISPENSA SOLO DANCE 2020

REVISIONE 20191129



 **UISP**
sportpertutti
Pattinaggio





Sommario

Comunicazioni.....	4
DEFINIZIONI ELEMENTI DI DIFFICOLTA' PER IL GRUPPO ELEMENTI DI DESTREZZA (GED)...	5
Per le categorie prof. cadetti, prof. jeunesse, prof. junior e prof. senior.....	5
Turns con un piede.....	5
Turns con due piedi.....	5
Steps.....	5
Cluster.....	5
Body movements.....	6
Per le categorie Primavera, Allievi uisp, Prof. cadetti prof. jeunesse, prof. junior e prof. senior.....	6
GRUPPO ELEMENTI DESTREZZA (GED)	7
FOOTWORK SEQUENCE:.....	7
ARTISTIC SEQUENCE	7
Features	8
Sequenza coreografica	8
Travelling	8
FUTURES.....	9
Cluster.....	9
Features.....	9
SOLO DANCE.....	10
ELEMENTI DIFFICOLTA'	10
Partecipazione alle competizioni	10
Suddivisione delle Categorie	10
Competizioni	10
Categoria MINI-ON-Dance.....	11
Categoria START-Dance.....	11
Penalizzazioni per le categorie MINI-ON Dance e Start-Dance.....	11



DIVISIONE NAZIONALE e UISP SUPER DANCE	12
Partecipazione alle competizioni	12
Suddivisione delle Categorie	12
Suddivisione per la stagione 2019/2020	12
DANZE 2019 DIVISIONE NAZIONALE	13
UISP SUPER DANCE	13
Categoria uisp super DANCE PRIMAVERA naz	14
Categoria UISP super dance allievi naz	14
Categoria uisp super dance a	14
Categoria UISP SUPER DANCE B	14
Categoria UISP SUPER DANCE C	15
Categoria UISP DANCE D (Durata 2:30 min. +/- 10 sec.)	15
Categoria UISP DANCE MASTER	15
Penalizzazioni comuni a tutte le categorie DIVISIONE NAZIONALE, SUPER DANCE	15
Precisazioni Tecniche	16
DIVISIONE INTERNAZIONALE	16
Suddivisione per la stagione 2019/2020	16



COMUNICAZIONI

(revisione documento 20191111)

Indirizzi di riferimento

Responsabile Struttura Pattinaggio Nazionale	Raffaele Nacarlo	responsabile.pattinaggio@uisp.it
Segreteria Nazionale PATTINAGGIO UISP		pattinaggio@uisp.it
Responsabile Pattinaggio Nazionale	Luca Bassetto	artistico.pattinaggio@uisp.it
Responsabile Gruppo Nazionale Ufficiali di Gara	Barbara Borgioli	gnug.pattinaggio@uisp.it
Responsabile Formazione Nazionale	Maurizio Cocchi	formazione.pattinaggio@uisp.it

Sito nazionale <http://uisp.it/pattinaggio> (sotto settori sezione Artistico)

NOTA

In questo documento vengono riportate ESCLUSIVAMENTE le variazioni rispetto al Regolamento Nazionale reperibile sul sito nazionale all'indirizzo

<http://www.uisp.it/pattinaggio/pagina/regolamento-tecnico-nazionale-pattinaggio>

per tutto quello non citato all'interno valgono le regole del documento nazionale (vedi ad esempio Formula, Livelli)

SPECIFICHE PER LE PROVE PISTA PRELIMINARI

È fatto espresso divieto di effettuare prove pista di qualsiasi natura ad eccezione di quelle ufficiali previste nel programma di gara UISP nella giornata di gara ad eccezione di quelle immediatamente successive alla mezzanotte del giorno precedente alla gara per qualsiasi disciplina e categoria.



DEFINIZIONI ELEMENTI DI DIFFICOLTA' PER IL GRUPPO ELEMENTI DI DESTREZZA (GED)

PER LE CATEGORIE PROF. CADETTI, PROF. JEUNESSE, PROF. JUNIOR E PROF. SENIOR

All'interno dei programmi di gara i pattinatori dovranno inserire una sequenza di passi per dimostrare l'abilità di pattinare sulla musica e di interpretare la musica usando elementi tecnici come: steps, turns, arabesque, pivot, ina bauer, spread eagle, salti da una rotazione (non codificati), rapide trottolo. La sequenza deve iniziare da una posizione ferma o da una fermata. Viene lasciata completa libertà per il percorso da eseguire ed è consentito fermarsi e retrocedere. La sequenza non ha tempo definito.

TURNS CON UN PIEDE

I "turns" sono tutte le difficoltà tecniche elencate e che comprendono un cambio di direzione sullo stesso piede: traveling (traveling – devono essere eseguite due rotazioni complete rapidamente perché venga considerato come tale altrimenti saranno considerati tre), tre, contro tre, boccole, volte, contro volte. **I tre saranno validi al fine del conteggio del GED solo nelle categorie Mini On Dance, Start Dance e Esordienti Super Dance.**

TURNS CON DUE PIEDI

Mohawk, choctaw. Per il choctaw, il filo di entrata verrà utilizzato per definire la direzione del "turn" (ad esempio sinistro avanti interno-destro indietro esterno, la direzione sarà considerata oraria). **Solo i choctaw dall'avanti all'indietro saranno validi al fine del conteggio del GED.**

STEPS

Sono tutte le difficoltà tecniche che possono essere eseguite mantenendo la stessa direzione o cambiando direzione e piede: puntati, chasse, cambio di filo, cross roll.

ATTENZIONE: salti da mezzo giro o salti da un giro su due piedi o su un piede non vengono considerati "turn" o step. Pattinare all'avanti e pattinare all'indietro non è una rotazione.

CLUSTER

I Cluster sono composti da due set di almeno tre (3) "turns" diversi eseguiti su un piede, il tre verrà considerato come un "turn" per un cluster.



BODY MOVEMENTS

Movimenti coreografici di braccia, busto, testa, gamba libera. Per essere considerati devono rientrare nelle seguenti categorie:

- Testa e gambe nello spazio alto
- Testa e busto nello spazio intermedio, gamba nello spazio alto
- Testa nello spazio basso, gamba nello spazio alto
- Testa, busto e gambe nello spazio intermedio
- Testa busto e gambe nello spazio basso
- Testa e busto nello spazio intermedi inclinate lateralmente, gambe nello spazio basso

PER LE CATEGORIE PRIMAVERA, ALLIEVI UISP, PROF. CADETTI PROF. JEUNESSE, PROF. JUNIOR E PROF. SENIOR

Verrà seguito il regolamento WS in vigore.



GRUPPO ELEMENTI DESTREZZA (GED)

FOOTWORK SEQUENCE:

Sequenza di passi dal disegno libero. Deve coprire almeno $\frac{3}{4}$ della pista.

Deve obbligatoriamente iniziare da un lato corto e toccare il lato corto opposto.

GED	TURNS CON UN PIEDE	FEATURE
B	Richieste base	/
1	4 turns	1 Tra il Gruppo 1 e il Gruppo 2
2	6 turns	2 da gruppi differenti
3	8 turns	3 da gruppi differenti
4	10 turns	4 da gruppi differenti

Features:

1. **Body Movements:** 3 diversi body movements. Possono appartenere allo stesso gruppo ma devono essere diversi tra loro.
2. **2 Choctaws:** uno in senso orario e uno antiorario. Solo i Choctaw dall'avanti all'indietro saranno validi al fine del conteggio
3. **Cluster :** Una sequenza di cluster confermata
4. **Turns con piedi diversi:** Turns presentati con entrambi i piedi o orari e antiorari nel caso di travelling e boccole.

ARTISTIC SEQUENCE

Sequenza di passi dal disegno libero

Deve obbligatoriamente iniziare da un lato corto e coprire almeno $\frac{3}{4}$ di pista.

GED	TURNS CON UN PIEDE	FEATURE
B	Richieste base	/
1	4 turns	1 Tra il Gruppo 1 e il Gruppo 2
2	4 turns	2 da gruppi differenti
3	6 turns	3 da gruppi differenti
4	8 turns	4 da gruppi differenti



FEATURES

1. Skating Elements: 3 diversi Skating Elements tra i seguenti:
 - Ina Bauer o spread eagle (almeno 6 ruote)
 - Stag Jump o Split Jump
 - Un salto codificato o non codificato da 1 giro
 - Posizione di angelo con gamba almeno al livello del bacino
 - Charlotte
 - Una trottola di almeno 3 rotazioni
2. **2 Choctaws:** uno in senso orario e uno antiorario. Solo i Choctaw dall'avanti all'indietro saranno validi al fine del conteggio
3. **Cluster :** Una sequenza di cluster confermata
4. **Turns con piedi diversi:** Turns presentati con entrambi i piedi o orari e antiorari nel caso di travelling e boccole.

SEQUENZA COREOGRAFICA

Per sequenza coreografica si intende una sequenza di massimo 30 secondi a tracciato libero. Perché sia valida è obbligatorio che la sequenza coreografica inizi da una posizione stazionaria adiacente ad uno dei due lati lunghi delle barriere e ad un massimo di 5 m di distanza dall'asse centrale. La sequenza terminerà nel momento in cui si toccherà il centro del lato opposto della barriera. Durante l'elemento è permesso eseguire qualsiasi tipo di elemento sia tecnico che puramente coreografico (purché rispetti il regolamento) con lo scopo di mettere in luce l'abilità del pattinatore in relazione al tema musicale, il quale deve essere messo in risalto. Saranno premiati disegni intricati. Non sono permessi stop all'interno della sequenza se non all'inizio e alla fine.

TRAVELLING

Due sequenze di rotazioni rapide (una rotazione è composta da 2 tre) su un solo piede (minimo 2 rotazioni) separate da massimo 3 appoggi di piede.

GED	ROTAZIONI	FEATURE
B	2+2	--
1	2+2	1
2	3+3	2
3	3+3	3
4	4+4	4



FUTURES

Gruppo 1

- Entrata difficile (Ina Bauer, Spread Eagle, Salto di almeno mezzo giro, Choctaw)
- Cambio di piede tra un set e l'altro
- Terzo set di travelling di minimo 3 rotazioni collegato da massimo 3 passi

Gruppo 2

- Uno o due gomiti almeno al livello delle spalle
- Evidente movimento continuo delle braccia
- Mani in presa distese davanti al tronco
- Mani in presa distese dietro al tronco
- Braccia incrociate a vite (una davanti e una dietro)

Gruppo 3

- Gamba libera incrociata davanti o dietro sotto il ginocchio portante
- Gamba libera presa
- Gamba libera distesa di lato o di fronte alzata di almeno 45 gradi
- Piegamento del ginocchio durante la rotazione

CLUSTER

Due sequenze consecutive composte da almeno 3 elementi (tre, controtre, volta, controvolta, boccola, traveling) eseguite ciascuna su un solo piede. È consentito eseguire massimo 4 appoggi di piede tra una sequenza e l'altra. I set devono essere differenti. È possibile usare le stesse rotazioni ma devono essere presentate in ordine diverso

GED	TURNS	FEATURE
B	3+3	--
1	3+3	1
2	3+4 o 4+3	1
3	4+4	2
4	4+4	3

FEATURES

1. Entrata difficile in entrambi i set (Ina Bauer, Spread Eagle, Choctaw, Salto di almeno mezzo giro)
2. Body Movements: Un body movement per set. I due body movements devono essere differenti tra loro
3. Cambio di piede tra i due set



SOLO DANCE

ELEMENTI DIFFICOLTA'

PARTECIPAZIONE ALLE COMPETIZIONI

In aggiunta alle norme generali si precisa che: Non possono partecipare alle competizioni della CATEGORIA DEBUTTANTI coloro che già competono in categoria Solo Dance Divisione Nazionale, Super Dance e Divisione Internazionale.

SUDDIVISIONE DELLE CATEGORIE

Maschi e femmine gareggeranno nella stessa categoria.

Per l'anno sportivo 2019/2020 la suddivisione per categoria sarà la seguente:

MINI-ON-Dance : Atleti 9-8 anni ovvero i nati nel 2011-2012

START-Dance : Atleti 11-10 anni ovvero i nati nel 2010-2009

IL PUNTEGGIO SARÀ ESPOSTO AL PUBBLICO

Il punteggio dell'esercizio obbligatorio avrà valore doppio ai fini del calcolo. L'estrazione dell'ordine di entrata in pista è casuale sia per il primo obbligatorio che per la danza libera

Competizioni

Le competizioni saranno composte da due danze:

- una danza obbligatoria
- una danza libera con difficoltà da eseguire specificate nel regolamento di ogni categoria.

Le prove pista per le categorie Debuttanti sono di 2:00 minuti + 2:00 minuti con al massimo 10 atleti in pista.



CATEGORIA MINI-ON-DANCE

Danza Obbligatoria: CITY BLUES due giri eseguiti singolarmente (Tracce WS 2019 Esordienti)

Danza Libera: Tema a scelta libera, **durata 1:30 min +/-10 sec**

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence (GED 1 massimo)

*I tre turns sono validi al fine del conteggio. È possibile scegliere il feature dal primo o dal secondo gruppo. NO LIMITI DI TEMPO

Travelling GED 1 max

CATEGORIA START-DANCE

Danza Obbligatoria: SKATERS MARCH due giri eseguiti singolarmente (Musica div. Internazionale)

Danza Libera: Tema a scelta libera, **durata 1:30 min +/-10 sec**

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

*I tre turns sono validi al fine del conteggio. È possibile scegliere il features dal primo o dal secondo gruppo. NO LIMITI DI TEMPO

Travelling GED 1 max

PENALIZZAZIONI PER LE CATEGORIE MINI-ON DANCE E START-DANCE

- Penalizzazione di tre (3) decimi nel primo punteggio "Contenuto Tecnico" per ogni elemento omesso
- Ogni elemento aggiunto non sarà conteggiato ai fini del punteggio
- Nel caso venisse presentato due volte lo stesso elemento solo il primo sarà conteggiato ai fini del punteggio



DIVISIONE NAZIONALE e UISP SUPER DANCE

Partecipazione alle competizioni

Non possono partecipare alle competizioni delle Categorie Solo Dance Divisione Nazionale e SUPER DANCE coloro che già competono nella Divisione Internazionale Solo Dance o Divisione Internazionale Coppia Danza.

Suddivisione delle Categorie

La Solo Dance Nazionale raggruppa nelle diverse categorie maschi e femmine e pertanto gareggiano insieme, secondo la suddivisione per età.

SUDDIVISIONE PER LA STAGIONE 2019/2020

UISP DANCE PRIMAVERA	Atleti dal 10° al 11° anno ovvero i nati dal 2010 al 2009
UISP DANCE ALLIEVI	Atleti dal 12° al 13° anno ovvero i nati dal 2008 al 2007
UISP DANCE A	Atleti dal 14° al 15° anno ovvero i nati dal 2006 al 2005
UISP DANCE B	Atleti dal 16° al 17° anno ovvero i nati nel 2004
UISP DANCE C	Atleti dal 18° al 19° anno ovvero i nati dal 2003 al 2002
UISP DANCE D	Atleti dal 20° anno ed oltre, i nati nel 2001 e precedenti
UISP DANCE MASTER	Atleti dal 20° anno ed oltre, i nati nel 2001 e precedenti che non abbiano preso parte ad altre categorie della Divisione Internazionale Federale e Professional Senior UISP nell'attuale stagione sportiva.

Le categorie SUPER DANCE D o UISP DANCE D sono in alternativa alla MASTER UISP ovvero non è possibile partecipare ad entrambe le competizioni.

le categorie UISP DANCE e SUPER DANCE sono in alternativa ovvero non è possibile partecipare ad entrambe le competizioni.



DANZE 2020 DIVISIONE NAZIONALE

CATEGORIA		DANZE
UISP DANCE PRIMAVERA NAZ*	1°	STRIGHT WALTZ
	2°	SOCIETY BLUES
	<i>Finale</i>	COUNTRY POLKA
UISP DANCE ALLIEVI	1°	DENVER SHUFFLE
	2°	OLYMPIC FOXROT
	<i>Finale</i>	CANASTA TANGO
UISP DANCE A	1°	TWELVE STEP
	2°	CITY BLUES
	<i>Finale</i>	SIESTA TANGO
UISP DANCE B	1°	CASINO TANGO
	2°	SOUTHLAND SWING
	<i>Finale</i>	TUDOR VALZER
UISP DANCE C	1°	WERNER TANGO
	2°	LITTEL VALZER (versione 2020)
	<i>Finale</i>	KEATS FOXTORT
UISP DANCE D	1°	FLORINDA TANGO
	2°	ASSOCIATION VALZER
	<i>Finale</i>	ROCKER FOXTROT
UISP DANCE MASTER	1°	FLIRTATION VALZER
	<i>Finale</i>	Danza Libera Prof. Junesse

* senso antiorario, piede sinistro

UISP SUPER DANCE

La Categoria UISP SUPER DANCE è un'alternativa alla Solo Dance Divisione nazionale. Lo svolgimento della gara prevede l'esecuzione di una danza obbligatoria e una danza libera. La danza obbligatoria verrà eseguita singolarmente preceduta da un'entrata libera di massimo 24 battiti.

Le prove pista per la danza libera sono di 2:30 minuti + 2:00 con al massimo 6 atleti.

Per le categorie fino a Super Dance A in piste più grandi di 22x44 massimo 8 atleti.

Tutti i passi e rotazioni sono permessi. Movimenti del pattinaggio individuale, appropriati al ritmo, musica ed al carattere della danza sono permessi. Passi di piedi difficili devono essere inclusi e dimostrare originalità e difficoltà. Alcuni elementi quali tre, arabesque, pivot, salti e trottole sono consentiti.

PUNTEGGI A VISTA



CATEGORIA UISP SUPER DANCE PRIMAVERA NAZ (CAT. UNICA)

Danza Obbligatoria: Country Polka (Musiche div. Nazionale)

Danza Libera: durata 1:30 min +/- 10 sec

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence max GED 1

Travelling GED 1

Sequenza Coreografica

*I tre turns sono validi al fine del conteggio

CATEGORIA UISP SUPER DANCE ALLIEVI NAZ. (CAT. UNICA)

Danza Obbligatoria: Olympic Foxtrot (Musiche div. Nazionale)

Danza Libera: durata 2:00 min +/- 10 sec

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence max GED 1

Footwork Sequence GED 1

Travelling GED 1

CATEGORIA UISP SUPER DANCE A (MASCILE/FEMMINILE)

Danza Obbligatoria: Siesta Tango (Musiche div. Nazionale)

Danza Libera: durata 2:00 min +/- 10 sec

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence max GED 2

Footwork Sequence max GED 2

Travelling max GED 2

CATEGORIA UISP SUPER DANCE B (MASCILE/FEMMINILE)

Danza Obbligatoria: Southland Swing (Musiche div. Nazionale)

Danza Libera: durata 2:30 min +/- 10 sec

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence max max GED 2

Footwork Sequence max GED 2

Travelling max GED 2

Cluster GED 1



CATEGORIA UISP SUPER DANCE C (MASCILE/FEMMINILE)

Danza Obbligatoria: Werner Tango (Musiche div. Nazionale)

Danza Libera: durata 2:30 min +/- 10 sec

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence max max GED 3

Footwork Sequence max GED 3

Travelling max GED 2

Cluster GED 2

CATEGORIA UISP DANCE D (MASCILE/FEMMINILE)

Danza Obbligatoria: Association Valzer (Musiche div. Nazionale)

Danza Libera: durata 2:30 min +/- 10 sec

Un programma libero deve contenere obbligatoriamente i seguenti elementi:

Artistic Sequence max max GED 3

Footwork Sequence max GED 3

Travelling max GED 2

Cluster GED 2

CATEGORIA UISP DANCE MASTER

Vedi regolamento **FISR**

PENALIZZAZIONI COMUNI A TUTTE LE CATEGORIE DIVISIONE NAZIONALE, SUPER DANCE

- Penalizzazione di tre (3) decimi nel primo punteggio "Contenuto Tecnico" per ogni elemento omesso
- Ogni elemento aggiunto non sarà conteggiato ai fini del punteggio
- Nel caso venisse presentato due volte lo stesso elemento solo il primo sarà conteggiato ai fini del punteggio



Precisazioni Tecniche

Livelli

Per definizione dei livelli di serie di passi, traveling e cluster consultare regolamento World Skate ATC 2020 Solo Dance.

Stop

All'interno del disco sono consentiti un massimo di 2 stop della durata di massimo 8 secondi. È considerato stop una fermata della durata di più di 3 secondi. Una fermata di meno di 3 secondi verrà considerata Stop&Go.

Inizio del programma libero

Il cronometraggio del disco partirà dal primo movimento eseguito dal pattinatore. L'atleta non potrà restare fermo per più di 8 secondi dall'inizio della traccia musicale.

Trottole e Salti

Non sono permesse più di 1 trottola e 2 salti all'interno del programma libero compresi quelli richiesti.

DIVISIONE INTERNAZIONALE

Nella Solo Dance divisione internazionale maschi e femmine gareggiano separati.

Ai fini dell'attività sportiva, le categorie sono suddivise per età come segue:

SUDDIVISIONE PER LA STAGIONE 2019/2020

UISP DANCE PRIMAVERA F/M	Atleti dal 10° al 11° anno ovvero i nati dal 2010 al 2009
UISP DANCE ALLIEVI INT F/M	Atleti dal 12° al 13° anno ovvero i nati dal 2008 al 2007
PROF. CADETTI F/M	Atleti dal 14° al 15° anno ovvero i nati dal 2006 al 2005
PROF. JEUNESSE F/M	Atleti dal 16° al 17° anno ovvero i nati nel 2004
PROF. JUNIOR F/M	Atleti dal 18° al 19° anno ovvero i nati dal 2003 al 2002
PROF. SENIOR F/M	Atleti dal 20° anno ed oltre, i nati nel 2001 e precedenti

Verrà seguito il regolamento WS in vigore.