

## **FORMULA UISP e FORMULA U.G.A.**

### **FAQ – Domande frequenti**

Domande fatte durante i corsi di aggiornamento “Formula e UGA” alle quali rispondono i Formatori e il Gruppo di Lavoro Artistico. Domande su argomenti simili sono state raggruppate per dare una risposta unica.

Il documento è stato integrato con le risposte alle domande pervenute durante la Sessione B.

#### **RISPOSTE FORMULA UGA**

- **Un compasso di un giro fatto solo a scopo coreografico verrà penalizzato come qualsiasi elemento coreografico non presente nel regolamento?**
- **Nei gruppi Verde, Bianco e Rosso è possibile fare passi di piede o elementi non codificati solo ed esclusivamente per abbellire la coreografia ed essere più attinente al programma?**
- **La coreografia solo a inizio e fine percorso o si possono fare passaggi coreografici anche durante il percorso?**

Elementi coreografici, piccoli passetti di piede anche con l’ausilio dei freni ed elementi/passi non codificati coreografati anche con movimenti delle braccia possono essere inseriti in qualsiasi momento del programma di tutti i gruppi. Gli stessi non saranno oggetto di valutazione per il primo punteggio ma dovranno aiutare a creare la coreografia (si ricorda che per lo stile, oltre alla qualità del pattinaggio verrà valutata la capacità dell’atleta di presentare la coreografia e l’attinenza al tema musicale).

- **Passi semplici tipici soprattutto della danza come cross roll, cross back, cross front e chassé sono consentiti o valgono come elemento aggiunto e quindi soggetto a penalità?**
- **Nei Gruppi BIANCO e ROSSO si posso utilizzare altri passi oltre a quelli richiesti?**

Tutti quei passi semplici che servono sostanzialmente a cambiare piede, invertire la marcia o a spingersi sono consentiti. Tutti gli altri passi o inversioni ad un piede identificate negli ultimi anni come “Turns” sono consentiti solo se richiesti dal pacchetto di difficoltà relativo al Gruppo, se presentati non saranno oggetto di valutazione.

- **Non mi è chiaro quante trottolo si possono inserire al massimo nel rosso**
- **In generale quante volte possono essere ripetuti gli esercizi?**
- **Quanti saltini (massimo) in sequenza si possono fare?**
- **Quante volte si possono ripetere gli elementi indicati?**
- **Nel gruppo rosso quante trottolo posso inserire? Anche due interne indietro?**
- **Nel gruppo bianco quante volte posso ripetere il salto da mezzo giro e lo slalom?**

Se non espressamente specificato (es. max 3 salti semplici nel gruppo bianco) gli elementi sono ripetibili quante volte si vuole senza incorrere in nessuna penalità. È sempre consigliato comunque prediligere la qualità alla quantità.

- Per lo slalom va scelto un piede o va presentato su entrambi?
- I lobi dello slalom hanno maggior punteggio se fatti il più stretti possibile o lobi di quanta distanza rispetto all'asse?
- I Lobi negli Slalom piccoli e rapidi o più grandi con fili più tenuti?
- Lo Slalom deve essere eseguito esclusivamente a due piedi o in posizione di "statuina" o può essere eseguito in posizione di angelo e/o carrettino?

Si può presentare su un piede o su entrambi. Nel caso di un solo piede la posizione sarà quella di Bilanciato con gamba libera tesa avanti e/o dietro e/o raggruppata vicino alla portante. I Lobi devono essere il più possibile simmetrici ma non hanno una misura prestabilita, si richiede che abbiano fili chiari e ben tenuti.

- Angelo solo avanti?
- Il salto a piedi pari può essere eseguito andando all'indietro?
- Carrettini e Angeli e Salti a piedi pari si possono fare avanti e indietro?

Dove non è specificata la direzione richiesta per gli elementi, gli stessi possono essere presentati in direzione avanti, indietro od entrambe.

- La statuina in questo caso deve essere dritta o con filo?
- Statuina, carrettino e angelo possono essere eseguiti su un filo e/o con un cambio di filo?
- Infine "l'angelo" ... che sia fatto in linea retta o in curva o con un cambio di filo è tutto permesso perché la valutazione sarà incentrata sulla posizione?

Tutti questi elementi possono essere presentati con fili più o meno profondi e con cambio filo.

- Si possono mettere le braccia figurate?
- Durante le figure come statuina, carrettino e papera, è consentito l'uso delle braccia o questo li porterebbe fuori dalla definizione di "posizione di base" e quindi soggetto a penalità?

Tutti gli elementi possono essere presentati con movimenti delle braccia in supporto alla coreografia e alla presentazione del tema musicale prescelto. Non sono ammesse posizioni specifiche ""Rollart"" (Sideway, Forward, Biellman, Behind etc.)

- E' possibile eseguire salti a piedi pari in sequenza?
- E' possibile combinare salti a piedi pari con mezzi giri e/o salti semplici?
- Le figure che sono richieste, possono essere collegate tra loro? (es. angelo-papera)
- Posso mettere due elementi legati tra loro? Per esempio angelo e subito carrettino?

Tutti gli elementi ammessi all'interno di ciascun gruppo possono essere presentati singolarmente o combinati tra loro.

- Quando c'è scritto ad esempio "carrettino avanti e/o indietro" oppure "salto a piedi pari senza rotazione e/o salto da 1/2 giro" significa che l'atleta può presentare l'elemento in modi diversi cioè:
  - 1) solo carrettino avanti
  - 2) solo carrettino indietro
  - 3) carrettino avanti e carrettino indietro purché consecutivi e non in due tempi separati?

Dove nel regolamento è riportata l'opzione "e/o" si ha la possibilità di inserire un elemento o l'altro oppure entrambi in qualsiasi momento del programma (anche in tempi separati quindi).

- **Si possono mettere esercizi come la rondine, l'alzata di gamba e la morte del cigno?**
- **Elementi coreografici come "rondine" o "morte del cigno" sono consentiti o vengono valutati come elementi aggiuntivi e quindi soggetti a penalità?**

Elementi coreografici sono consentiti ma non saranno oggetto di valutazione, non sono consentite tutte quelle posizioni specifiche ""Rollart" (Sideway, Forward, Biellman, Behind etc.)

- **Per figurazione di angeli si intende anche movimenti di braccia durante l'esecuzione?**
- **Nel Gruppo ROSSO si può inserire Anfora se non specificato nel Regolamento?**
- **Si possono inserire variazioni di Angeli o Carrettini (Camel forward, biellmann ecc.)?**

L'Angelo ed il Carrettino sono richiesti nella posizione di base e possono essere presentati con movimenti delle braccia in supporto alla coreografia e alla presentazione del tema musicale prescelto. Non sono ammesse posizioni specifiche ""Rollart" (Sideway, Forward, Biellman, Behind etc.)

- **Nel gruppo verde per piegamento su due gambe si intende carrettino a due piedi?**
- **Nel gruppo bianco il carrettino non è specificato se a uno o due piedi. Si possono fare entrambi?**

In tutti i Gruppi si possono inserire il Piegamento su due gambe e/o Carrettino ad una gamba, ovviamente il punteggio sarà maggiore per il Carrettino.

- **E' possibile eseguire la "papera"? se sì, è possibile eseguirla sia su filo interno che su filo esterno? combinata ad altri elementi (es. angelo o statua)? con movimenti di braccia?**
- **Se nel gruppo Rosso eseguo un elemento richiesto nelle categorie precedenti ma non specificato nella categoria rossa (es. mezzo giro) è considerato elemento aggiuntivo e quindi soggetto a penalità?**

Gli elementi oggetto di Giudizio saranno quelli richiesti nei vari Gruppi tutti gli altri elementi, che sono concessi ma non di pertinenza di quello specifico Gruppo, non saranno penalizzati ma non saranno presi in considerazione ai fini del punteggio.

- **La trottola su due piedi deve essere eseguita esclusivamente partendo da fermi o può essere eseguita anche "in velocità" preceduta da una preparazione in bilanciato o da una papera?**

L'unica precisazione riportata nel regolamento per la trottola su due piedi è che non può essere preparata con la sequenza di tre.

- **Passaggio o retrocessione in base ai risultati solo della fase3? O anche della fase2?**

Come riportato nella Dispensa per questa Stagione Sportiva non ci sono vincoli/limitazioni di partecipazione ai vari Gruppi proposti nel Regolamento UGA in quanto non si sono svolte gare lo scorso anno. In futuro verrà studiato un sistema di obbligatorietà o possibilità di retrocessione di Gruppo simile a quello utilizzato per la Formula UISP, sistema che sarà però applicato soltanto quando la situazione attuale di emergenza sarà rientrata e ci permetterà di effettuare le varie Fasi in tutte le Regioni.

- **Nella Formula UGA gli elementi aggiunti non saranno valutati ma neanche penalizzati, giusto? (Sessione B)**

Gli elementi oggetto di Giudizio saranno quelli richiesti dal pacchetto dei vari Gruppi, tutti gli altri elementi, che sono concessi ma non di pertinenza di quello specifico Gruppo, non saranno penalizzati ma non saranno presi in considerazione ai fini del punteggio.

- **Per quanto riguarda i passi di piede concessi ad esempio un Tre, devono essere tenuti i fili di entrata e uscita per almeno 3 sec o possono essere inseriti anche in successione senza tenere necessariamente i fili per 3 sec? (Sessione B)**

Non verrà cronometrato il tempo di tenuta dei fili in entrata ed uscita dei passi con inversione ma devono essere riconoscibili e con fili evidenti, possono essere presentati anche in successione ma è preferibile comunque che mantengano queste caratteristiche.

C'è una specifica riportata nella Dispensa sull'esecuzione del tre avanti esterno con mantenimento del filo per 3" in entrata ed uscita che si riferisce all'elemento richiesto nel gruppo rosso, la durata del filo di entrata ed uscita non verrà ovviamente controllata ma si ribadisce che l'elemento deve essere ben riconoscibile per essere valutato.

## RISPOSTE FORMULA UISP

- **In F2 e F3 è necessario inserire anche il Salto Semplice?**

Non è "necessario" nel senso che non si riceve penalità se non viene presentato, perché tutti gli elementi del pacchetto sono permessi e non obbligatori (tranne la sequenza di passi) ma per accedere alle fasce di punteggio più alte deve essere presentato tutto il Pacchetto quindi anche il Salto Semplice.

- **Se si esegue combinazione di 3 rit poi è possibile eseguirlo anche singolarmente?**

La limitazione sulle ripetizioni per i salti da una rotazione riguarda soltanto i salti presentati singolarmente che non possono essere più di 3 dello stesso tipo. Quindi sì, è possibile eseguirlo anche singolarmente ma non più di 3 volte.

Per Axel e Salti doppi invece la limitazione riguarda anche le combinazioni (dove eseguibili). Quindi ad esempio in un programma di gara di F5 il numero totale di Axel che si può presentare è 3 considerando sia quelli singoli che quelli in combinazione.

- **Le trottole ad angelo saltate sono permesse?**

In formula le trottole ad angelo possono essere presentate in combinazione solo in F6 dove sono eseguibili sia la angelo esterna avanti che la angelo esterna indietro. Le combinazioni di trottole saltate possono essere inserite a partire dalla F4. Quindi in F6 è possibile presentare la angelo esterna avanti saltata in angelo esterna indietro.

- **Flying Camel in entrata Angelo indietro è permessa?**

No, essendo una trottola codificata non presente nei pacchetti di difficoltà presentabili.

- **Trottola abbassata con posizione bacino più bassa del ginocchio ha valore? Se si vale di meno?**

La trottola abbassata prevede, per definizione, il posizionamento del bacino all'altezza del ginocchio della gamba portante. Trottole effettuate col bacino al di sopra di questa altezza saranno annullate. Trottole con il bacino più basso del ginocchio saranno comunque valutate ma saranno considerate difettose.

- **Le trottole singole abbassate ed angelo, possono essere verticalizzate?**

L'uscita delle trottole singole è libera quindi nelle abbassate e nelle angelo si può verticalizzare effettuando anche più di due giri. Si precisa però che la verticalizzazione e l'uscita non saranno elementi di giudizio.

Attenzione invece nelle combinazioni di trottolo (per le quali si richiedono massimo 3 trottolo) a non verticalizzare per più di due giri altrimenti la combinazione sarà considerata di 4 trottolo (elemento aggiunto e quindi penalizzato).

- **Verticalizzazione trottolo singole utilizzando più di tre giri, ad esempio 6 giri, diventa combinata?**

No, come precisato nella risposta precedente.

- **Le figurazioni delle trottolo utilizzando posizioni codificate Rollart (Sideway, Forward, Behind, ecc...) sono permesse? Se sì, hanno maggior valore?**

Le figurazioni delle trottolo che prevedono un cambio della posizione base ed il passaggio a posizioni difficili codificate RollArt non sono permesse e verranno penalizzate come elemento aggiunto.

- **Esterna Avanti Abbassata è possibile inserirla anche in Forward e Behind o solo in Sideway?**

La Trottolo Esterna Avanti Abbassata si può presentare SOLO nella posizione di base con gamba libera laterale flessa vicino alla portante così come l'Abbassata Esterna Indietro ed Interna Indietro con gamba libera tesa avanti (non sono ammesse le posizioni "Rollart").

- **In F6 si può presentare la Trottolo ad Angelo Interna Indietro?**

No, la trottolo angelo indietro interna non è presente nel pacchetto delle difficoltà eseguibili in F6.

- **Durante l'esecuzione della Trottolo Esterna Avanti è penalizzato l'avvicinamento della gamba libera alla portante?**

Non è penalizzato, il requisito per la posizione è quello di essere esteticamente corretta, fermo restando che la Trottolo deve essere centrata, mantenere il filo correttamente ed eseguire le rotazioni richieste.

- **Trottolo Verticale Cambiata il cambio diretto senza cambio di piede ma solo di filo ha più valore del cambio di piede?**

Tutti i vari cambi presentati durante le trottolo hanno lo stesso valore.

- **Serie di passi obbligate con fili dovrebbero avere maggior valore di Diagonali "vecchio stile" giusto?**

- **I Programmi di Gara lavorati con fili anche se un pò più lenti dovrebbero essere premiati rispetto a Programmi piatti e con pochi passi ma più veloci?**

Sono premiate serie di passi eseguite sui fili corretti e lobi ben premuti. La velocità dipende dalla coreografia e non è una discriminante, così come la scelta dei passi.

Nel caso descritto meglio fili premuti che fili piatti, pochi passi complessi eseguiti bene in tema con la coreografia che tanti ma di scarsa qualità e movimenti non finiti.

- **In generale che valore hanno le Serie di Passi obbligate?**

Hanno lo stesso valore di una combinazione di salti o di trottolo.

Anche i passi inseriti hanno un grado di difficoltà: semplici, complessi ed alto livello.

- **Nelle Diagonali di Passi è possibile tornare indietro? Anche più volte?**

Sì, l'importante è coprire la superficie pattinabile richiesta dal regolamento.

- **Se un atleta cade nel primo salto di una combinazione e non la ripresenta, quindi il disco risulta mancante di una combinazione ma presenta tutti i 5 salti singoli concessi, viene penalizzato perché alla fine i salti singoli risultano 6? (Sessione B)**

Sì, viene penalizzato perché i salti singoli che si possono presentare devono essere 5.

- **Viene sempre ribadito che è bene presentare tutto il Pacchetto completo dei salti ma spesso vediamo dare punteggi più alti a Programmi che hanno ripetizioni dei salti di valore più alto. Come è meglio fare? (Sessione B)**

Viene ribadito che per accedere alla fascia di punteggio più alta deve essere presentato TUTTO il Pacchetto delle difficoltà, ovviamente all'interno delle varie fasce di punteggio viene premiata la qualità degli elementi.

- **Per quanto riguarda la Diagonale di Passi ci sono indicazioni specifiche circa l'ampiezza dei lobi e lo spostamento dalla linea di base? (Sessione B)**

Sono premiate serie di passi eseguite sui fili corretti e lobi ben premuti, non ci sono indicazioni specifiche per ampiezza e spostamento. E' richiesto invece di coprire la superficie pattinabile indicata dal regolamento.

- **Chiarimento sulla partecipazione degli atleti alla categoria F1A ed F1 PROMOTIONAL (Sessione B)**

In questo settore di attività la categoria F1 PROMOTIONAL è stata inserita per gli atleti più piccoli che NON prendono parte nell'anno in corso ad attività FISR di libero.

Questa possibilità di scelta, che non è obbligatoria per loro in quanto possono accedere anche alla F1A, gli garantisce un percorso di gara separato dai coetanei che facendo gare di federazione hanno verosimilmente un bagaglio tecnico maggiore.

Resta inteso invece che chi partecipa nell'anno in corso a gare di FISR nel libero deve rispettare i vincoli di collocazione nelle gare di formula spiegati nella dispensa (tabella pag. 21-22 e possibilità di deroghe pag.5).

- **COSTUMI... Per quanto riguarda il nudo con o senza tessuto?  
Si prevedono limitazioni per decorazioni e dimensioni strass?**

**Da RTN pag.26**

#### **Costumi di gara, accessori e trucco**

In ogni gara, sia essa valevole per prove di campionato che per Trofei o Manifestazioni indette dalla UISP, fatta eccezione per manifestazioni particolari, gli Atleti dovranno indossare per tutte le esecuzioni degli obbligatori la divisa della Società di appartenenza. Per l'esecuzione degli esercizi liberi i concorrenti potranno indossare un costume a loro scelta, ma comunque sobrio e decoroso.

Qualsiasi applicazione sui costumi deve essere ben cucita in modo da non causare danni ai pattinatori che eseguono successivamente. Per gli atleti(maschi) il costume non deve essere senza maniche; è obbligatorio indossare pantaloni lunghi. Nel costume delle atlete femmine il gonnellino non è obbligatorio. Per tutte le gare di Categoria, di Livello e di Formula UISP, non è consentito introdurre in pista qualsiasi tipo di oggetto. No cappelli, occhiali decorativi (si occhiali da vista), parrucche colorate, bastoni, acconciature eccessivamente vistose, etc.

Non è inoltre consentito dipingersi alcuna parte del corpo (viso, braccia etc.). È consentito soltanto un trucco moderato che comunque permetta sempre la piena visione del viso e delle sue espressioni. Per ogni violazione del presente regolamento verrà applicata una penalizzazione di 3 decimi sul secondo punteggio.

Per le prove pista non ufficiali gli atleti dovranno presentarsi in pista con un abbigliamento consono (body o maglietta).

Aggiornamento 27 marzo 2021