

**Trofeo DiscoPromo  
Promozionale**

**Regolamento  
Stagione 2014**

Al Trofeo possono partecipare tutti gli Atleti in regola con il tesseramento UISP ad eccezione di:

- coloro nell'anno in corso partecipano all'attività agonistica (esercizio libero – formula, livelli, categoria)
- coloro che negli anni precedenti (2012 – 2013) hanno partecipato all'attività agonistica (esercizio libero – formula, livelli, categoria) e promozionale ( discobolo, trofeo a squadre )

**Categorie**

DiscoPromo 1 A	2008 – 07
DiscoPromo 1 B	2006 – 05
DiscoPromo 1 C	2004 – 03
DiscoPromo 1 D	2002 e prec.
DiscoPromo 2 A	2007 – 06
DiscoPromo 2 B	2005 – 04
DiscoPromo 2 C	2003 - 02
DiscoPromo 2 D	2001 e prec.

**Tempi di esecuzione**

da 1,5 minuti a 2 minuti                      più o meno 10 secondi

**Costumi di gara**

Si può gareggiare                      con costume di gara  
    con la propria divisa sociale  
    con gonnellino e t-shirt della società.

**Giuria**

La giuria sarà formata da 1 Presidente di Giuria e 2/3 giudici.

**Classifica**

La classifica verrà redatta col sistema dei piazzamenti.

**Premiazioni**

Coppa o medaglia ai primi 3 classificati di ogni categoria, ricordo a tutti i partecipanti.

**Punteggi**

Per ogni esecuzione verranno attribuiti 2 (due) punteggi relativi a :  
1° punteggio per TECNICA  
2° punteggio per ESECUZIONE

**Musica**

L'esercizio sarà eseguito su una base musicale composta da uno o più brani diversi. E' data facoltà di inserire musiche cantate nel rispetto delle più elementari norme di decenza.

## Impianti di gara

Le gare potranno svolgersi anche in impianti di dimensioni non regolamentari ma comunque di dimensioni idonee alla Manifestazione.

Le gare verranno assegnate dalla Lega competente su richiesta delle società

## Fase Provinciale

Ciascuna Lega Provinciale potrà decidere quando effettuare la prova nel periodo che va da inizio Maggio a fine Settembre. Le prove possono essere ripetute.

## Fase Regionale

Al termine delle fasi provinciali, verificato il numero dei partecipanti, la Lega Regionale deciderà sull'effettuazione di una fase Regionale

# Difficoltà Obbligate

## DISCO-PROMO 1

(solo avanti)

1. Passi spinta e/o passi incrociati avanti con o senza movimenti delle braccia
2. Limoni avanti
3. Bilanciati avanti dx e/o sx
4. Statuina (madonnina) avanti dx/sx
5. Slalom avanti a due piedi (minimo tre curve)
6. Piegamenti avanti su due piedi (flessione)
7. Carrettino avanti dx/sx
8. Salti a piedi pari avanti
9. Salti da ½ giro con arrivo e partenza su due piedi con obbligo di ritorno in avanti
10. Trottola su due piedi

## DISCO-PROMO 2

(solo avanti)

1. Passi spinta e/o passi incrociati avanti con o senza movimenti delle braccia
2. Limoni avanti
3. Bilanciati avanti dx e/o sx - int/est
4. Statuina (madonnina) avanti dx/sx int/est
5. Slalom avanti ad un piede (minimo cinque curve)
6. Piegamenti avanti su due piedi (flessione)
7. Carrettino avanti dx/sx, int/est
8. Angelo avanti dx/sx, int/est
9. Salti a piedi pari avanti/indietro
10. Salti da ½ giro con arrivo e partenza su due piedi con obbligo di ritorno in avanti
11. Salto semplice con partenza obbligatoria da bilanciato avanti esterno o piatto
12. Trottola su due piedi

Responsabile Artistico Regionale  
*Maurizio Cocchi*

Responsabile Artistico Promozionale  
*Ivo Antonelli*