



REGOLAMENTO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA M.I.D.S.

FRUSTA ROMAGNOLA

in vigore dal 1° novembre 2018

Commissione Tecnica M.I.D.S.

CARATTERISTICHE

In questa specialità gli atleti (sciucaren) devono tendere al massimo virtuosismo tecnico-interpretativo seguendo, con gli schiocchi delle loro fruste, la musica secondo canoni tecnici stabiliti.

CATEGORIE CLASSI

SINGOLO (singolo, singolo femminile)

CATEG.	U/11	12/15	16/28	29/OL	U/17 FEMM.	18/OL FEMM.	U/11	12/15	16/OL	18/OL
CLASSI	A	A	A	A	A	A	C1	C1	C1	M
	B	B	B	B	B	B	C2	C2	C2	

DUO

CATEG	U/11	12/15	16/OL	U
CLASSI	C	C	C	M
	U	U	U	

TRIO (3 atleti) e SQUADRA (da 4 a 7 atleti Piccolo Gruppo, 8 e oltre Gruppo)

CATEG	OPEN
CLASSI	C
	U

FRUSTA DANCE SHOW TEAM (minimo 3 atleti)

CATEG	OPEN
CLASSI	U

FRUSTA SHOW (singolo/duo)

CATEG	OPEN	U
CLASSI	U	M

SINGOLO BANDA

CATEG	OPEN
CLASSI	U

SINGOLO DUE FRUSTE

CATEG	OPEN
CLASSI	U

PASSAGGI DI CLASSE

- La prima iscrizione può essere fatta in qualsiasi classe eccetto la A in quanto classe di merito.
- Il vincitore del Campionato Nazionale e quello della Ranking List Fruste deve obbligatoriamente passare alla classe superiore.
- Il secondo classificato del Campionato Nazionale e quello della Ranking List Fruste così come quello che ha fatto esibizione per mancanza di concorrenti, non è obbligato ma può scegliere se passare o meno alla classe superiore.

CARATTERISTICHE BRANI MUSICALI

SINGOLO C-B-A	SINGOLO 2 FRUSTE	DUO	TRIO	BANDA
1 parte musicale di Polka da 32 battute (due parti cioccate).			Polka in 3 parti con trio da 32 battute (5 parti cioccate).	1 parte musicale di Banda da 32 battute (due parti cioccate)

- Le tracce musicali sono scelte dal Responsabile Fruste all'inizio di ogni competizione per le unità in **Singolo**.
- Per il **Singolo**, in Classe C1 e C2 la musica è incisa su unica traccia ed è composta da:

Due parti cioccate per ogni competitore, ma ripetute consecutivamente. Quindi i competitori di queste classi, non saranno chiamati singolarmente, ma dovranno gareggiare alternandosi senza pausa intermedia.

- Per il **Singolo** Maestri, Duo, Trio, Frusta Dance Show Team e Squadra, è consentito utilizzare musica propria, il CD deve contenere un'unica traccia.

DURATA BRANI MUSICALI

- **SINGOLO classe MAESTRI:** brano musicale durata max 1 minuto
- **FRUSTA SHOW:** brano musicale durata max 2:00 minuti
- **SQUADRA:** brano musicale durata max 3:00 minuti
- **FRUSTA DANCE SHOW TEAM:** brano musicale durata max 3:00 minuti

BRANI MUSICALI PER CLASSI E CATEGORIE – SINGOLO-

I brani musicali sono scelti dalla Commissione Tecnica Fruste. Si tratta di Polke con velocità metronomica di 118 bit al minuto circa.

I brani a disposizione sono indicati nello schema. I partecipanti si esibiranno su un solo brano, scelto dal Responsabile Fruste all'inizio di ogni competizione.

BRANI GARA

C1	C2	B	A
<ul style="list-style-type: none"> • Alla Casadei • Alla Cico • Anna Rosa • Atomica 4 • Donatella • Filomena • La Gnocca • Mitica 	<ul style="list-style-type: none"> • Figaro in Romagna • Infuriata • Karen • La Polkissima • La Sida dei Sax • Marianna • Suocera 118 b • Teresita 	<ul style="list-style-type: none"> • 250S Mercedes • Atomica 64 • Bersagliera • Erica P • Fino alla Fine • La Leonessa • La Staccata • Mariolina 	<ul style="list-style-type: none"> • Birba • Cavallina • Cioccarina • Cosmica • Diana P50 • Dispettosa • Lina • Mercedes

BRANI GARA

DUO e SINGOLO 2 FRUSTE	BANDA
<ul style="list-style-type: none"> • Atomica 69 • Birbona • Carolina • Eleonora • La Zanzara • Polka Show • Saxata a Crepappelle • Slava <p style="text-align: center;">Opzionale per il DUO: Brano Libero a Scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Banda in Festa • Enea • Paperina

SVOLGIMENTO COMPETIZIONE

- Ogni competitore deve apporre il numero di gara frontalmente sulla coscia destra, appena sopra il ginocchio.
- Non è ammessa la ripetizione del brano in caso rottura della frusta.
- L'Ispettore di Pista deve rilevare eventuali Fuori Programma.
- L'esecuzione di un fuori programma comporta la retrocessione all'ultimo posto della gara in essere.

NORME GENERALI DI SPECIALITA'

- ✓ Nelle specialità Singolo C1-C2-B-A, Duo, Trio, Banda e Squadra al fine di valorizzare la Tecnica, non è ammessa nessuna disciplina al di fuori della Frusta.
- ✓ Sono ammesse variazioni di qualsiasi altra disciplina nel Frusta Show e nel Frusta Dance Show Team
- ✓ Nel caso in cui nelle classi SINGOLO C1 e C2 le categorie superino le 8 unità, potranno essere suddivise per sesso a patto che rimangano in competizione almeno 3 unità.
- ✓ Il DUO e IL TRIO può essere composto anche da atleti di classi diverse, il competitore di classe inferiore dovrà gareggiare nella classe superiore.

SINGOLO

- ✓ Per la classi Maestri e A il programma di gara è libero e compreso delle figure acrobatiche e di figure tipiche della disciplina Frusta.
- ✓ Esclusivamente per la classe Maestri è possibile cioccare anche con 2 fruste contemporaneamente.
- ✓ Per la classe B il programma è obbligatorio e si articola esclusivamente utilizzando tutte le seguenti figure: stesa, romanata slegata, romanata legata, correttori, 3 ciocchi laterali, 2 ciocchi laterali, giro a vuoto, cambio mano e 1 a scelta tra Salto e Giro.
- ✓ Per la classe C2 il programma è obbligatorio e si articola esclusivamente utilizzando tutte le seguenti figure: stesa, romanata slegata, romanata legata, correttori e Cambio Mano.
- ✓ Per la classe C1 il programma di gara è obbligatorio e si articola esclusivamente sull'utilizzo di un'unica figura: la stesa. Cambio mano facoltativo. Non sono ammesse acrobazie di alcun tipo.

DUO.

- CLASSE C: PROGRAMMA UGUALE, svolto in maniera sincronizzata per entrambi i componenti per tutta la durata del brano, da effettuarsi rivolti fronte ai giudici.
- CLASSE U e M: programma libero ma deve contenere almeno 16 battute consecutive, in cui gli atleti siano sincronizzati in tutto.
- La traccia musicale scelta deve essere comunicata dal proprio maestro prima della competizione.

TRIO

L'unità Trio è formata da 3 atleti anche di classi diverse. Il programma è libero, comprese le variazioni acrobatiche e l'utilizzo di due fruste contemporaneamente. Non è comunque ammesso l'utilizzo di passi o figure di altre discipline. Non è ammesso l'utilizzo di nessuna scenografia.

La musica deve essere una polka in 3 parti con il trio da 32 battute (5 parti cioccate) da consegnare al DJ.

SQUADRA

L'unità Squadra è formata da almeno 4 atleti. Il programma è libero, comprese le variazioni acrobatiche e l'utilizzo di due fruste contemporaneamente. Non è comunque ammesso l'utilizzo di passi o figure di altre discipline. Non è ammesso l'utilizzo di alcuna scenografia

FRUSTA DANCE SHOW TEAM

L'unità Frusta Dance Show Team deve essere composta da almeno 3 atleti. Insieme devono creare una coreografia di ballo e frusta omogenea e spettacolare utilizzando basi di qualsiasi genere musicale. Quindi le fruste possono eventualmente non cioccare per la durata max del 50% dell'intera esecuzione del brano.

SINGOLO BANDA

- In questa disciplina deve essere rispettata la musica interpretandola al meglio con le seguenti figure:
 - STESA
 - ROMANATA (SLEGATA E LEGATA)
 - GIRO A VUOTO
 - 2 CIOCCHI LATERALI
 - 3 CIOCCHI LATERALI
 - 4 CIOCCHI
 - CAMBIO MANO
- A differenza delle altre cioccate in singolo sarà valutata più l'interpretazione e i ciocchi (intensità del ciocco e presenza del ciocco).

SINGOLO DUE FRUSTE

Il programma di gara è libero e comprensivo di figure tipiche della disciplina e acrobatiche. È obbligatorio l'utilizzo delle 2 fruste per tutta la durata della competizione.

FRUSTA SHOW SINGOLO e DOPPIO

- In questa disciplina deve essere creata una coreografia spettacolare utilizzando basi di qualsiasi genere musicale.
- E' tenuto comunque in considerazione sempre la tecnica di esecuzione rapportata al grado di difficoltà della coreografia.
- La durata della coreografia di sola frusta deve essere minimo il 50% dell'intera esecuzione del brano.

ABBIGLIAMENTO (è sempre vietato qualsiasi riferimento alla Scuola di appartenenza)

- **SINGOLO:** L'abbigliamento di base si compone
- **UOMO:** pantalone nero di taglio classico, camicia a maniche lunghe, senza applicazioni di tasche, strass, paillettes, lustrini, perline, frange e qualsiasi altro tipo di decorazione. La scelta può essere nel modello, nel tessuto e nel colore della camicia a seconda della

- classe/categoria di appartenenza. Dovrà comunque essere indossata internamente al pantalone. Si completa con scarpe, cintura e calzini neri.
- **DONNA:** Può scegliere tra pantalone classico o gonna di colore nero. La gonna può essere: dritta o stretta (a tubino) in vita o a vita alta, a ruota o mezza ruota, con o senza spacco, altezza dal margine superiore della rotula max. 5 cm, di tessuto uniforme, non trasparente, senza alcuna decorazione. La camicia ha le stesse indicazioni dell'uomo. Si completa con calze in tinta neutra, scarpe di colore nero o argento. A scelta può indossare la cintura, ma sempre nera e larga al max. 3 cm.
 - Per le classi C1 e C2 la camicia deve essere di colore bianco, a maniche lunghe, con taglio e collo classico senza cravatta o papillon.
 - Per la Classe B la camicia può essere di qualsiasi colore, tinta unita, a maniche lunghe e completata con papillon o cravatta.
 - Per la Classe A la camicia può essere di qualsiasi colore, tinta unita, a maniche lunghe e completata con papillon o cravatta e gilet.
 - Per la Classe MAESTRI l'abbigliamento è libero nel limite della decenza e del buongusto.
 - DUO, FRUSTA DANCE SHOW TEAM E FRUSTA SHOW abbigliamento libero nel limite della decenza e del buongusto con il solo obbligo di indossare la camicia.

SISTEMA DI GIUDIZIO

Bidimensionale (Tecnico/Artistico)

ABILITAZIONE TECNICA

Fruste