



REGOLAMENTO TECNICO DI SETTORE DANZE INTERNAZIONALI

Comparto	Settore	Discipline	Federazione Internazionale
DANZE DI COPPIA	DANZE INTERNAZIONALI	Swing Dance	World Dance Sport Movement



Approvazione – Delibera del Consiglio MIDS del 02-01-2024 –

DISCIPLINE INTERNAZIONALI

Le Danze Swing comprendono in particolare le specialità:

SPECIALITA'	DESCRIZIONE
SWING DANCE	Swing Dance, Formazione Swing Dance

1. SWING DANCE

1.1 UNITÀ COMPETITIVE

La specialità prevede le seguenti unità competitive:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
COPPIA	Un atleta maschio e un atleta femmina
FORMAZIONE	Squadra formata da minimo 4 a massimo 6 coppie

2.1 CATEGORIE

Facendo riferimento all'età dei componenti, la coppia è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
8/12	08/12 anni: componente più anziano ha tra gli 8 e 12 anni
13/17	13/17 anni: componente più anziano ha tra i 13 e i 17 anni
18/oltre	18/oltre anni: componente più anziano almeno nel 18° anno e il più giovane 16° anno
35/44	35/44: componente più anziano almeno nel 35° anno mentre il più giovane almeno nel 30° anno. Qualora il più giovane abbia meno di 30 anni la coppia dovrà competere nella 18/oltre.
35/oltre*	35/oltre: componente più anziano almeno nel 40° anno mentre il più giovane almeno nel 35° anno.
45/oltre*	45/oltre: entrambi i componenti almeno nel 45° anno.
Over 16	Atleti dal 16° anno di età

*Non è permesso ad un'unità competitiva il tesseramento, nello stesso anno sportivo, nella categoria 35/oltre e 45/oltre.

2.2 CLASSI

A seconda del livello di preparazione e l'anno di nascita dei singoli componenti l'unità competitiva, questa può essere inquadrata nelle seguenti categorie e classi:

SWING DANCE

CATEGORIE	08/12	13/17	18/oltre	35/44	35/oltre	45/oltre
CLASSI	C U	C U	C U	C U	C U	C U

FORMAZIONE SWING DANCE

CATEGORIE	Over 16
CLASSI	U

2.2.1 Professional division

Per i tesserati tecnici in attività agonistica sono previste le categorie e classi elencate nella tabella seguente:

SWING DANCE

CATEGORIE	18/oltre
CLASSI	PD

2.2.2 Passaggi di classe

I passaggi di classe sono normati nella parte generale.

Dalla 13/17 classe AS, in caso di passaggio di categoria, si accede alla 18/oltre classe A.

2.3 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

Le musiche di gara sono proposte dalla Commissione Tecnica di specialità;

Le formazioni invece danzeranno su musica propria.

Le velocità metronomiche delle musiche di gara sono stabilite dalla Commissione Tecnica di Specialità.

Le durate delle musiche di gara sono stabilite dalla Commissione Tecnica di Specialità (max 1:30).

Le formazioni hanno una durata compresa tra 2:30 e 3:00, velocità metronomica 27-52.

Le musiche utilizzate dall'organizzatore, che siano della playlist indicata dalla commissione tecnica, o facenti parte della playlist della WDSM, dovranno essere diverse per ogni batteria dello stesso turno di gara.

Per la classe A e AS nello stesso turno di gara non si può variare lo stile musicale.

2.4 SVOLGIMENTO DELLA COMPETIZIONE

Le batterie nelle varie fasi della competizione saranno composte da un numero massimo di unità competitive uguale a 3.

2.4.1 SWING DANCE – FORMAZIONE SWING DANCE (Vedi Note a fondo pagine)

La specialità prevede l'esecuzione con programma libero (vedi come riportato successivamente).

2.5 SISTEMI DI GIUDIZIO

DANCE GOLD SYSTEM

2.6 ABILITAZIONE

JZ - DANZE JAZZ

2.7 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento è libero ma deve essere sempre di buon gusto, coerente con lo stile del ballo (anni 40/50) e della musica, adatto ad una competizione sportiva.

2.4.1 SWING DANCE – FORMAZIONE SWING DANCE

La specialità prevede l'esecuzione con programma libero (vedi come riportato successivamente).

Unità di apprendimento 1:

CONTENUTI DI BASE

Conoscenza delle norme generali di diritto che regolano Enti, Federazioni, Associazioni.

Norme e strategie finalizzate all'apprendimento motorio.

Metodi di comunicazione efficace per la gestione di gruppi.

MUSICA

Generi musicali

Struttura musicale

Quadratura musicale

Musicalità

Tempo

Ritmo

Battute e Battiti

STORIA GENERALE

Origini, Storia, Evoluzione dei Balli Swing

Lindy Hop

Collegiate Shag

Balboa (Bal-Swing)

Vintage Jazz Dance (Shim Sham, Tranky Doo, Big Apple)

Unità di apprendimento 2:

Nozioni di base del Lindy Hop

Bounce

Frame

Rock Step

Round Step

Triple Step

Swivels

Le prese

Naturale

Reverse

Cross Hand

Reverse Cross Hand

Two Hands

Arm Catch

Le posizioni di ballo

Closed position

Open position

Side by Side position

Reverse Side by Side position

Follower in Front

Follower Behind the Back

Cuddle

Reverse Side by Side Hand in Hand

Le basi a terra

Basic Quick Quick Slow

Basic Step 6 c

Basic Step 8 c

Le basi calciate

Jig Kicks

Lindy Charleston

Unità di apprendimento 3:

Livello 1

- He Goes
- She Goes
- Flip Flop o Treading Water
- She Goes, promenade
- Frisbee to closed / to open
- Send out to open 6c
- Pass by (change place) 6c
- SBS Tuck Turn 6c to open
- SBS Tuck Double Turn 8c to open
- Under arm Leader pass by to open 6c
- Under arm Leader pass by to closed 8c (submarine)

Livello 2

- Lindy Circle (open to closed)
- Swing Out (closed to open / open to open)
- Swing Out Inside turn exit
- Swing Out Outside turn exit
- Mini Dip
- Points Frankie Manning
- Basic Lindy Charleston
- Lindy Charleston SBS
- Lindy Charleston inside Kick
- Hand to Hand Charleston

Livello 3

- Sugar Push 6c
- Texas Tommy
- Cuddle 6c
- Pass by to outside free turn 8c
- Basket 8c
- Frankie Six
- Basic Jig Kicks 6c
- Jig Kicks Cross Hand to SBS
- Tandem
- Chase to Tandem
- Airplane Charleston

Unità di apprendimento 4:
Nozioni di base del Collegiate Shag

- Basic Step Hop
- Basic Step Kick
- Open position
- Closed position
- Side by Side position

Unità di apprendimento 5:
Nozioni di base del Bal-Swing

- Basic Single Time o Down Hold Basic
- Basic Double Time o Maxie basic
- Cross Over
- Lollies
- Scoots
- Paddle

Unità di apprendimento 6:
Nozioni di base di Vintage Jazz Dance

- Apple Jack
- Boogie back
- Boogie drops
- Boogie forward
- Box step
- Eagle slide
- Fall off the log
- Half Break
- Knee slaps
- Messaround
- Opposities
- Pushes
- Rocks
- Rusty Dusty
- Scarecrow
- Shoe shine
- Shorty George
- Skater
- Spank the Baby
- Stomp Off
- Suzie Q
- Tackie Annie
- Truckin'
- Shim Sham routine