



REGOLAMENTO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA F.D.F

# FRUSTA ROMAGNOLA

in vigore dal 1° novembre 2019

Commissione Tecnica F.D.F.

## 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	

CLASSE	CATEG
D	04/07 08/10

### 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 SHOW (singolo/duo)

CATEG	OPEN	U
CLASSI	U	M

### FRUSTA DANCE SHOW TEAM (minimo 3 atleti)

CATEG	OPEN
CLASSI	U

## 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 D-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

D - C1	C2	B	A
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teresita</li> <li>• Alla Cico</li> <li>• Cosmica</li> <li>• Anna Rosa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diana P50</li> <li>• La Leonessa</li> <li>• Formula Uno</li> <li>• BRANI C1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infuriata</li> <li>• Fino alla Fine</li> <li>• Alla Grande</li> <li>• BRANI C1</li> <li>• BRANI C2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BRANI C1</li> <li>• BRANI C2</li> <li>• BRANI B</li> <li>• BRANI SINGOLO 2 FRUSTE</li> </ul>

### BRANI GARA

DUO e SINGOLO 2 FRUSTE	BANDA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• La Zanzara</li> <li>• Eleonora</li> <li>• Cioccarina</li> <li>• Birbona</li> <li>• Saxate a Crepapelle</li> <li>• Birba</li> </ul> <p><u>Opzionale</u> per il <b>DUO</b>: Brano Libero a Scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Banda in Festa</li> <li>• Enea</li> <li>• Paperina</li> </ul>

## **SVOLGIMENTO COMPETIZIONE**

---

- Ogni competitore deve apporre il numero di gara frontalmente sulla coscia destra, appena sopra il ginocchio.
- Non è ammesso 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, cambio mano. Sono invece facoltativi il giro a vuoto e una figura 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 facoltativo il 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.
- ✓ Per la classe D il programma di gara è libero così come l'abbigliamento (vietati solo i riferimenti alle scuole di appartenenza), musiche adottate quelle della classe C1.

## 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 rotola 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/o 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***

---

Gold System

## ***ABILITAZIONE TECNICA***

---

Fruste