



## REGOLAMENTO DELL'ATTIVITA' SPORTIVA F.D.F

# SETTORE DANZE CARAIBICHE

**Versione 2.1 in vigore dal 01/01/2022**

***COMMISSIONE TECNICA F.D.F***

## 1. DANZE CARAIBICHE

Le Danze Caraibiche sono l'evoluzione agonistica di differenti stili si salsa, merengue e bachata. Comprendono in particolare le specialità:

<u>SPECIALITA'</u>	<u>DESCRIZIONE</u>
DANZE CARAIBICHE	Salsa on 2, Merengue, Bachata, Salsa Cuban Style
RUEDA	Composizione di una libera coreografia di salsa
CARIBBEAN SHOW DANCE	Composizione di una libera coreografia basata sulle Danze Caraibiche
SALSA SHINE	Composizione di salsa danzata in posizione aperta o laterale
BACHATA SHINE	Composizione di bachata danzata in posizione aperta o laterale

### 1.1 UNITA' COMPETITIVE

Le specialità prevedono le seguenti unità competitive:

<u>TIPOLOGIA</u>	<u>DESCRIZIONE</u>
SINGOLO	Un atleta maschio o un atleta femmina
COPPIA	Un atleta maschio e un atleta femmina
DUO MIX	Un maschio e una femmina
DUO FEMMINILE	Due femmine
DUO MASCHILE	Due maschi
PICCOLO GRUPPO	Squadra formata da 3 a 7 atleti
GRUPPO DANZA	Squadra formata da 8 a 24 atleti
FORMAZIONE	Squadra formata da almeno 3 coppie

### 1.2 CLASSI

Le classi hanno lo scopo di uniformare i competitori in base al livello di qualità di ballo per poter ottenere competizioni equilibrate e rispettose delle capacità dei partecipanti.

**Le coppie, in base al livello di preparazione e all'anno di nascita del cavaliere, saranno inquadrare nelle seguenti categorie e classi**

<b>CLASSI</b>	
<b>D</b>	Riservata alle coppie che, avendo cominciato da poco tempo l'apprendimento delle varie tecniche di ballo, vogliono cimentarsi in competizioni pur mantenendo il ballo come attività ludico/ricreativa.
<b>C</b>	Classe destinata alle coppie "principianti", che da poco tempo fanno parte del mondo della danza sportiva e che hanno iniziato da poco a studiare questa disciplina. Per queste coppie si consiglia di eseguire sequenze basiche che permettano l'apprendimento delle tecniche e degli stili fondamentali che caratterizzano le danze caraibiche. La commissione mette a disposizione dei tecnici una routine "CONSIGLIATA" per tutte le danze per agevolare l'approccio alle competizioni.
<b>B</b>	Classe destinata a coppie che hanno già esperienza nella danza sportiva e che studiano già da qualche anno le danze caraibiche. Per queste coppie i programmi sono liberi, ma devono comunque essere composti nel rispetto delle tecniche fondamentali di ciascuna danza.
<b>U</b>	Riservata alle coppie che hanno già raggiunto un livello qualitativo elevato, sia perché sono già ballerini agonisti sia perché la loro esperienza di ballo li voglia far competere in questa classe .

### 1.3 CATEGORIE

#### DANZE CARAIBICHE (COPPIA)

CATEGORIE	8/11	12/13	14/15	16/18	19/27	28/34	35/44	45/54	55/oltre
CLASSI	D	D	D	D	D	D	D	D	D
	C	C	C	C	C	C	C	C	C
	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	U	U	U	U	U	U	U	U	U

#### RUEDA (FORMAZIONE)

CATEGORIE	Under 15	16/34	Over 35
CLASSI	B	B	B
	U	U	U

#### CARIBBEAN SHOW DANCE (Singolo maschile/Singolo femminile/DUO\*)

CATEGORIE	08/11	12/15	16/18	19/34	35/oltre
CLASSI	B	B	B	B	B
	U	U	U	U	U

#### CARIBBEAN SHOW DANCE (PICCOLO GRUPPO – GRUPPO DANZA)

CATEGORIE	Under 11	12/15	16/34	Over 35
CLASSI	B	B	B	B
	U	U	U	U

**SALSA SHINE (Singolo maschile/Singolo femminile/ DUO\*)**

CATEGORIE	08/11	12/15	16/34	35/oltre
CLASSI	C	C	C	C
	B	B	B	B
	U	U	U	U

**BACHATA SHINE (Singolo maschile/Singolo femminile/ DUO\*)**

CATEGORIE	08/11	12/15	16/oltre	35/oltre
CLASSI	C	C	C	C
	B	B	B	B
	U	U	U	U

\*Ciascun organizzatore può prevedere la suddivisione della tipologia in Duo femminile, Duo maschile e Duo mix.

## 1.4 CARATTERISTICHE BRANI MUSICALI

**DANZE CARAIBICHE (combinata e balli singoli).** La musica è scelta dal Responsabile delle musiche e ciascun brano ha una durata compresa tra 1:40 e 2:00 minuti.

**RUEDA.** Ogni gruppo presenterà la coreografia su musica propria. Prima dell'esecuzione della performance il Direttore di gara chiederà al "Cantador" di ascoltare 5-10 secondi del brano musicale al fine di valutare il giusto volume. Le tracce musicali dovranno durare da 2:30 a 3:00 minuti.

**CARIBBEAN SHOW DANCE.** Tutte le unità danzeranno su musica propria.

Per le unità singolo e duo la durata del brano musicale è da 1:45 a 2:15 minuti in accordo con il termine della frase musicale. Per le unità gruppo il brano musicale avrà una durata da 2:30 a 3:00 minuti.

**SALSA SHINE.** In tutti i turni di gara la musica sarà scelta dal Responsabile delle musiche e avrà una durata massima di 1:30 minuti.

**BACHATA SHINE.** In tutti i turni di gara la musica sarà scelta dal Responsabile delle musiche e avrà una durata massima di 1:30 minuti.

## 1.5 NORME DI SPECIALITA'

**Danze Caraibiche ( Combinata e Ballo Singolo )**

**CLASSE D:** Riservata alle coppie che, avendo cominciato da poco tempo l'apprendimento delle varie tecniche di ballo, vogliono cimentarsi in competizioni pur mantenendo il ballo come attività ludico/ricreativa.

Programma libero, non vincolato da una quantità limitata di figurazioni, ma deve comunque essere composto nel rispetto delle tecniche fondamentali di ciascuna danza.

**Classi C.** Classe destinata alle coppie "principianti", che da poco tempo fanno parte del mondo della danza sportiva e che hanno iniziato da poco a studiare questa disciplina.

Per queste coppie si consiglia di eseguire sequenze basiche che permettano l'apprendimento delle tecniche e degli stili fondamentali che caratterizzano le danze caraibiche.

La commissione mette a disposizione dei tecnici una routine "CONSIGLIATA" per tutte le danze per agevolare l'approccio alle competizioni.

**Le regole importanti da rispettare sono:**

- le coppie, a prescindere dalle figure eseguite, devono sempre marcare tutti i tempi.
- le parti senza presa possono durare al massimo 8/10 ottavi per ballo e devono essere eseguite solo in posizione frontale aperta;
- la Salsa Portoricana deve essere ballata al 2 o break on 2 per tutto il brano con l'utilizzo del piede sinistro avanti sul 2 musicale per il cavaliere, mentre per la dama piede destro indietro;
- le altre danze devono essere ballate all'1;
- è vietata l'esecuzione di LIFT/TRICK/ACROBAZIE
- gli spostamenti in pista sono consentiti solo ballando (sono quindi vietate le camminate)

**Classe B.** Classe destinata a coppie che hanno già esperienza nella danza sportiva e che studiano già da qualche anno le danze caraibiche.

Per queste coppie i programmi sono liberi, ma devono comunque essere composti nel rispetto delle tecniche fondamentali di ciascuna danza.

Le parti *senza presa* possono durare al massimo 8/10 ottavi per ballo e devono essere eseguite solo in posizione frontale aperta.

La commissione mette a disposizione dei tecnici un elenco di figurazioni per tutte le danze al fine di agevolare la composizione dei programmi di gara.

**Le regole importanti da rispettare sono:**

- le coppie, a prescindere dalle figure eseguite, devono sempre marcare tutti i tempi.
- le parti senza presa possono durare al massimo 8/10 ottavi per ballo e devono essere eseguite solo in posizione frontale aperta;
- la Salsa Portoricana deve essere ballata al 2 o break on 2;
- le altre danze devono essere ballate all'1;
- è vietata l'esecuzione di LIFT/TRICK/ACROBAZIE;
- gli spostamenti in pista sono consentiti solo ballando (sono quindi vietate le camminate)

**Classe U.** Classe destinata a coppie che hanno già esperienza nella danza sportiva e che studiano già da qualche anno le danze caraibiche.

I programmi sono liberi, ma devono comunque essere composti nel rispetto delle tecniche fondamentali di ciascuna danza.

Le parti *senza presa* possono durare al massimo 8/10 ottavi per ballo e devono essere eseguite in posizione aperta (qualsiasi posizione senza alcun contatto tra i due partner come ad esempio: posizione frontale aperta senza presa, posizione laterale destra o sinistra o side by side, posizione ombra, posizione schiena schiena, posizione trenino).

**Le regole importanti da rispettare sono:**

- le coppie, a prescindere dalle figure eseguite, devono sempre marcare tutti i tempi.
- le parti senza presa possono durare al massimo 8/10 ottavi per ballo e devono essere eseguite solo in posizione frontale aperta;
- la Salsa Portoricana deve essere ballata al 2 o break on 2;
- le altre danze devono essere ballate all'1;
- sono ammessi massimo 2 LIFT e 2 TRICK per ballo, ognuno dei quali della durata massima di 2 ottavi;
- gli spostamenti in pista sono consentiti solo ballando (sono quindi vietate le camminate)

**ATTENZIONE!!**

***Durante la competizione, se lo ritiene necessario, l'ISPETTORE DI GIURIA, in accordo col DIRETTORE DI GARA, può sospendere la gara per spostare di classe una coppia nel caso essa sia di livello superiore o inferiore alla classe nella quale è stata iscritta. Questo al fine di salvaguardare tutti i competitori e per permettere alla giuria una più corretta valutazione.***

## Rueda

Ogni gruppo dovrà ballare insieme in uno o più cerchi.

Possono essere usate altre tipologie di coreografie tipo linee o piccoli gruppi ma non dovranno essere predominanti nella performance.

Nessun atleta può competere contro se stesso quindi, un atleta non può ballare in più categorie.

Per la categoria Over 16 e Over 35 non vi sono restrizioni sul numero o la durata dei lift ammessi solo se eseguiti esclusivamente da atleti di età compresa tra i 16 e i 54 anni.

Sono sempre vietati per le restanti categorie.

## Salsa Shine

La coreografia deve tenere conto della natura delle danze caraibiche e quindi prevedere uno sviluppo circoscritto.

- È vietato l'uso di scenografie e oggettistica varia. Qualsiasi accessorio di abbigliamento deve essere indossato e non può essere lasciato a terra o scambiato tra i componenti del duo.

- La performance deve sempre essere ballata On 2 dall'inizio alla fine del brano o Break On 2 dall'inizio alla fine del brano, con l'utilizzo del piede sinistro avanti sul 2 musicale, sia per la dama che per il cavaliere.

È vietato e considerato fuori tempo qualsiasi altro svolgimento

-Non sono ammessi contatti tra gli atleti componenti il duo.

Per la classi C e B è obbligatorio danzare una coreografia composta esclusivamente da basi, pasitos e giri descritti nel testo adottato.

Le figure consentite sono riportate nell'**allegato 2**.

**Per la sola classe C** si possono eseguire tutte le figure in elenco **SENZA SVILUPPI**.

**Per la classe B** si possono eseguire **ANCHE GLI SVILUPPI**.

Le basi ed i pasitos possono essere spezzati, ballati per metà ed amalgamati liberamente tra loro.

**Per la classe U** il programma è libero ed è obbligatorio spostarsi solo eseguendo pasitos.

Gli elementi acrobatici sono vietati fino al turno di finale.

Nella performance ci deve essere una predominanza di tecnica caraibica, ma ci può essere una minima influenza di altri generi, ( Afro,Hip Hop, Folklore, Semi acrobatica ecc.)

## Bachata Shine

La coreografia deve tenere conto della natura delle danze caraibiche e quindi prevedere uno sviluppo circoscritto.

-È vietato l'uso di scenografie e oggettistica varia. Qualsiasi accessorio di abbigliamento deve essere indossato e non può essere lasciato a terra o scambiato tra i componenti del duo.

-La performance deve sempre essere ballata sull' 1 musicale, eseguendo il primo PASSO di sinistro di qualsiasi base, sia per la dama che per il cavaliere.

È vietato e considerato fuori tempo qualsiasi altro svolgimento.

-Non sono ammessi contatti tra gli atleti componenti il duo.

**Per la classi C e B** è obbligatorio danzare una coreografia composta esclusivamente da basi e figure descritte nel testo adottato.

Le figure consentite sono riportate **nell'allegato 3**.

Per la sola classe C si possono eseguire tutte le figure in elenco con i relativi sviluppi.

Per la classe B le restanti in elenco con i relativi sviluppi.

Le basi possono essere spezzate, ballate per metà ed amalgamate liberamente tra loro.

**Per la classe U** il programma è libero gli elementi acrobatici sono vietati fino al turno di finale.

## Caribbean Show Dance

Il Caribbean Show Dance è una specialità coreografica che si basa prevalentemente sulle tecniche delle danze caraibiche in tutte le possibili evoluzioni ma nella quale possono essere inseriti altri stili di ballo in maniera non predominante.

Nella coreografia possono essere inseriti, in maniera minima, anche influenze di altri generi, come ad esempio: Afro,Hip Hop, Folklore, Semi acrobatica, seguendo sempre e comunque prevalentemente una tecnica caraibica.

Possono essere utilizzati minimi accorgimenti scenografici (ad esempio sedie o altri oggetti facilmente trasportabili) e devono essere introdotti in pista e portati via solo dai componenti dell'unità competitiva.

Non sono ammesse altre persone, animali o mezzi a motore.

È vietato l'uso del "fuoco vero" o di materiale che sporchi il piano ballabile.

La pista deve essere lasciata libera, pulita e sgombra da oggetti, nel rispetto degli altri competitori.

I lift sono sempre vietati per le categorie 8/11, 12/15 Under 11 e Under 15.

Per le restanti categorie non vi sono restrizioni sul numero o la durata dei lift.

Si può utilizzare un'unica traccia musicale o un mix di tracce, ma almeno la metà della traccia deve essere di musica caraibica.

Il tema scelto nel Caribbean deve essere adatto alle varie categorie e classi.



## 1.6 SVOLGIMENTO COMPETIZIONE

Il Direttore di gara, nelle categorie dove non si raggiungano le 2 unità competitive, potrà decidere di accorparle alla categoria immediatamente superiore.

# Programma Consigliato

SALSA PORTORICANA CLASSE C		
	CAVALIERE	DAMA
1/8	ATTESA	
1/8	cross body lead	
1/8	abanico	
1/8	attesa	cruza cruza
1/8	cross over dama	
1/8	cross over hombre	
1/16	DOPPIO GANCIO SVILUPPO B (IN PROGRESSIONE)	
1/8	cross body lead	
1/8	QUINTA RAIZ	
1/8	MIRROR CAVALIERE	MIRROR DAMA
1/4	TRES TRES (PIEDE SX)	TRES TRES (PIEDE DX)
5/8	LADO LADO SVILUPPO C	
1/8	cross body lead CON VUELTA	
1/4	VUELTA DX	BASE ATRAS
5/8	BASE ATRAS	VUELTA ADX
1/8	FAN CON VUELTA PRESA COCOLO	
1/8	CROSS BODY LEAD	
1/16	VUELTA CON TEASER	
1/16	SETENTA SVILUPPO B (CHIUSURA LAZO CAVALIERE)	
1/8	cross body lead CON VUELTA	
1/8	SOMBRERO	
1/16	PARALE EL CUERPO	
1/8	GIRO A SX	



# Programma Consigliato

SALSA CUBANA CLASSE C		
	CAVALIERE	DAMA
1/8	ATTESA	
1/8	SON	
1/8	APERTURA CUBANA	
1/40	75	
1/8	BASICO RUMBA LADO LADO	
1/4	VUELTA A DX	BASE ATRAS
5/8	BASE ATRAS	VUELTA A DX
1/8	APERTURA CUBANA	
1/8	DILLE QUE NO	
1/8	ENCHUFLA	
1/8	ENCHUFLA SVILUPPO A (OCHO)	
1/16	SALUDO GUAPO	
1/24	SOMBRERO COMPLICADO	
1/8	VACILENCE	
1/8	CAMINAR	
1/8	CAMINAR CON VUELTA	
1/8	APERTURA CUBANA	
1/8	ENCHUFLA ELEGANTE	
1/8	AGUAEA CON VUELTA	

# Programma Consigliato

BACHATA CLASSE C		
	CAVALIERE	DAMA
1/8	ATTESA	
1/8	BASE SWING	
1/8	BASE LATERALE	
1/4	BASE LATERALE	
5/8	GIRO A DX	
1/32	ROMANTICA	
1/16	CAMBIO DI POSTO	
1/4	GIRO DX DAMA GUIDA FINACO CON MANO SX CAVALIERE	
5/8	GIRO SX DAMA CON GUIDA FIANCO MANO DX CAVALIERE	
1/8	VUELTA NATURALE	
1/8	BASE AVANTI PROGRESSIVA	
1/24	SENTADA	
1/8	VUELTA NATURALE SINCOPATA	
1/24	SETENTA CON LACCIO	
1/8	BASE TUMBAO	
1/4	BASE INDIETRO (SEPARATION)	
5/8	GIRO A DX IN AVANTI	GIRO A SX IN AVANTI
1/8	BASE LATERALE SINCOPATA	
1/8	BARCHETTA	
1/8	BASE SUL POSTO	

# Programma Consigliato

MERENGUE CLASSE C		
	CAVALIERE	DAMA
1/8	ATTESA	
1/8	VUELTA NATURALE	
1/4	SEPARATION	
5/8	BASE SWING	
1/4	TORNILLO A DX	TORNILLO A SX
5/8	BASE TWIST	
1/4	VUELTA NATURALE	
5/8	PENDULO	
1/4	SEPARATION	
1/16	SENTADA ALTERNADA	
5/8	CUADRADO SPECULARE	
1/6	APERTURA PARA ATRAS	
1/6	ENCHUFLA	
1/6	ENCHUFLA SVILUPPO A (OCHO)	
1/6	ENCHUFLA	
1/8	OCHO CONTRARIO (CON CONTO 7-8 BASE TWIST)	
1/16	SOMBRERO	
1/16	TUNNEL	
1/4	TORNILLO A SX	TORNILLO A DX
5/8	TORNILLO A DX	TORNILLO A SX
1/24	CAPA	
1/8	BASE SWING SVILUPPO A	
1/8	ENCHUFLA	
1/16	SETENTA	
1/8	PENDULO sviluppo d avanti-dietro (azione SPECULARE)	

**DANZE CARAIBICHE, ELENCO FIGURE CONSENTITE BACHATA SHINE CLASSE C**

1. BASE SUL POSTO (PRIMA BASE)
2. BASE SUL POSTO SINCOPATA
3. BASE SUL POSTO MERENGUE
4. BASE LATERALE
5. BASE LATERALE SINCOPATA
6. BASE ALTERNATA
7. CAMMINATA AVANTI PROGRESSIVA
8. CAMMINATA INDIETRO PROGRESSIVA
9. CAMMINATA ALTERNATA (AVANTI/INDIETRO)
10. CAMMINATA ALTERNATA (INDIETRO/AVANTI)
11. BASE AVANTI
12. BASE AVANTI CHA CHA CHA
13. BASE INDIETRO
14. BASE INDIETRO CHA CHA CHA
15. GIRO A DESTRA
16. GIRO A SINISTRA
17. GIRO PIVOT A DESTRA (GIRO A DESTRA CON TAP)
18. GIRO PIVOT A SINISTRA (GIRO A SINISTRA CON TAP)
19. GIRO CONTRARIO A DESTRA
20. GIRO CONTRARIO A SINISTRA
21. BASE TUMBAO
22. BASE SWING SUL POSTO
23. BASE SWING ALTERNATA AVANTI
24. BASE SWING ALTERNATA INDIETRO
25. GIRO A DESTRA PROGRESSIVO AVANTI
26. GIRO A SINISTRA PROGRESSIVO AVANTI
27. GIRO A DESTRA PROGRESSIVO INDIETRO
28. GIRO A SINISTRA PROGRESSIVO INDIETRO
29. VUELTA COCOLO A DESTRA
30. VUELTA COCOLO A SINISTRA

**BACHATA SHINE CLASSE B**

1. TUTTE LE FIGURE CONSENTITE PER LA CLASSE C
2. BASE LATERALE SV. A (BASE LATERALE CON GANCI)
3. GIRO A DESTRA SV. A e B
4. GIRO A SINISTRA SV. A e B
5. GIRO PIVOT A DESTRA (GIRO A DESTRA CON TAP) SV. A
6. GIRO PIVOT A SINISTRA (GIRO A SINISTRA CON TAP) SV. A
7. BASE SWING SUL POSTO SV. A (BASE SWING SUL POSTO CON GANCI)
8. DOPPIO GIRO A DESTRA SUL POSTO
9. DOPPIO GIRO A SINISTRA SUL POSTO
10. DOPPIO GIRO A DESTRA PROGRESSIVO
11. DOPPIO GIRO A SINISTRA PROGRESSIVO
12. DOPPIA VUELTA COCOLO A DESTRA
13. DOPPIA VUELTA COCOLO A SINISTRA

## SALSA SHINE CLASSI C E B

### ELENCO FIGURAZIONI CONSENTITE

- 1.1 BASE ALTERNADA E SVILUPPI
- 1.2 BASE LATERAL / LADO LADO E SVILUPPI
- 1.3 BASE ATRAS E SVILIPPI
- 1.4 BASE ADELANTE E SVILUPPI
- 1.5 VUELTA A DESTRA
- 1.7 VUELTA A SINISTRA E SVILUPPI
- 1.14 TORNILLO A DX E SVILUPPI
- 1.15 TORNILLO A SX E SVILUPPI
- 1.37 DOPPIA VUELTA A DESTRA (VEDI PASSI DELLA DAMA)
  
- 1.39 DOPPIA VUELTA A SINISTRA
- 1.47 MEDIA CAJITA E SVILUPPI
- 1.48 SLIDES
- 1.49 SLIDES KICK
- 1.50 CRUZA CRUZA
- 1.51 TRES TRES
- 1.52 TRES TRES DI DESTRO
- 1.53 SUZIE Q E SVILUPPI
- 1.54 SUZIE Q DI DESTRO E SVILUPPI
- 1.55 TRAQUETEO E SVILUPPI
- 1.56 COCOLO E SVILUPPI
- 1.57 CRUZADO AL FRENTE E SVILUPPI
- 1.58 CRUZADO ATRAS
- 1.59 CRUZADO PROGRESSIVO AVANTI
- 1.60 CRUZADO PROGRESSIVO INDIETRO
- 1.61 MIRROR E SVILUPPI
- 1.62 FLARE E SVILUPPI

# ABBIGLIAMENTO GARA

CLASSE D	UOMO	DAMA
Abbigliamento libero, nel limite della decenza e del buongusto estetico, nel rispetto delle limitazioni a fianco esposte	Non sono ammesse magliette e/o camicie senza maniche o canottiere. Pantalone esclusivamente lungo Calzature, idonee al ballo, obbligatorie	L'abito della donna dovrà coprire completamente la mutanda Calzature, idonee al ballo, obbligatorie Non eccedere in strass e lustrini.

# ABBIGLIAMENTO GARA

CLASSE C—U	UOMO	DAMA
<b>CTEGORIE: FINO A 15 ANNI</b>	<p>L'abbigliamento è obbligatorio come dai modelli indicati: tali abiti dovranno essere monocolore o bicolore. La manica può essere lunga o corta (non sono ammesse magliette, camicie senza maniche o canottiere). Pantalone esclusivamente lungo.</p>  <p><b>DECORAZIONI ed EFFETTI LUMINOSI</b> È vietato l'uso di strass, paillettes e tessuti specchiati e paillettati.</p> <p><b>SCARPE e CALZINI</b> Scarpe o stivaletti normali da ballo di ogni colore e materiale con tacco alto o basso. Non sono ammesse calzature in gomma e/o soles in gomma adatte per ginnastica, hip hop o funky</p> <p><b>ACCONCIATURA, MAKE-UP, OGGETTI, GIOIELLI e MONILI:</b> Se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in coda di cavallo. E' ammessa la bandana. Per la cat. 8/11 non è concesso alcun tipo di trucco, fondotinta o abbronzatura artificiale.</p>	<p>L'abbigliamento è obbligatorio come dai modelli indicati: tali abiti dovranno essere monocolore o bicolore (possibilità di variazione della lunghezza della manica). È ammesso l'utilizzo dei pantaloni. Le parti intime e la zona del seno dovranno essere adeguatamente coperte: sono vietati perizoma a vista.</p>  <p><b>DECORAZIONI ed EFFETTI LUMINOSI</b> È vietato l'uso di strass, paillettes e tessuti specchiati e paillettati.</p> <p><b>SCARPE e CALZINI</b> Sono obbligatorie calzature da ballo di ogni colore e materiale con tacco rigido non più alto di 3 cm. Per la cat. 8/11 e 5 cm per la cat. 12/15. Sono vietate zeppe con rialzo e/o soles oltre i 2 cm di spessore.</p> <p><b>ACCONCIATURA, MAKE-UP, OGGETTI, GIOIELLI e MONILI:</b> E' ammessa la bandana. Per la cat. 8/11 non è concesso alcun tipo di trucco, fondotinta o abbronzatura artificiale. Per la cat. 12/15 l'uso del trucco è ammesso solo se non appariscente e comunque senza l'aggiunta di decorazioni, strass, paillettes, rossetto e simili. È vietato qualsiasi tipo di accessorio quali cappelli, mantelli e catene pendenti. È ammesso l'uso di orecchini purché di lunghezza inferiore di max. 1 cm e non pendenti.</p>

# ABBIGLIAMENTO GARA

CLASSE C—U	UOMO	DAMA
<p><b>CATEGORIE:</b> 16 ANNI E OLTRE</p>	<p><b>ABBIGLIAMENTO</b></p> <p>La manica può essere lunga o corta (non sono ammesse magliette, camicie senza maniche o canottiere). Pantalone esclusivamente lungo. A titolo esemplificativo si riportano alcuni esempi</p>  <p><b>DECORAZIONI ed EFFETTI LUMINOSI</b></p> <p>Nessuna restrizione.</p> <p><b>SCARPE e CALZINI</b></p> <p>Scarpe o stivaletti normali da ballo di ogni colore e materiale con tacco alto o basso. Non sono ammesse calzature in gomma e/o soles in gomma adatte per ginnastica, hip hop o funky.</p> <p><b>ACCONCIATURA, MAKE-UP, OGGETTI, GIOIELLI e MONILI:</b></p> <p>Se i capelli sono lunghi devono essere raccolti in coda di cavallo. E' ammessa la bandana. Nessuna restrizione per il trucco. È vietato qualsiasi tipo di accessorio quali cappelli, mantelli e catene pendenti. È ammesso l'uso di orecchini purché di lunghezza inferiore ai 2 cm.</p>	<p><b>ABBIGLIAMENTO</b></p> <p>È ammesso l'utilizzo dei pantaloni. Le parti intime e la zona del seno dovranno essere adeguatamente coperte: sono vietati perizoma a vista.</p>  <p><b>DECORAZIONI ed EFFETTI LUMINOSI</b></p> <p>Nessuna restrizione.</p> <p><b>SCARPE e CALZINI</b></p> <p>Sono obbligatorie calzature da ballo di ogni colore e materiale con tacco rigido di almeno 5 cm. Sono vietate zeppe con rialzo e/o soles oltre i 2 cm di spessore</p> <p><b>ACCONCIATURA, MAKE-UP, OGGETTI, GIOIELLI e MONILI:</b></p> <p>E' ammessa la bandana. Nessuna restrizione per il trucco. È vietato qualsiasi tipo di accessorio quali cappelli, mantelli e catene pendenti. È ammesso l'uso di orecchini purché di lunghezza inferiore ai 2 cm.</p>