



# DIPARTIMENTO DANZA SPORTIVA

## REGOLAMENTO PER LE COMPETIZIONI (DANZE CARAIBICHE)

---

DIPARTIMENTO	Settore	Discipline
DANZA SPORTIVA	DANZE CARAIBICHE	Danze Caraibiche Salsa on 1 Salsa on 2 Bachata <b>Merengue</b> Caribbean Show Dance Rueda de casino Salsa shine

	Organo/Funzione	Data
APPROVAZIONE	Delibera n. del Consiglio Federale	29/07/2025

## DIPARTIMENTO DANZA SPORTIVA

Le danze caraibiche rappresentano l'evoluzione competitiva di vari stili, tra cui salsa, bachata e merengue.

### 1. DISCIPLINE

---

- Danze caraibiche (coppia maschio e femmina)
- Salsa on 1 (coppia maschio e femmina)
- Salsa on 2 (coppia maschio e femmina)
- Bachata (coppia maschio e femmina)
- Merengue (coppia maschio e femmina)
- Caribbean show dance (coppia maschio e femmina, solo maschile/femminile, duo maschile/femminile, piccolo gruppo 3-7, grande gruppo 8 atleti e oltre)
- Rueda de casino (piccolo gruppo 3-7, grande gruppo 8 atleti e oltre)
- Salsa shine (solo maschile/femminile, duo maschile/femminile, piccolo gruppo 3-7, gruppo 8 atleti e oltre) Bachata shine (solo maschile/femminile, duo maschile/femminile, piccolo gruppo 3-7, gruppo 8 atleti e oltre)

### 3. LE GARE DI DANZE CARAIBICHE SI SVOLGERANNO NEI SEGUENTI FORMATI

---

Coppia (maschile e femminile)

Solo (maschile o femminile)

Duo (duo femminile o duo maschile)

Piccolo Gruppo (qualsiasi combinazione da 3 a 7 atleti)

Grande Gruppo (qualsiasi combinazione da 8 o più atleti)

#### 3.1 COPPIA

---

Non è consentito l'abbinamento di coppia con più di un partner in una determinata categoria d'età e stile di danza, contemporaneamente.

#### 3.2 SOLO (UN ATLETA)

---

Non saranno consentite categorie miste, in quanto si tratta di due gare separate.

#### 3.3 SQUADRA CARAIBICA

---

Piccolo Gruppo (qualsiasi combinazione da 3 a 7 atleti)

Grande Gruppo (qualsiasi combinazione da 8 o più atleti)

Negli eventi riconosciuti dalla FIDESM un atleta può competere in più di un formato (ad esempio, coppia, solo, duo o squadra). tuttavia, un atleta non può competere in più di una coppia, duo o squadra nella stessa competizione FIDESM.

### 4. BALLI PER DISCIPLINA

---

La disciplina dei balli caraibici consiste in quattro balli eseguiti rigorosamente nel seguente ordine e in coppia:

Salsa sul 2 (con enfasi sul secondo battito della battuta musicale)

Bachata

Merengue

Salsa sull'1 (con enfasi sul primo battito della battuta musicale)

#### **4.1 SALSA SULL'1:**

---

Tutti gli stili di salsa con enfasi sul primo battito, ballati in coppia.

#### **4.2 SALSA SUL 2:**

---

Tutti gli stili di salsa con enfasi sul secondo battito, ballati in coppia.

#### **4.3 BACHATA:**

---

Tutti gli stili di bachata ballati in coppia.

#### **4.4 MERENGUE:**

---

Ballato in coppia.

#### **4.5 RUEDA DE CASINO:**

---

Coreografia di salsa eseguita in uno o più cerchi sul primo battito della battuta musicale. Le coreografie lineari o per piccoli gruppi non devono superare il 25% della routine totale.

#### **4.6 SPETTACOLO DI DANZA CARAIBICA:**

---

La coreografia deve essere ispirata agli stili caraibici, incorporando almeno uno tra Salsa, Merengue o Bachata. È possibile combinare fino a tutti e tre, purché il carattere caraibico venga preservato.

#### **4.7 SALSA SHINE:**

---

Salsa da solista, in coppia o in gruppo senza contatto fisico.

Il lavoro dei piedi (footwork) deve enfatizzare il ritmo, la musicalità e la tecnica. Le routine possono essere ballate in On1 o On2, ma devono mantenere il ritmo scelto per tutta la durata.

#### **4.8 BACHATA SHINE:**

---

Bachata da solista, in duo o in gruppo, senza contatto fisico. È fondamentale concentrarsi sulla precisione del lavoro dei piedi, sul movimento dei fianchi e del corpo, sul timing, sulla musicalità, sulla tecnica, sulla presenza scenica, sulla coreografia e sulla presentazione, mantenendo il ritmo e l'identità della Bachata.

### **5. CATEGORIE DI ETÀ'**

---

#### **5.1. LIMITI DI ETÀ PER SOLO, DUO O COPPIE:**

Juvenile I: compimento dell' 8° e 9° anno di età nell'anno solare.

Juvenile II: compimento del 10° e 11° anno di età nell'anno solare.

Junior I: compimento del 12° e 13° anno di età nell'anno solare.

Junior II: compimento del 14° e 15° anno di età nell'anno solare.

Youth: compimento del 16°, 17° e 18° anno di età nell'anno solare.

Adulto: compimento del 19° anno di età nell'anno solare.

Senior: compimento del 35° anno di età o più nell'anno solare. L'altro partner deve aver compiuto il 30° anno di età o più nell'anno solare.



## 6. REGOLA 7 (MUSICA)

---

### 6.1 TEMPO CONSENTITO. LA DURATA DELLA MUSICA E DELL'ESECUZIONE DEVE ESSERE CONFORME AL FORMAT DEL CONCORSO:

---

Categoria	Coppia (maschio e femmina)	Solo (maschile, femminile)	Duo (maschile, femminile)	Piccolo gruppo (da 3 a 7)	Grande Gruppo (da 8 atleti in poi)
Danze Caraibiche	1:30 – 2:00				
Salsa on 1	1:30-2:00 eliminatoire - 2:00-2:30 finale				
Merengue	1:30-2:00 eliminatoire - 2:00-2:30 finale				
Bachata	1:30-2:00 eliminatoire - 2:00-2:30 finale				
Salsa on 2	1:30-2:00 eliminatoire - 2:00-2:30 finale				
Rueda de Casino				2:30 - 3:15	2:30 - 3:15
Caribbean Show Dance	2:00- 2:30	2:00 - 2:30	2:00- 2:30	2:30 - 3:15	2:30 - 3:15
Salsa Shine		2:00 - 2:30	2:00 - 2:30	2:00 - 2:30	2:00 - 2:30
Bachaa Shine		2:00 - 2:30	2:00 - 2:30	2:00 - 2:30	2:00 - 2:30

Il mancato rispetto dei tempi di gara 'diventa materia di Giustizia Sportiva'

6.2 Il Presidente può estendere la durata massima di una o più danze se, a suo giudizio, una durata maggiore è necessaria per un giudizio equo su tale/i danza/e in un evento.

#### 6.3 Durata Musicale

Il tempo di ogni danza deve essere: (bpm = battiti al minuto)

- Salsa On 2: 90-120 bpm
- Bachata: 120-160 bpm
- Merengue: 100-140 bpm
- Salsa On 1: 90-120 bpm

#### 6.4 STILE MUSICALE

---

In tutte le competizioni FIDESM la musica deve essere in linea con il carattere della danza eseguita, ad esempio, non è consentita la musica disco per le danze caraibiche.

È obbligatorio utilizzare la versione originale del brano musicale. Non sono consentiti effetti

speciali né l'aggiunta di suoni strumentali. Aggiungere sovrapposizioni di percussioni a brani pop o ballate non qualifica la musica come Salsa o Bachata. Non è consentito mescolare stili diversi senza una struttura di danza caraibica adeguata.

Sono vietati testi espliciti e la musica deve essere del tutto appropriata alla categoria d'età dei concorrenti.

La musica dal vivo non è consentita.

È severamente vietato aggiungere nuovi suoni strumentali o sintetici che non facessero parte della composizione originale del brano. Tuttavia, è consentito migliorare o enfatizzare elementi già presenti nel brano originale (ad esempio, rafforzando le percussioni esistenti o accentuando i colpi degli ottoni), a condizione che la struttura e il carattere originali della musica rimangano intatti.

Tutta la musica utilizzata per le coreografie nelle categorie di Bachata deve essere autentica musica di Bachata, originariamente prodotta e registrata come tale da un artista o gruppo musicale di Bachata riconosciuto. L'obiettivo di questa regola è promuovere, sostenere e dare visibilità ai musicisti che dedicano il loro lavoro a preservare e far evolvere il genere Bachata. Produzioni moderne che mantengano la struttura fondamentale e l'essenza della Bachata tradizionale – anche con elementi contemporanei – sono pienamente accettate.

Sono ammesse eccezioni nel caso di cover, a condizione che la cover sia stata prodotta interamente come Bachata fin dall'inizio, inclusi tutti i componenti strumentali e ritmici caratteristici del genere. Tuttavia, l'aggiunta di un bongó o di un ritmo di Bachata sintetica su un brano pop o una ballata non la rende Bachata. Tali casi, in cui la struttura e la produzione originali non riflettono autenticamente il genere, non saranno ammessi.

Tutta la musica sarà soggetta a revisione e approvazione da parte del DJ e del Presidente per garantire che sia conforme a questi requisiti.

Tutta la musica utilizzata per le coreografie nelle categorie Salsa deve essere autentica musica Salsa, originariamente prodotta e registrata come tale da un artista o gruppo musicale di Salsa riconosciuto.

Sono accettabili produzioni contemporanee con arrangiamenti moderni, purché rimangano fedeli alla struttura fondamentale, alla strumentazione e all'identità ritmica della Salsa. Sono ammesse eccezioni nel caso di cover, a condizione che la cover sia stata interamente prodotta come Salsa fin dall'inizio, utilizzando tutti gli strumenti e gli elementi caratteristici del genere.

Ad esempio:

- Un bolero, una canzone pop o una ballata reinterpretata e registrata integralmente come Salsa da un artista o da un'orchestra di Salsa (con arrangiamenti, percussioni, ottoni e sezione ritmica adeguati) sarà considerata valida.

- La semplice sovrapposizione di un ritmo in stile Salsa (ad esempio, tumbadora o clave) a una traccia pop o l'utilizzo di loop generati da software senza una struttura Salsa adeguata non saranno accettati come Salsa. Tutta la musica verrà esaminata e dovrà essere approvata dal DJ e dal presidente dell'evento per confermare che soddisfino questi criteri.

### **6.5 MUSICA PER LA RUEDA DE CASINO: (VEDI REGOLE 7.4.1 E 7.4.3.)**

La musica sarà esclusivamente in stile Salsa. Non sarà consentito il mix di due brani di Salsa diversi, ma è consentito modificare lo stesso brano per ottenere la durata richiesta. Il brano musicale non può contenere "assoli" di generi diversi da Salsa. L'uso di (in tutte le sue varianti) reggaeton, funk, hip hop, plena, bomba, rumba (folklorike), cumbia, guaracha, changüiri, chachachá, bolero, tango, flamenco, ecc. è severamente proibito.

### **6.6 MUSICA PER LO SHOW DANCE CARAIBICO:**

Tutti i ritmi caraibici (Salsa, Bachata, Merengue) possono essere utilizzati insieme ad altri generi musicali latini.

Il 75% della musica deve essere composto da ritmi caraibici.

Un massimo del 25% circa della musica può essere di qualsiasi altro genere.

## 6.7 MUSICA PER SALSA SHINE: (VEDI REGOLA 7.4.2.)

La musica sarà esclusivamente in stile Salsa. Non sarà consentito il mix di due brani di Salsa, ma è consentito modificare lo stesso brano per ottenere la durata richiesta. Il brano musicale non può contenere "assoli" di generi diversi dalla Salsa. L'uso (in tutte le sue varianti) di reggaeton, funk, hip hop, plena, bomba, rumba (folklorike), cumbia, guaracha, changüiri, chachachá, bolero, tango, flamenco, ecc. è severamente vietato.

## 6.8 MUSICA PER BACHATA SHINE: (VEDI REGOLE 7.4.1 E 7.4.3.)

La musica sarà esclusivamente in stile Bachata.

Non sarà consentito il mix di due brani di Bachata, ma è consentito modificare lo stesso brano per ottenere la durata richiesta.

Il brano musicale non può contenere "assoli" di generi diversi dalla Bachata. L'uso (in tutte le sue varianti) di reggaeton, funk, hip hop, salsa, kizomba, zouk, bolero, tango, flamenco, ecc. è severamente vietato.

## 6.9 MUSICA FORNITA DALL'ATLETA O SUONATA DAL DJ IN OGNI DISCIPLINA:

Tipo Competizione	Coppia	Solo Maschile e Femminile	Duo Maschile e Femminile	Piccolo Gruppo	Grande Gruppo
Danze Caraibiche	Musica dell'Organizzatore				
Salsa on 1	Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale				
Merengue	Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale				
Bachata	Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale				
Salsa on 2	Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale				
Rueda de Casino				Musica Propria	Musica Propria
Caribbean Show Dance	Musica Propria	Musica Propria	Musica Propria	Musica Propria	Musica Propria
Salsa Shine		Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale	Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale	Musica Propria	Musica Propria

Bachata Shine		Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale	Musica dell'Organizzatore nelle Eliminatorie - Musica propria in Finale	Musica Propria	Musica Propria
---------------	--	---	---	----------------	----------------

## **6.10 REGOLAMENTO MUSICALE PER SOLO, COPPIE, DUO E SQUADRE CHE FORNISCONO LA PROPRIA MUSICA:**

Qualsiasi ingresso o uscita eseguita senza musica non viene valutato e comunque non deve superare i 15 (quindici) secondi.

Il caposquadra/allenatore deve fornire la musica per Solo, Coppia, Duo o Squadre al DJ (designato dall'organizzatore) -

I file musicali devono essere "nominati" con la categoria (Solo, Coppia, Duo o Squadra) e il nome utilizzato al momento dell'iscrizione. Inoltre, gli atleti o i capisquadra possono includere il titolo del loro spettacolo/coreografia, che verrà utilizzato a scopo identificativo e di presentazione durante la gara.

L'atleta/gli atleti o il caposquadra devono avere la musica prontamente disponibile su una chiavetta USB e fornirla al DJ.

La musica proveniente da altre fonti, come telefoni cellulari, laptop o tablet, non sarà accettata per l'utilizzo in gara.

Il DJ inizierà a riprodurre la musica al segnale dell'atleta/caposquadra.

Se la traccia audio è più lunga del tempo consentito, il DJ deve attenuare la musica allo scadere del tempo limite e ridurre il volume entro i successivi 5 (cinque) secondi.

Nel caso in cui l'esibizione venga interrotta per motivi tecnici legati alla musica, la ripetizione verrà concessa a sola discrezione del Presidente.

Solisti, Coppie, Duo o Squadre che non rispettano i limiti di tempo previsti possono essere squalificati dal Presidente.

## **7.1 ISCRIZIONE PER SOLO, COPPIA, DUO O SQUADRE CHE FORNISCONO LA PROPRIA MUSICA.**

Al momento dell'iscrizione, l'atleta/gli atleti/il caposquadra/l'allenatore devono consegnare la propria musica con i seguenti dati:

- Nome della Squadra Coreografica/Nome dello Spettacolo.
- Nome dell'Atleta/degli Atleti/il caposquadra/i recapiti dell'allenatore.

## **8. COREOGRAFIA E PROGRAMMA**

Le coreografie non sono vincolate da un numero limitato di figure, ma devono essere eseguite nel rispetto delle tecniche e degli stili fondamentali di ogni danza.

Le danze caraibiche (Salsa, Bachata, Merengue) non sono danze progressive quindi le coreografie devono essere eseguite verso un unico fronte.

Gli atleti devono sempre mantenere una distanza minima di due (2) metri dai giudici durante la loro esibizione. Il mancato rispetto di questo spazio può comportare un avvertimento o una penalità, per garantire la sicurezza e condizioni di giudizio ottimali.

### **8.1 IDENTITÀ DI STILE DI SALSA ED ESECUZIONE DI BASE RICHIESTE**

Sono ammessi in gara tutti gli stili di salsa riconosciuti, inclusi, a titolo esemplificativo ma non esaustivo: stile Los Angeles, stile New York, stile Portoricano, stile Cubano, stile Colombiano (Caleña) o lo stile sviluppato dall'atleta. L'obiettivo della gara è identificare e mettere in risalto un

vero salsero o salsera, ovvero un atleta che non solo dimostra tecnica e pulizia, ma che incarna anche visibilmente l'identità e la ricchezza del genere salsa sul palco.

### **8.1.2 REQUISITI PER I PASSI DI BASE NELLA SALSA:**

È obbligatorio per tutti i solisti, le coppie, i duo e le squadre includere i passi base della salsa nella propria coreografia. Questi passi devono essere eseguiti in modo chiaro, con il giusto tempismo e un chiaro intento stilistico. I passi base devono essere presenti sia durante il ballo di coppia che in qualsiasi passo di danza in solo, se presente. Come minimo, la routine deve includere due battute consecutive di 8 tempi (equivalenti a 4 misure di 4 battiti / 16 pulsazioni di semiminima) della base di Salsa. Questo permette ai giudici di valutare il timing, lo stile personale e l'interpretazione dell'atleta dell'essenza del genere.

La mancata esecuzione di una base di Salsa riconoscibile come descritto può comportare una penalità fino a 1 (un) punto dal criterio di punteggio "Coreografia e Presentazione", a discrezione della giuria.

### **8.1.3 TEMPO MUSICALE E MUSICALITÀ DELLA SALSA:**

I concorrenti devono mantenere un tempo costante (ad esempio, On1 o On2) e una coerenza musicale per tutta l'esecuzione. Non sono consentite modifiche arbitrarie al tempo, a meno che non siano chiaramente giustificate dall'arrangiamento musicale o da transizioni stilistiche.

Esempio: è accettabile che un atleta inizi il "passo uno" con il piede sinistro in avanti o con il piede destro indietro, purché la struttura del movimento delle gambe scelta venga mantenuta in modo coerente per tutta la coreografia.

Durante i momenti di interpretazione musicale, come la danza con strumenti specifici (ad esempio, pianoforte, bongó, timbal), gli atleti possono esprimersi liberamente attraverso il lavoro dei piedi. Tuttavia, devono tornare al tempo originale una volta conclusa la variazione musicale.

### **8.1.4 TECNICA E QUALITÀ DEL MOVIMENTO**

Sono richiesti un'esecuzione pulita, un allineamento corretto, rotazioni stabili e un controllo del corpo preciso. Se la coreografia include stili aggiuntivi come Afro, Rumba o Pachanga, questi devono essere eseguiti con autenticità e precisione tecnica. Stili non familiari o eseguiti male possono influire negativamente sul punteggio.

Per coppie e squadre, la sincronizzazione e la connessione tra i membri sono fondamentali. Indipendentemente dallo stile, la tecnica della Salsa deve essere costantemente visibile, mostrando la cadenza unica del genere, il trasferimento del peso, l'azione di spalle e fianchi, il movimento delle braccia e la fluidità generale del corpo.

## **8.2 IDENTITÀ DI STILE DI BACHATA RICHIESTA ED ESECUZIONE DI BASE**

Tempo musicale e coerenza ritmica nella Bachata

La coreografia deve iniziare sul primo battito della frase musicale. Gli atleti possono iniziare con il piede sinistro o destro, a condizione che lo schema di passi scelto venga mantenuto in modo coerente per tutta l'esecuzione, rispettando il tempo del primo battito. Qualsiasi deviazione da questo tempo sarà considerata fuori tempo.

In caso di frasi abbreviate, ponti musicali o progressioni all'interno della musica, gli atleti devono tornare al tempo originale utilizzato all'inizio dell'esecuzione subito dopo la variazione.

Sebbene mantenere un tempo costante sul primo battito sia fortemente raccomandato, non è obbligatorio per tutta la durata della routine. Gli atleti possono, per scopi artistici, interpretare sezioni melodiche o elementi musicali che vanno oltre il ritmo di base. Tuttavia, la coerenza ritmica deve essere preservata in ogni momento ed è richiesto un ritorno chiaro e controllato alla struttura ritmica principale.

### **8.2.1 REQUISITI PER I PASSI BASE NELLA BACHATA:**

---

Tutti i concorrenti di Bachata, in Solo, Coppia, Duo e Squadra, devono includere un passo base chiaramente riconoscibile nella loro coreografia. Questo passo deve essere eseguito con il giusto tempismo, in linea con la struttura musicale e con un'evidente intenzione stilistica. Il passo base deve essere presente sia nel lavoro di coppia che durante eventuali sezioni di footwork o shine, se applicabile.

La coreografia deve includere almeno due battute consecutive di 8 tempi (equivalenti a 4 misure di 4 battiti/16 pulsazioni di semiminima) di base continuo di Bachata, consentendo ai giudici di valutare il tempismo, il movimento del corpo e l'interpretazione stilistica del genere da parte dell'atleta.

La mancata esecuzione chiara di un passo base riconoscibile della Bachata come descritto può comportare una detrazione fino a 1 (un) punto nel criterio di punteggio della Coreografia e della Presentazione, come determinato dalla giuria.

### **8.3 PER I BALLI DI COPPIA:**

---

La coppia può ballare in posizione distaccata per una durata massima di 16 battute (64 battiti).

Nelle discipline di coppia, i concorrenti ideali sono atleti tecnicamente abili, musicalmente sensibili e artisticamente espressivi che dimostrano una forte connessione reciproca e una comprensione approfondita delle dinamiche di coppia. La valutazione darà priorità agli atleti che:

- Mostrano eccellenti capacità di coppia, tra cui comunicazione fisica, capacità di guidare e seguire, coordinazione ed equilibrio.
- Mantengono una musicalità e un tempismo chiari, interpretando fraseggio, ritmo e dinamiche con precisione e creatività.
- Dimostrano controllo tecnico, come un gioco di gambe pulito, postura, transizioni fluide e corretta esecuzione di azioni specifiche caraibiche (ad esempio, movimento dei fianchi, interazione con il partner, rotazioni, isolamenti). – Applicare varietà e qualità coreografiche, tra cui chiarezza strutturale, uso dello spazio, caratterizzazione dello stile di danza e impatto visivo.
- Mantenere un'energia e un'espressione costanti durante l'intera performance, riflettendo sia lo spirito della musica che l'identità dello stile di danza.

Un'esibizione di coppia di successo è quella in cui entrambi gli atleti si muovono come un'unica unità, con sinergia, intenzione e chiarezza, incarnando le esigenze tecniche e artistiche di danze caraibiche come Salsa, Bachata e Merengue.

### **8.4 RUEDA DE CASINO:**

---

Coreografia di Salsa eseguita da Rueda de Casino sul primo battito della battuta musicale, ballata in uno o più cerchi. L'uso di coreografie lineari o per piccoli gruppi non supererà il 25% della coreografia totale.

### **8.5 SPETTACOLO DI DANZA CARAIBICA:**

---

Coreografia di danza di tutti o di uno dei balli caraibici (Salsa, Bachata, Merengue). Elementi di altri balli possono essere utilizzati per arricchire e completare la coreografia, nel rispetto del carattere dei balli caraibici. Il carattere dei balli caraibici deve essere chiaramente visibile. L'uso di altri stili diversi dai balli caraibici non supererà il 25% della coreografia.

### **8.6 SALSA SHINE:**

---

Salsa ballata senza contatto fisico durante l'esibizione.

La danza in posizione aperta o laterale (fianco a fianco) deve essere una caratteristica principale del Salsa Shine Duo.

Nelle categorie Duo e Squadra, agli atleti è consentito il contatto fisico per un massimo di due frasi durante l'esibizione (4 battute di 4 battiti). Tuttavia, queste interazioni non devono includere

sollevamenti o cadute assistite eseguite con il supporto di un altro atleta.

È consentito l'uso di qualsiasi tipo di trick, acrobazia e flip (inclusi movimenti aerei, dip e altri elementi simili). Tuttavia, gli atleti devono garantire la qualità coreografica della loro routine, dedicando almeno l'80% dell'esibizione al ballo della Salsa.

### **8.7 BACHATA SHINE:**

---

La bachata viene ballata senza contatto fisico durante l'esibizione. La danza in posizione aperta o laterale (fianco a fianco) deve essere una caratteristica principale della Bachata Shine Duo.

Nelle categorie Duo e Squadra, agli atleti è consentito il contatto fisico per un massimo di due frasi durante l'esibizione (4 battute di 4 battiti). Tuttavia, queste interazioni non devono includere sollevamenti o cadute assistite eseguite con il supporto di un altro atleta.

È consentito l'uso di qualsiasi tipo di trick, acrobazia e flip (inclusi movimenti aerei, dip e altri elementi simili). Tuttavia, gli atleti devono garantire la qualità coreografica della loro routine, dedicando almeno l'80% dell'esibizione alla bachata.

### **8.8 PROFILO DELL'ATLETA PER LE DISCIPLINE SHINE**

---

Nelle categorie Shine, l'atleta ideale è un atleta completo che dimostra la piena padronanza degli elementi fondamentali del genere. La valutazione favorirà gli atleti che:

- Dimostrano una forte musicalità e una chiara comprensione del ritmo e del fraseggio.
- Eseguono passi base puliti e costanti, poiché questi costituiscono il nucleo strutturale della coreografia.
- Mostrano una raffinata qualità del movimento, inclusi controllo del corpo, isolamento e variazione dinamica.
- Eseguono un elevato numero di passi, con precisione e complessità, poiché l'essenza di Shine risiede nella padronanza dei "pasos libres".

Il lavoro dei piedi è l'elemento distintivo della disciplina Shine; pertanto, le esibizioni devono presentare un'ampia gamma di passi complessi e ritmicamente precisi per riflettere l'identità di questa categoria.

### **8.9 ORIGINALITÀ**

---

Ogni coreografia competitiva deve essere un'opera originale creata per la coppia/atleta/i/squadra in questione. Il plagio comporterà la squalifica del partecipante (anche successivamente, dopo la gara).

### **10. RISCALDAMENTO E PROVE**

---

Nelle competizioni WDSF World Ranking, gli organizzatori devono prevedere almeno 15 (quindici) minuti nel programma per il riscaldamento.

Per le prove negli eventi WDSF, vedere la Regola F.3 (Prove).

### **11. SOLLEVAMENTI**

---

Sono consentiti fino a tre (3) sollevamenti. Un massimo di 4 (quattro) barre per ogni sollevamento (16 battute) per le danze di coppia, la Rueda de Casino e la Caribbean Show Dance.

Un sollevamento è qualsiasi movimento durante il quale un membro di una coppia, duo o squadra solleva entrambi i piedi da terra contemporaneamente, con l'assistenza o il supporto dell'altro/degli altri partner.

Il Presidente può squalificare le coppie che eseguono un numero di sollevamenti superiore a quello consentito durante la gara.

### **12. TRIKS E GIRI**

---

Sono consentiti un massimo di cinque (5) tricks per routine. Durante l'esecuzione di qualsiasi trick, almeno un piede o una parte del corpo sotto la vita deve rimanere sempre a contatto con il

pavimento. Se entrambi i piedi vengono sollevati da terra durante l'esecuzione di un trucco, l'esecuzione sarà considerata un sollevamento.

Un trick è definito come qualsiasi movimento o elemento eseguito con l'assistenza o il supporto di un partner. Il trucco sarà conteggiato per l'intera durata in cui è presente l'assistenza.

Giri: Tutte le divisioni hanno un massimo di 8 battute / 32 battiti / 4 frasi da 8 conteggi per i giri continui. I giri non sono conteggiati come trucchi. Se un'unità supera il numero di giri consentito, verrà emesso un avvertimento e verranno detratti 0,50 punti dal punteggio delle Qualità Tecniche.

### **13. ATTREZZI/ACCESSORI/DECORAZIONI DI SCENA**

Non è consentito l'uso di attrezzi.

Gli attrezzi possono essere accessori tipici (ad esempio fiori, ombrello, sedia), ma anche parti dell'abbigliamento da gara (ad esempio sciarpa, mantello, guanti, cappello, berretto) se utilizzati dagli atleti come oggetti indipendenti durante la loro esibizione.

Durante l'esibizione, nessun atleta può lanciare o appoggiare a terra, anche temporaneamente, oggetti o accessori, nemmeno parti del costume.

Persone diverse dai membri della squadra non possono accedere al campo di gara.

Non è consentito posizionare elementi scenici sul campo.

Al termine dell'esibizione, la squadra deve lasciare il campo completamente sgombro e pulito.

### **14. ORGANIZZAZIONE DELLA GARA**

In tutte le discipline di Danze Caraibiche, lo svolgimento dei turni eliminatori dipenderà dal numero di atleti partecipanti e sarà determinato a discrezione del Presidente, in conformità con il format di gara applicabile:

- Fino a 6 partecipanti: Finale diretta.
- Da 7 a 12 partecipanti: Semifinale e poi Finale.
- Da 13 a 24 partecipanti: Quarti di finale, Semifinale e poi Finale.
- Da 25 a 48 partecipanti: 1° turno, Quarti di finale, Semifinale e poi Finale.
- Da 49 a 96 partecipanti: 1° e 2° turno, Quarti di finale, Semifinale e poi Finale.

#### **14.1 ORGANIZZAZIONE DEI TURNI E UTILIZZO DELLA MUSICA:**

Turni preliminari che portano alla finale (ottavi di finale, quarti di finale, semifinali): in queste fasi, sia che si gareggi in coppia o in gruppo, tutti i concorrenti balleranno insieme in pista, in gruppi. Il numero di concorrenti per gruppo dipenderà dalla fase della gara.

In tutti i turni precedenti la finale, si svolgeranno delle batterie. Ciò significa che gli atleti saranno divisi in gruppi e ogni gruppo si esibirà separatamente. Il numero di batterie dipenderà dal numero totale di concorrenti.

Il DJ fornirà la musica in questi turni.

Finali: Tutti i concorrenti balleranno da solisti (uno alla volta), con la propria musica. Pertanto, la musica deve essere consegnata in anticipo. Se un concorrente non consegna la propria musica in tempo, il DJ sceglierà un brano per la sua esibizione.

La semifinale deve sempre essere ballata in due batterie per gli Eventi Titolo.

Nelle finali di Salsa on1, Bachata, Merengue, Salsa on2, Salsa Shine e Bachata Shine, è opportuno prevedere un passaggio in cui i finalisti di solo, coppia e duo sono in pista insieme, prima delle finali individuali.

Tutti gli atleti e le squadre devono essere presenti sul luogo di gara almeno 60 minuti prima dell'inizio della propria categoria.

In ogni turno, l'ordine di esibizione deve essere stilato sotto la supervisione del Presidente della WDSF.

In tutti i turni precedenti e finali, può partecipare almeno la metà di tutti i Singoli, Coppie, Duo e Squadre del turno precedente.

## 15. (SALUTE E BENESSERE DEGLI ATLETI)

---

Tra i turni di una gara deve essere prevista una pausa di almeno 20 minuti.

Tutte le finali e le premiazioni per gli atleti Juvenile devono concludersi entro le 21:00 (21:00).

Tutte le finali e le premiazioni per gli atleti Junior I devono concludersi entro le 22:00 (22:00).

Tutte le finali e le premiazioni per gli atleti Junior II devono concludersi entro le 23:00 (23:00).

## 16. ABBIGLIAMENTO DA GARA

---

In tutte le competizioni previste dal presente Regolamento, i concorrenti dovranno indossare un abbigliamento o un costume conforme al Regolamento di Abbigliamento FIDESM, che costituisce parte integrante del presente Regolamento.

Ogni atleta può cambiare costume fino a tre (3) volte in tutti i turni di qualsiasi gara, a condizione che non sia consentito alcun cambio di abbigliamento o l'uso aggiuntivo di accessori o colori durante i turni di gara.

### 17.1 PRINCIPI GENERALI

---

Tutti gli abiti devono:

Rappresentare le caratteristiche delle danze caraibiche.

Essere appropriati all'età e al genere.

Rispettare il principio del "buon gusto".

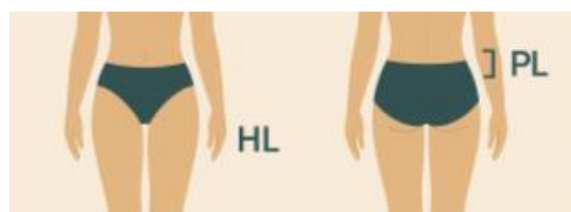
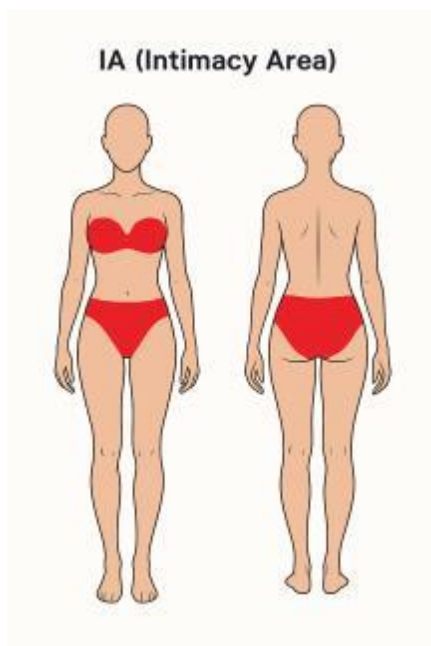
Il costume e il trucco devono essere appropriati alla categoria di età e al tipo di gara.

La danza a piedi nudi è severamente vietata in tutte le categorie. Gli abiti devono essere sicuri, comodi e non devono interferire con la prestazione dell'atleta o degli altri concorrenti.

### 17.2 DEFINIZIONI CHIAVE

---

IA (Area Intima): zone del corpo che devono essere coperte da materiali non trasparenti o da materiali trasparenti foderati con materiali non trasparenti. Se nella IA del costume di un atleta viene utilizzato il color carne, questo deve essere coperto con decorazioni. Durante l'intera gara, tutte le zone intime degli atleti uomini e donne devono essere completamente coperte. Ciò include le aree tra la linea dei fianchi (HL) e la linea degli slip (PL). L'uso di tessuti color carne o trasparenti non è consentito in queste aree (di qualsiasi colore eccetto il colore della pelle).

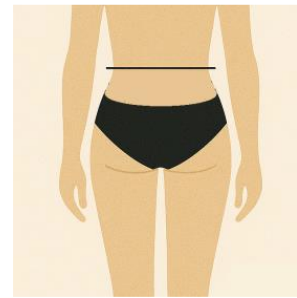


- Linea dell'anca (HL): linea superiore (altezza) degli slip.

- Linea della mutandina (PL): si riferisce al bordo più basso o alla linea inferiore delle mutandine (altezza di riferimento per la copertura)

**Retro:**

Il taglio può assomigliare a uno slip brasiliano. Qualsiasi tipo di perizoma è severamente vietato. È obbligatorio rispettare una linea retta orizzontale: la parte superiore della fessura interglutea (linea di separazione dei glutei) non deve essere visibile in nessun caso

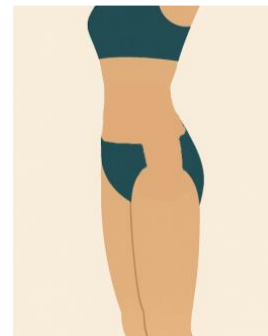


**Fronte:**

Il taglio deve seguire la piega naturale tra la gamba flessa e il busto (piega inguinale), garantendo un'adeguata copertura.

**Taglio laterale della gamba:**

È consentita un'area aperta tra la linea dell'anca (HL) e la linea della mutandina (PL). La distanza massima consentita per il taglio laterale è di 10 cm, indipendentemente dalla forma dell'apertura.



**Shape Area (SA):** area minima da coprire. In queste aree sono ammessi materiali trasparenti; è consentito qualsiasi colore.

**Materiali di base:** Tessuto che costituisce la struttura del costume. Crea la forma dell'abito:

- con effetti di luce (metallici, glitterati, con paillettes, ecc.)
- senza effetti di luce
- Decorazioni: qualsiasi elemento fissato al materiale di base, capelli, pelle:
  - o Con effetti luce (strass, paillettes, perline, perle ...)
  - o Senza effetti luce (piume, fiori, fiocchi, frange, applicazioni in pizzo, nastri ...)

Fermacravatte, borchie, gemelli, fibbie per cinture e gioielli personali non sono definiti decorazioni.

- Punto di apertura della parte superiore del capo (TOP): punto in cui la parte superiore o la camicia possono essere aperte al centro della fibbia della cintura o al centro della parte superiore dei pantaloni.



Trucco: include trucco per il viso, abbronzatura artificiale, smalto per unghie, unghie finte e ciglia finte.

- Gioielli decorativi: gioielli progettati per essere parte di un abito da ballo.
- Gioielli personali: gioielli destinati all'uso quotidiano personale. Se utilizzati durante le competizioni, l'uso è a rischio e pericolo di chi li indossa.
- 

### **17.3. INTERPRETAZIONE DELL'ABBIGLIAMENTO**

---

Al fine di promuovere l'inclusività, il comfort e la qualità delle prestazioni, l'interpretazione di alcuni elementi dell'abbigliamento deve consentire flessibilità nella terminologia e nella forma.

Interpretazione di "Pantaloni"

Il termine "pantaloni" come utilizzato nel presente regolamento include anche:

- Tute
- Collant
- Leggings

Queste varianti sono considerate valide alternative, purché rispettino tutte le altre normative relative a materiale, copertura e gusto.

Il tessuto del costume stesso (ad esempio, slip, body, pantaloni) è considerato sufficiente a coprire la zona intima (IA), a condizione che rispetti i requisiti di trasparenza e colore descritti in questo regolamento. Non è necessario aggiungere elementi aggiuntivi come strass, frange, piume o altre decorazioni per coprire la IA. Tuttavia, se il tessuto è color carne o trasparente, se in quest'area viene utilizzato del materiale, questo deve essere rivestito con tessuto non trasparente e/o opportunamente decorato per evitare confusione visiva.

### **17.4 MOTIVAZIONE**

---

Le danze caraibiche prevedono movimenti acrobatici, elevazioni e rotazioni complesse, che richiedono la massima libertà di movimento. Pertanto, applicare interpretazioni rigide dell'abbigliamento tradizionale sarebbe controproducente per la natura atletica ed espressiva delle danze. Questo articolo garantisce che il comfort, la sicurezza e le prestazioni degli atleti non siano compromessi da definizioni di abbigliamento eccessivamente succinte.

### **17.5. REGOLE SPECIFICHE**

---

Juvenile, Junior, Youth, Adulti e Senior:

Uomini:

Cappelli, mantelli e catene pendenti sono vietati.

Donne:

- Completi e pantaloni a due pezzi consentiti.
- Sciarpe consentite. Cappelli, mantelli e catene pendenti non sono consentiti.
- Perizomi non consentiti.
- Mutandine color carne non consentite.
- Il seno deve essere completamente coperto in ogni momento.
- La distanza tra le coppe del reggiseno deve essere inferiore a 5 cm per garantire una copertura e un sostegno adeguati.
- Tessuti trasparenti o color carne non sono consentiti nell'Area Intima (IA), a meno che non siano foderati con materiale opaco e decorati in modo appropriato.

## **17.6 REGOLE SULLE CALZATURE:**

---

Uomini:

- Sono ammesse scarpe da ballo di qualsiasi colore e materiale.
- Il tacco non deve essere più alto di 5 cm.
- Non sono ammesse scarpe con suola in gomma (come quelle utilizzate per la ginnastica o per le calzature funky).

Donne:

- Sono richieste scarpe da ballo di qualsiasi colore, con un tacco minimo di 3,5 cm.
- Sono vietate zeppe con soles o fasce più spesse di 2 cm.

Il costume e il trucco devono essere appropriati alla categoria d'età e al tipo di gara.

L'abbigliamento da gara deve rispecchiare le caratteristiche delle danze caraibiche.