



DIPARTIMENTO DANZA SPORTIVA

REGOLAMENTO PER LE COMPETIZIONI (DISCO DANCE)

DIPARTIMENTO	Settore	Discipline
DANZA SPORTIVA	DISCO DANCE	Disco Dance Disco Dance Acrobatica (Freestyle)

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

DISCO DANCE

Le regole generali di questo capitolo si applicano alle seguenti discipline di Danza Sportiva:

- Disco Dance
- Disco Dance Acrobatica (Freestyle)

1. GENERALE

Ai Campionati Mondiali Open WDSF e ai Campionati Continentali Open WDSF nelle discipline di Disco Dance, possono partecipare tutti gli atleti della categoria competitiva più alta di un ente membro WDSF. La domanda di iscrizione di un atleta può essere presentata solo dall'ente membro WDSF competente.

2. Unità competitive Disco Dance

- Solo (un atleta, donna o uomo)
- Duo (ragazza + ragazza, ragazzo + ragazzo e combinazione mista di 2 ballerini) *
- Piccola squadra (3-7 ballerini)
- Grandi squadre (8-24 ballerini)

3. Unità competitive Disco Dance Acrobatica (Freestyle):

- Solo (un atleta, donna o uomo)

4. Categorie di età per Solo e Duo

Le seguenti restrizioni di età sono obbligatorie nelle competizioni WDSF per Solo e Duo:

Categorie	L'atleta, nell'anno solare compie:
Juvenile I	9. Anno di età nel calendario solare
Juvenile II	Tra il 10. e l'11. Anno di età nel calendario solare
Junior I	Tra il 12. e il 13. Anno di età nel calendario solare
Junior II	Tra il 14. e il 15. Anno di età nel calendario solare
Youth	Tra il 16. e il 18. Anno di età nel calendario solare
Adult	Dal 19. Anno di età nel calendario solare

Il Duo sarà determinato dall'atleta più anziano.

Tutte le categorie di età possono competere in una categoria di età superiore alle competizioni WDSF Open.

Nelle competizioni WDSF Open, Junior I e Junior II possono competere insieme, a discrezione dell'organizzatore delle competizioni.

5. Categorie di età per squadre piccole e grandi

Le seguenti restrizioni di età sono obbligatorie nelle competizioni WDSF per squadre piccole e grandi.

Categorie	L'atleta, nell'anno solare compie:
Juvenile	Che abbiano raggiunto l'8., 9., 10. e 11. Anno di età nel calendario solare
Junior	Che abbiano raggiunto il 12., 13., 14. e 15. Anno di età nel calendario solare
Adult	Che abbiano raggiunto il 16. Anno di età nel calendario solare

Tutte le categorie di età possono competere in una categoria di età superiore alle competizioni WDSF Open.

Ogni squadra può includere atleti appartenenti a una categoria di età superiore adiacente senza cambiare categoria, con le seguenti restrizioni:

Squadre da 3 a 7 membri: 1 atleta può essere più grande.

Squadre da 8 a 12 membri: 2 atleti possono essere più grandi.

Squadre da 13 a 20 membri: 3 atleti possono essere più grandi.

Squadre da 21 a 24 membri: 4 atleti possono essere più grandi.

La definizione di categoria di età per una squadra è: fino al 50% dei membri della squadra può essere più giovane di una categoria di età.

6. Organizzazione della gara

Nella disciplina Disco DanceSport per Solo e Duo, a seconda del numero di atleti in gara, a discrezione del Presidente della Giuria, le eliminazioni avverranno secondo la tabella seguente:

- Fino a 8 partecipanti: Finale diretta
- Fino a 16 partecipanti: Semifinale e poi Finale
- Da 17 a 32 partecipanti: Quarti di finale, Semifinale e poi Finale
- Oltre 32 partecipanti: 1° turno, Quarti di finale, Semifinale e poi Finale

Nella disciplina Disco DanceSport per Small Team, Large Team, a seconda del numero di squadre in gara, a discrezione del Presidente della Giuria, le eliminazioni avverranno secondo la tabella seguente:

Fino a 6 squadre: Finale diretta

Fino a 12 squadre: Semifinale e Finale

Oltre 12 squadre: Quarti di finale, Semifinale e Finale

7. Impostazione della competizione, durata, ritmo e musica

Numero di Atleti	Unità Competitiva	Durata	Tempo	Musica
Disco Dance				
1	Solo	3 x 1 min (+/- 5 sec)	140 bpm	Musica dell'Organizzatore
2	Duo	3 x 1min (+/- 5 sec)	140 bpm	Musica dell'Organizzatore
3-7	Piccolo Gruppo	1,5	140 bpm	Musica dell'Organizzatore
8-24	Gruppo Danza	2,5 – 3 min	100-140 bpm	Musica propria
Disco Acrobatica				
1	Solo	3 x 1min	140 bpm	Musica dell'Organizzatore

7.1 Round 3x1 Disco Dance

Round 3x1: 1 presentazione, tutti gli atleti / 1 batteria (a seconda delle iscrizioni) / 1 finale, tutti gli atleti / durata della batteria +/- 5 secondi

- Il primo round preliminare inizia con una presentazione di 1 minuto di tutti gli atleti (massimo 15 atleti contemporaneamente in pedana). Tutti gli altri round preliminari iniziano con una presentazione di 30 secondi.
- Le batterie successive alle presentazioni durano 1 minuto e sono composte da un massimo di 6 atleti in Solo e un massimo di 3 in Duo.
- Ogni round preliminare termina con una presentazione di 1 minuto di tutti gli atleti (massimo 15 atleti contemporaneamente in pedana).

La finale inizia con 30 secondi per tutti gli atleti, batterie di massimo 1 minuto per 2 atleti/coppie, e termina con 1 minuto per tutti gli atleti.

- Tutte le batterie di ogni round, le presentazioni, le batterie e le batterie finali per singoli e coppie devono essere rivolte verso il pubblico.
- Qualsiasi concorrente che si muova tra i giudici per influenzare o cercare un trattamento di favore può essere squalificato.

7.2 Round 3x1 Disco Dance Acrobatica (Free Style)

3x1 round: 1 presentazione, tutti gli atleti / 1 batteria (a seconda delle iscrizioni) / 1 finale, tutti gli atleti / durata della batteria +/- 5 secondi

- I round preliminari e la finale iniziano con una presentazione di 30 secondi di tutti gli atleti, Disco Dance. Le acrobazie sono vietate nella batteria di presentazione.

- Le batterie successive alle presentazioni, inclusa la finale, durano 1 minuto e sono composte da un massimo di 2 ballerini, Disco Dance Acrobatica. La danza acrobatica deve essere presentata fluidamente e ballata musicalmente.
- I round preliminari e la finale terminano con tutti i ballerini a terra per 30 secondi, Disco Dance. Le acrobazie sono vietate nella batteria finale.
- La finale inizia con 30 secondi di tutti i ballerini, batterie di 1 minuto con massimo 2 atleti, e termina con 30 secondi per tutti gli atleti.

7.3 Turni di Gara per i Gruppi

- Una o due piccole squadre ballano contemporaneamente sulla musica degli organizzatori.
- Una grande squadra alla volta balla sulla propria musica.
- Musica, coreografia e abbigliamento rimangono gli stessi durante tutti i round.

8. Regolamento sull'abbigliamento e trucco

In tutte le competizioni previste dal presente Regolamento, gli atleti dovranno vestirsi o indossare un costume conforme al Regolamento sull'abbigliamento del Regolamento di Gara WDSF.

La scelta dell'abito e/o del costume per uomini e donne deve essere in linea con il tema dell'esibizione, ma la cosa più importante è che sia appropriato per la specifica categoria d'età. Ai ballerini uomini è consentito ballare a torso nudo solo nelle categorie Adulti e Senior. Sono vietati gioielli personali.

Non sono ammessi ornamenti e accessori religiosi e politici.

Agli atleti può essere richiesto di cambiare il proprio costume o accessorio se il Presidente ritiene che il costume o l'accessorio non sia conforme al presente Regolamento.

In caso di danni al costume o a una sua parte, è necessario segnalarlo al Presidente. La sostituzione può essere autorizzata a sola discrezione del Presidente.

Agli atleti non è consentito cambiare costume durante una gara.

Gli atleti possono partecipare alla premiazione indossando la loro tenuta da gara.

Il trucco deve essere appropriato all'età e alla disciplina in cui viene utilizzato. Trucco e costume non devono mai essere offensivi per il pubblico o per gli altri atleti.

Tutte le categorie di età possono truccarsi, ad eccezione delle categorie Juvenile I e Juvenile II.

Le parti intime devono essere coperte con materiale non trasparente; non saranno utilizzati tessuti a rete o materiali trasparenti. I pantaloncini devono coprire tutto il sedere durante la danza.

9. Pista da ballo e illuminazione della pista da ballo

Unità Competitive Disco Dance	Dimensione Minima della pista
Solo, Duo, Piccolo Gruppo	12 metri x 18 metri
Gruppo Danza	12 metri x 18 metri

Di norma, la pista da ballo per la disciplina Disco DanceSport dovrebbe essere una pista da ballo di alta qualità o una pista sportiva di altro tipo.

10. Illuminazione della pista da ballo

In generale, l'illuminazione deve coprire completamente la pista da ballo. I parametri tecnici per l'illuminazione della pista da ballo non possono essere modificati.

Le luci frontali devono essere bianche al 90%. Le competizioni potrebbero richiedere illuminazione ed effetti luce aggiuntivi, migliorando così la scena.

11. Disco Dance

11.1 Solo nella Disco Dance

- Body pump con movimenti del corpo con basi di contrazione e rilascio.
- Non deve esserci alcuna allusione a movimenti sessuali
- È consentita l'interpretazione personale delle tendenze contemporanee

11.2 Duo nella Disco Dance

- Movimenti sincronizzati a terra
- Sono consentiti passi come follow the leader, ombre e coreografie a specchio
- La distanza tra i ballerini non può superare i 3 (tre) metri

11.3 Squadre nella Disco Dance

- Le variazioni nelle formazioni sono essenziali
- La capacità degli atleti di mantenere le linee e le posizioni è importante
- La capacità di accentuare gli effetti come momenti salienti è importante

Acrobazie e sollevamenti non sono consentiti nella Disco Dance.

Acrobazie e sollevamenti non sono consentiti nella Disco Dance Solo, Duo Small o Large Team.

12. Disco Dance Acrobatica – Free Style

12.1 Disco Dance Acrobatica

Ritmo, movimento, cambi rapidi, connessione logica degli elementi, ingresso coreografico senza passi intermedi e preparazione per gli elementi ginnici, flessibilità, forza dinamica e statica, salti ed elementi ginnici nella relazione 60 (danza) e 40 (ginnastica).

La Disco Dance Acrobatica integra acrobazie avanzate nella performance. La danza dovrebbe prevalere sull'approccio ginnico. La qualità dell'esecuzione dell'acrobatica è essenziale nella valutazione tanto quanto il livello di difficoltà del movimento acrobatico.

Un movimento acrobatico è definito come un movimento in cui il corpo capovolge l'asse sagittale o frontale (ad esempio, capriole, rotazioni).

L'acrobatica deve essere distinta dai movimenti ginnici e dalle linee ginniche.

La performance include movimenti acrobatici. Se eseguiti in modo non tecnicamente corretto, possono compromettere la performance del ballerino.

13. Esecuzione (Immagine)

Tutti i criteri di valutazione hanno lo stesso peso, anche se ritmo e andatura sono considerati complessivi.

14. Tecnica:

La valutazione della tecnica include la valutazione della precisione dell'esecuzione e degli elementi, il livello di difficoltà degli elementi utilizzati nella coreografia, l'accuratezza nell'esecuzione degli elementi forniti, l'uso della scena, l'equilibrio, il controllo, la flessibilità, la fluidità del movimento, l'allenamento, la forza (intensità), l'agilità (capacità di muoversi rapidamente). Il ritmo è obbligatorio. Le variazioni del ritmo che mostrano dinamicità e tempi accentuano anche la musicalità. Postura, equilibrio, controllo. I movimenti di braccia e gambe devono essere eseguiti con estensioni che creano linee lunghe. Gioco di gambe flessibile sia nei passi base che negli elementi tecnici come calci e salti. L'impressione generale dovrebbe essere quella di un'esecuzione che mostri il ballerino che esegue la routine con facilità, velocità, esplosività ed elasticità. Fondamentalmente, in questa dimensione, valutiamo come il ballerino ha eseguito la coreografia fornita.

15. Coreografia (Composizione)

La composizione include la valutazione dei movimenti, delle figure e delle linee utilizzati. La diversità e l'originalità di ogni componente e l'uso della pista da ballo nella sua interezza. La capacità di percepire ogni cambiamento di ritmo da parte del ballerino, la creatività, l'originalità e il coraggio del coreografo di distinguersi. La coreografia dovrebbe presentare la capacità del ballerino di danzare in modo dinamico e di qualità nei movimenti, presentando anche movimenti duri e morbidi, veloci e lenti, ruvidi e aggraziati. Fondamentalmente, valutiamo il lavoro del coreografo in questa dimensione.

16. Performance (es. Immagine)

In questa dimensione, valutiamo l'espressività fisica ed emotiva, la presentazione, la comunicazione con il pubblico, l'energia dei ballerini e l'impressione che hanno lasciato su di voi e sul pubblico. Il trucco e l'acconciatura sono curati e in linea con l'età dei ballerini? Il costume, il trucco e l'acconciatura sono in armonia con l'impressione generale? Il carisma, la sicurezza di sé e l'entusiasmo del ballerino. In sostanza, in questa dimensione, valutiamo l'impressione generale che il ballerino ci ha lasciato.