DIPARTIMENTO
SPORT PER TUTTI

REGOLAMENTO PER LE COMPETIZIONI
(DANZE ACCADEMICHE)

DIPARTIMENTO	Settore	Discipline
SPORT PER TUTTI	DANZE ACCADEMICHE	Danza Classica Modern Contemporary Jazz Dance Show Dance

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

In ambito sportivo le Danze Accademiche rappresentano uno dei quattro ampi e variegati settori delle Danze Artistiche e propongono alle scuole di danza, in particolare agli insegnanti e ai loro allievi, un programma nazionale e territoriale di manifestazioni a carattere competitivo con sbocco internazionale, europeo e mondiale, nelle coppe e nei campionati della International Dance Organization.

Le Danze Accademiche comprendono in particolare le discipline:

DISCIPLINE/SPECIALITA'	DESCRIZIONE
DANZA CLASSICA	Tecniche di balletto, Repertorio classico, Variazioni libere
MODERN CONTEMPORARY	Graham, Cunningham, Limon, Humprey, ecc.
JAZZ DANCE	Modern Jazz, Lyrical Jazz, Video Dance, Musical, ecc.
SHOW DANCE	Libera composizione coreografica con tecnica accademica

1.1 CATEGORIE

Facendo riferimento all'età dei componenti, l'unità competitiva è inquadrata nelle seguenti categorie:

FASCE DI ETA'	CATEGORIE
08/12 - JUVENILE	08/12 anni: il componente più anziano ha tra gli 8 e i 12 anni
13/16 - JUNIOR	13/14 anni - JUNIOR I: il componente più anziano ha tra i 13 ed i 14 anni
	15/16 anni - JUNIOR II: il componente più anziano ha tra i 15 ed i 16 anni
17/oltre - ADULTI	17/oltre anni: il componente più anziano almeno nel 17° anno
Under 11	Atleti fino al 11° anno di età (fuori quota sino ai 13 anni)
Under 12	Atleti fino al 12° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Under 15	Atleti fino al 15° anno di età (fuori quota sino ai 17 anni)
Under 16	Atleti fino al 16° anno di età (fuori quota sino ai 18 anni)
Over 16	Atleti dal 16° anno di età (fuori quota sino ai 14 anni)
Over 17	Atleti dal 17° anno di età (fuori quota sino ai 15 anni)
OPEN	Partecipazione libera Per questa fascia di età non sono previste gare internazionali

1.2 UNITÀ COMPETITIVE

Le discipline prevedono la seguente unità competitive:

TIPOLOGIA	DESCRIZIONE
SOLO	Gare individuali per singolo maschile, singolo femminile o solo.
DUO	Femminile e misto
PICCOLO GRUPPO	Squadre formate da un minimo di 3 fino ad un massimo di 7 componenti
GRUPPO DANZA	Squadre formate da un minimo di 8 fino a 24 componenti
PRODUCTION	Squadra formata da almeno 25 elementi

1.3 ORIGINALITÀ COREOGRAFICA

Limitatamente alle classi A e AS e alle discipline Modern Contemporary, Jazz Dance e Show Dance, l'atleta non può presentare nell'ambito del medesimo evento la stessa coreografia (musica e passi).

1.4 DEFINIZIONI

Si definisce lift quando un atleta, sollevato da un altro atleta, si stacca da terra con entrambi i piedi. Si definisce acrobazia il movimento che prevede la rotazione completa del corpo sul piano frontale o sagittale.

2. DANZA CLASSICA – VARIAZIONE LIBERA

In ambito sportivo la Danza Classica si basa sulle tecniche fondamentali del balletto accademico. Onde evitare uno sconfinamento della coreografia nella tecnica moderna, i competitori dovranno attenersi scrupolosamente all'esecuzione di brani coreografici in cui si evidenzino solo elementi di tecnica classica/accademica in variazione libera.
Non è consentito presentare variazioni di repertorio o loro adattamenti.

2.1 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:

SOLO e DUO

CATEGORIE	8/12	13/16	17/oltre
CLASSI	C	C	C
	B	B	B

SOLO (maschile e femminile) e DUO

CATEGORIE	8/12	13/14	15/16	17/oltre
CLASSI	A	A	A	A
	AS	AS	AS	AS

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	OPEN
CLASSI	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	OPEN
CLASSI	U	U	U	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi "derogata a data da definirsi".

2.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La musica è scelta da ciascuna unità competitiva purché di genere classico (riferimento "Performance su musica propria" della parte generale). La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO
C e B	1:00-1:45	1:00-1:45
A e AS	1:00-2:15	1:00-2:15

CLASSE	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C	2:00-2:30	2:00-2:30
U	2:30-3:00	2:30-3:00

2.3 NORME DI SPECIALITÀ

La coreografia di Danza Classica deve comprendere una successione di posizioni, passi e movimenti organizzati in forma coreografica nel rispetto dei canoni della tecnica accademica.
Non è consentito presentare variazioni di repertorio o loro adattamenti.

Classe C. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali del balletto. Le variazioni - intese quali successione di posizioni, passi e movimenti - sono libere. È consentito l'uso non predominante dei lift solo a partire dalla categoria 13/16 per l'unità duo e Under 16 per le unità gruppo. In nessuna categoria è consentito l'uso delle punte.

Classe B, A, AS, U. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali del balletto. Le variazioni – intese quali successione di posizioni, passi e movimenti sono libere. È consentito l'uso dei lift e delle punte a partire dalla categoria 13/14 (ovvero 13/16) per l'unità duo e Under 16 per tutte le unità gruppo.

2.3.1 Oggetti scenici

Non sono consentiti gli allestimenti teatrali, fondali, quinte, pannelli, etc…; diversamente, sono sempre consentiti accessori ed oggetti scenici - ad esempio sedie, sbarre, piccoli strumenti come nacchere, tamburini, ventagli, ecc. purché gli oggetti siano utili per l'esecuzione della prova, attinenti alla coreografia, portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti.
Al termine dell'esibizione gli atleti devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

2.4 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D - TRIDIMENSIONALE

2.5 ABILITAZIONE

AC - Danze Accademiche

2.6 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento e il trucco sono da ritenersi liberi purché decorosi, in sintonia al tema prescelto ed a quanto descritto nella parte generale.

3. DANZA CLASSICA - REPERTORIO

I competitori dovranno attenersi scrupolosamente all'esecuzione di brani coreografici in cui si evidenzino solo elementi di tecnica classica/accademica.
La Variazione di Repertorio presentata dovrà rispecchiare quella originale.
Non sono ammesse modifiche, ad eccezione di piroette/giri, i giri sul posto possono essere eseguiti a sinistra o a destra.

3.1 CLASSI

SOLO (maschile e femminile) e DUO

CATEGORIE	8/12	13/14	15/16	17/oltre
CLASSI	U	U	U	U

3.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

Il brano musicale e la sua durata sono indissolubilmente legati alla Variazione di Repertorio presentata

3.3 NORME DI SPECIALITÀ

La Variazione di Repertorio presentata, dovrà rispecchiare quella originale.
Non sono ammesse modifiche delle Variazioni di Repertorio (ad eccezione di piroette/giri, i giri sul posto possono essere eseguiti a sinistra o a destra)

4. MODERN CONTEMPORARY

La danza moderna è caratterizzata dalla contaminazione di più stili e, dal punto di vista tecnico, dalla fusione di più elementi che danno origine a qualcosa di innovativo come accade nelle nuove forme di ricerca coreografica. Pur riferendosi alle tecniche storicamente riconosciute (Graham, Cunningham, Limon, Humprey…) questa disciplina può prevedere la sperimentazione a livello tecnico e coreografico, escluse le forme di teatro danza.

4.1 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:

SOLO e DUO

CATEGORIE	8/12	13/16	17/oltre
CLASSI	C	C	C
	B	B	B

SOLO (maschile e femminile) e DUO

CATEGORIE	8/12	13/14	15/16	17/oltre
CLASSI	A	A	A	A
	AS	AS	AS	AS

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	OPEN
CLASSI	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	OPEN
CLASSI	U	U	U	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi "derogata a data da definirsi".

4.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La musica è scelta da ciascuna unità competitiva (riferimento "Performance su musica propria" della parte generale). È consentito assemblea più porzioni di diversi brani musicali. La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO
C e B	1:00-1:45	1:00-1:45
A e AS	1:00-2:15	1:00-2:15

CLASSE	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C	2:00-2:30	2:00-2:30
U	2:30-3:00	2:30-3:00

4.3 NORME DI SPECIALITÀ

In generale è consentito l'uso di prese in lift solo a partire dalla categoria 13/16 classe B per le unità duo e dalla Under 16 classe U per i gruppi ma non devono essere parte predominante della coreografia.

Classe C. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali della specialità prescelta. Le coreografie (intese quali successione di posizioni, passi e movimenti) sono da ritenersi libere sebbene adatte all'età dei competitori. Non è accettabile l'uso di punte, prese, lift e acrobazie in nessuna delle categorie. Sono però concesse la capovolta - avanti e all'indietro - e la ruota (purchè eseguita con l'appoggio di entrambe le mani).

Classe B. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali della specialità prescelta ed il brano presentato potrà essere scelto in maniera opportuna rispetto all'età dei competitori. Nelle performance possono essere usate prese e acrobazie: nella classe B, sempre dalla 13/16, le acrobazie possono essere effettuate purché eseguite in modo autonomo dal competitore e che comunque ci sia sempre un contatto con

il piano ballabile.

A partire dalla categoria 13/16 per le unità solo/duo e dalla Under 16 per tutte le unità gruppo sono consentite prese, acrobazie e l'utilizzo di contaminazioni con altri stili di danza purchè non siano preponderanti rispetto all'intera coreografia. Dalla categoria 13/16 è ammesso l'uso delle punte.

Classe A, AS, U. Nelle performance devono essere comunque usate le tecniche fondamentali della specialità prescelta ed il brano presentato potrà essere scelto in maniera opportuna rispetto all'età dei competitori.

4.3.1 Oggetti scenici

Non sono consentiti gli allestimenti teatrali, fondali, quinte, pannelli, etc…; diversamente, sono sempre consentiti accessori ed oggetti scenici - ad esempio sedie, sbarre, piccoli strumenti come nacchere, tamburini, ventagli, etc… purché gli oggetti siano utili per l'esecuzione della prova, attinenti alla coreografia, portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti.
Al termine dell'esibizione gli atleti devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

4.4 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D - TRIDIMENSIONALE

4.5 ABILITAZIONE

AC - Danze Accademiche

4.6 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento ed il trucco sono da ritenersi liberi purché decorosi e conformi a quanto descritto nella parte generale.
Nella categoria 8/12 non è permesso l'utilizzo di abbigliamento color carne. Per le altre categorie, se l'abbigliamento è composto solo da culottes e reggiseno, questi indumenti non possono essere tinta carne.

5. JAZZ DANCE

La Jazz Dance trova le sue origini nelle movenze di derivazione africana contaminate attraverso l'utilizzo di musiche Jazz e R&B. I movimenti sono liberi, non strutturati come nella Danza Classica, e sono ammesse le tecniche affini e ogni relativo sviluppo derivante da Lyrical Jazz, Musical, Modern Jazz, etc…

5.1 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:

SOLO e DUO

CATEGORIE	8/12	13/16	17/oltre
CLASSI	C	C	C
	B	B	B

SOLO (maschile e femminile) e DUO

CATEGORIE	8/12	13/14	15/16	17/oltre
CLASSI	A	A	A	A
	AS	AS	AS	AS

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 11	Under 15	Over 16	OPEN
CLASSI	C	C	C	C

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	OPEN
CLASSI	U	U	U	U

Nota: La permanenza in Classe C per una sola stagione sportiva è da considerarsi "derogata a data da definirsi".

5.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

La musica è scelta da ciascuna unità competitiva (riferimento "Performance su musica propria" della parte generale). La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO
C e B	1:00-1:45	1:00-1:45
A e AS	1:00-2:15	1:00-2:15

CLASSE	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA
C	2:00-2:30	2:00-2:30
U	2:30-3:00	2:30-3:00

5.3 NORME DI SPECIALITÀ

In generale è consentito l'uso di prese in lift solo a partire dalla categoria 13/16 classe B per l'unità duo e dalla Under 16 classe U per i gruppi ma non devono essere parte predominante della coreografia.
In tutte le categorie e classi non è possibile cantare durante la performance.

Classe C. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali della specialità prescelta. Le coreografie (intese quali successione di posizioni, passi e movimenti) sono da ritenersi libere sebbene adatte all'età dei competitori. Non è accettabile l'uso di prese, lift e acrobazie in nessuna delle categorie. Sono però concesse la capovolta - avanti e all'indietro - e la ruota (purchè eseguita con l'appoggio di entrambe le mani).

Classe B. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali della specialità prescelta ed il brano presentato potrà essere scelto in maniera opportuna rispetto all'età dei competitori.
Nelle performance possono essere usate prese, acrobazie (le acrobazie possono essere effettuate purché eseguite in modo autonomo dal competitore e che comunque ci sia sempre un contatto con il piano ballabile) e contaminazioni ma sempre in misura non preponderante rispetto all'intera coreografia, a partire dalla categoria 13/16 per le unità solo/duo e dalla Under 16 per tutte le unità gruppo.

Classe A, AS, U. Nelle performance devono essere usate le tecniche fondamentali della specialità prescelta ed il brano musicale presentato dovrà essere scelto in maniera opportuna rispetto all'età dei competitori.
Nelle performance possono essere usate prese, acrobazie (le acrobazie possono essere effettuate purché eseguite in modo autonomo dal competitore e che comunque ci sia sempre un contatto con il piano ballabile) e contaminazioni ma sempre in misura non preponderante rispetto all'intera coreografia, a partire dalla categoria 13/14 per le unità solo/duo e dalla Under 16 per tutte le unità gruppo.

5.3.1 Oggetti scenici

Non sono consentiti gli allestimenti teatrali, fondali, quinte, pannelli, etc.…; diversamente, sono sempre consentiti accessori ed oggetti scenici - ad esempio sedie, sbarre, piccoli strumenti come nacchere, tamburini, ventagli, etc.…purché gli oggetti siano utili per l'esecuzione della prova, attinenti alla coreografia, portati in pista al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti.
Al termine dell'esibizione gli atleti devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.

5.4 SISTEMI DI GIUDIZIO

3D - TRIDIMENSIONALE

5.5 ABILITAZIONE

AC - Danze Accademiche

5.6 ABBIGLIAMENTO

L'abbigliamento ed il trucco sono da ritenersi liberi purché decorosi e conformi a quanto descritto nella parte generale.
Nella categoria 8/12 non è permesso l'utilizzo di abbigliamento color carne. Per le altre categorie, se l'abbigliamento è composto solo da culottes e reggiseno, questi indumenti non possono essere tinta carne.

6. SHOW DANCE (composizione coreografica)

La Show Dance è una libera composizione coreografica che permette al coreografo di creare e presentare un lavoro originale a tema libero, caratterizzato dall'utilizzo prevalente di tecniche accademiche (di stile classico e/o moderno e/o contemporaneo e/o jazz) su musiche proprie. La competizione mette a confronto sia l'esecuzione e interpretazione da parte degli atleti partecipanti - solisti, duo o gruppi - e sia gli stessi coreografi, per i quali può essere previsto il corrispondente premio di classifica.

6.1 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:

SOLO e DUO

CATEGORIE	8/12	13/16	17/oltre
CLASSI	B	B	B

SOLO (maschile e femminile) e DUO*

CATEGORIE	8/12	13/14	15/16	17/oltre
CLASSI	A	A	A	A
	AS	AS	AS	AS

*Femminile e misto solo per la 17/oltre

PICCOLO GRUPPO e GRUPPO DANZA

CATEGORIE	Under 12	Under 16	Over 17	OPEN
CLASSI	U	U	U	U

PRODUCTION

CATEGORIE	OPEN
CLASSI	U

Per la disciplina Show Dance, è prevista la tipologia solo/duo/gruppo di classe C al capitolo 5 *"modalità freestyle"* del regolamento di settore di Danze Coreografiche.

6.2 CARATTERISTICHE E DURATA DEI BRANI MUSICALI

Ciascuna unità competitiva danza con musica propria (riferimento "Performance su musica propria" della parte generale). La durata del brano musicale deve rientrare nei seguenti limiti minimi e massimi:

CLASSE	SOLO	DUO
B	1:00-1:45	1:00-1:45
A e AS	1:45-2:15	1:45-2:15

CLASSE	PICCOLO GRUPPO	GRUPPO DANZA	PRODUCTION
U	2:30-3:00	2:30-3:00	4:00-5:00

6.3 NORME DI SPECIALITÀ

La disciplina ha come elemento fondamentale la creazione e la rappresentazione di una coreografia originale, con un tema, un significato o una trama ispirata ai più famosi film, libri, musical, etc.
In modo specifico la disciplina si basa prevalentemente sulle tecniche delle danze accademiche: danza classica, danza moderna, modern-contemporary e jazz dance in tutte le loro possibili evoluzioni. Possono comunque essere inseriti altri stili di ballo, se utili ad interpretare il tema, a condizione che non siano predominanti.
Tema, coreografia e gestualità devono essere sempre consoni all'età degli atleti.
Le acrobazie sono concesse, purché queste non siano predominanti.

Classe C. Sono vietati i lift.

Classe B, A, AS, U. Nelle categorie Under 12 e 8/12 c'è il divieto di eseguire lift. Nelle restanti categorie i lift non dovranno essere parte predominante della coreografia.

6.3.1 Oggetti scenici

Possono essere usati accorgimenti scenografici (ad esempio sedie, fondali o altri accessori) purché gli oggetti siano utili per l'esecuzione della prova, attinenti al tema adottato, portati in pista in una unica fase al momento dell'entrata e riportati via al momento dell'uscita da parte degli stessi atleti del team. Al termine dell'esibizione i team devono lasciare la pista assolutamente sgombra e pulita.
Per il solo e il duo le scenografie devono essere posizionati insieme e in un unico momento.
In nessun caso alle unità competitive può essere concesso il coinvolgimento e l'impiego di altre persone, animali o mezzi a motore~~. I competitori non possono avvalersi dell'ausilio di elementi scenografici dinamici, per esempio a carattere elettrico o elettronico~~.
Eventuali maschere sul viso, indossate durante la performance, devono poter essere rimosse su richiesta del Direttore di gara al fine di rendere effettivamente riconoscibile l'atleta.

6.4 SISTEMI DI GIUDIZIO

4D - QUADRIDIMENSIONALE

6.5 ABILITAZIONE

AC - Danze Accademiche

6.6 ABBIGLIAMENTO, ACCESSORI E DECORAZIONI

L'abbigliamento ed il trucco sono da ritenersi liberi purché decorosi e conformi a quanto descritto nella parte generale.
I costumi e il trucco dovranno essere in sintonia con il tema prescelto e, soprattutto per le categorie Under 12 e 8/12 anni, è opportuno prestare la dovuta attenzione affinché l'abbigliamento sia idoneo all'età dell'atleta.
Nelle categorie Under 12 e 8/12 non è permesso l'utilizzo di abbigliamento color carne. Per le altre categorie se l'abbigliamento è composto solo da culottes e reggiseno questi indumenti non possono essere tinta carne.