

**CONFÉDÉRATION EUROPÉENNE
DE ROLLER – SKATING**

**C.E.R.S. (affiliée À LA F.I.R.S.)
COMITÉ EUROPÉEN DE PATINAGE ARTISTIQUE
(CEPA)**

**Compulsory Dances
for Europe**

**Versione Italiana
1-2004**



Information on Compulsory Dances, Free Dance, (CIPA Regulations)

A nome del Comitato CEPA desidero ringraziare le persone di seguito elencate che hanno contribuito in maniera determinante alla riproduzione del libro di danza CEPA che ha richiesto molto tempo ed un grande sforzo da parte di tutti:

Marco Faggioli - CEPA
Ronald Gibbs - Gt.Britain
Cinzia Bernardi - L'Italia
Lorenza Residori - L'Italia

NOTA IMPORTANTE PER GLI SCHEMI OBBLIGATORI

Tutti i diagrammi in questo libro sono una guida per ciascuna danza obbligatoria.

E' sottointeso che a causa delle diverse dimensioni delle piste in particolar modo in Europa, non è sempre possibile eseguire con precisione il disegno proposto. Ad ogni modo i pattinatori devono utilizzare tutta la superficie pattinabile mantenendo l'esecuzione precisa dei fili nei tempi corretti.

Margaret Brooks
Presidente C.E.P.A

Traduzione a cura di: Maria Isabel Civarolo
Con collaborazione e verifica tecnica di : Fabio Hollan

Indice

1. Glide Waltz	3
2. Skater's March	6
3. Rhythm Blues	9
4. Country Polka	12
5. Olympic Foxtrot	15
6. Denver Shuffle	18
7. Canasta Tango	21
8. Tudor Waltz	24
9. Swing Foxtrot	27
10. Kleiner (Little) Waltz	30
11. Kilian	33
12. Fourteen Step	37
13. Keats Foxtrot	41
14. Siesta Tango	45
15. Association Waltz	48
16. European Waltz	51
17. Imperial Tango	54
18. Flirtation Waltz	58
19. Harris Tango	61
20. The Blues	65
21. Rocker Foxtrot	68
22. Quickstep	71
23. Westminster Waltz	74
24. Argentine Tango	78
25. Italian Foxtrot	82
26. Starlight Waltz	85
27. Iceland Tango	90
28. Viennese Waltz	93
29. Paso Doble	96
Regole per la danza libera della Solo Dance	100
Regole per il libero di Coppia Danza	100
Esercizio Libero contenuto Tecnico	101
Limitazioni degli elementi tecnici	102
Esercizio Libero - Definizioni Tecniche	103
Danza libera, Merito Tecnico ed Impresione Artistica	103
Norme di valutazione e penalizzazioni	105
CEPA/CIPA Regole per i costumi di gara	107
Posizioni /Tenute di danza	108
CEPA Elenco delle Danze per la Solo Dance e Coppia danza	110

CEPA DANZE OBBLIGATORIE

COPPIA DANZA

MINI

- 1-Country Polka
- 2- Rhythm blues
- 3-Glide Waltz
- 4-Olympic Foxtrot
- 5-Skaters march

ESPOIR

- 1-Denver Shuffle
- 2-Canasta Tango
- 3-Tudor Waltz
- 4-Swing Foxtrot
- 5-Skater's march

	2003	2004	2005	2006
Cadetto:	Fourteen step Tudor Waltz Swing Foxtrot	Denver Shuffle Little Waltz Siesta Tango	Fourteen step Tudor Waltz Swing Foxtrot	Denver Shuffle Little Waltz Siesta Tango
Jeuness:	Kilian European Waltz Imperial Tango	Fourteen step Association Waltz Keats Foxtrot	Kilian European Waltz Imperial Tango	Fourteen step Association Waltz Keats Foxtrot
Juniors	Blues Harris Tango Tango Arg.	Rocker Foxtrot Flirtation Waltz Charleston	Fourteen step Imperial Tango Paso Doble	Blues Tango di Harris Samba
OSPD				
Senior	Paso Doble Westminster V.	Quickstep Viennese Waltz Charleston	Italian foxtrot Tango Argentino Paso Doble	Starlight waltz Iceland Tango Samba
OSPD				

SOLO DANCE

	2003	2004	2005	2006
Mini	Olimpic foxtrot Glide Waltz	Country polka Rhythm blues	Skater's March Olimpic foxtrot	Country polka Glide waltz
Espoir	Skaters march Canasta Tango	Denver Shuffle Tudor Waltz	Skater's march Swing Foxtrot	Denver Shuffle Canasta Tango
Cadetto	Fourteen step Swing foxtrot	Little Waltz Siesta Tango	Tudor Waltz Swing Foxtrot	Denver Shuffle Little Waltz
OSPD	Jive	Tango	Charleston	Paso Doble
Jeuness	Kilian Associat.Waltz	Keats Foxtrot Imperial Tango	Kilian Associat.Waltz	Fourteen step Imperial Tango
OSPD	Tango	Charleston	Paso Doble	Samba
Junior	Rocker foxtrot Flirtation Waltz	Blues Tango Harris	Fourteen step Harris Tango	Blues Imperial Tango
Senior	Quickstep Westminster V.	Italian foxtrot Viennese Waltz	Quickstep Tango Argentino	Starlight waltz Paso Doble

Importante!!!: Tutte le danze della Solo Dance devono essere eseguite sia per gli uomini che per le donne con i passi delle donne.

GLIDE (Straight) WALTZ

Inventore : Ignoto

Musica: Valzer 3/4
Tenuta: Kilian

Tempo: 120 battiti
Schema: Obbligato

ATTENZIONE : il Valzer Straight si esegue con velocità di metronomo a 126 battiti (Valzer Europeo).

Note:

La danza si esegue in posizione Kilian ed i passi sono gli stessi per entrambi i pattinatori. Questa è una danza molto semplice e, pertanto, si deve dare molta importanza alla perfetta aderenza dei passi con il tempo poiché frequentemente si nota, in coppie giovani ed inesperte, la tendenza ad "accelerare" l'esecuzione dei passi.

I passi 1 e 2 (SAE - DAI) formano uno Chassé (l'appoggio del passo 2 avviene sul terzo battito musicale. Il passo 3 è un SAE tenuto per tre battiti musicali seguito da un DAI (passo 4) sempre di tre battiti.

I passi 5 e 6 (SAE - DAI) formano uno Chassé; l'appoggio del passo 6 avviene sul terzo battito musicale.

Dal passo 7 al passo 10 si ripete la sequenza formata dai passi 3, 4, 5 e 6.

Il passo 11 è un SAE mantenuto per tre battiti e diretto verso l'asse longitudinale della pista.

I passi 12, 13 e 14 costituiscono una sequenza diretta verso la barriera della pista ed è composta da uno Chassé (formato dai fili DAE - SAI) e da un filo DAE mantenuto per due battiti.

Quest'ultimo passo conclude la sequenza della danza.

Punti essenziali per la valutazione:

- esatta esecuzione degli Chassé;
- accurato rispetto del tempo prescritto;
- il passo 11 deve essere un buon filo esterno mantenuto per tutta la durata stabilita;
- la posizione Kilian deve essere costantemente mantenuta per tutta la sequenza della danza;
- accurato rispetto del disegno obbligato.

GLIDE (Straight) WALTZ

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	2
	2	DAI - Ch	DAI - Ch	1
	3	SAE	SAE	3
	4	DAI	DAI	3
	5	SAE	SAE	2
	6	DAI - Ch	DAI - Ch	1
	7	SAE	SAE	3
	8	DAI	DAI	3
	9	SAE	SAE	2
	10	DAI - Ch	DAI - Ch	1
	11	SAE	SAE	3
	12	DAE	DAE	2
	13	SAI - Ch	SAI - Ch	1
	14	DAE	DAE	3



Kilian



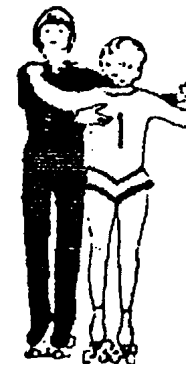
Kilian Reverse



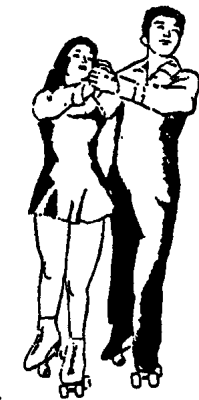
Tango



Tango promenade



Tango Reverse



Foxtrot o Aperta

POSIZIONI DI DANZA

Posizione mano-mano: Gli atleti sono disposti frontalmente, nella stessa direzione e lateralmente con braccio comodamente esteso, la mano sinistra della dama è posta nella mano destra del suo partner. La dama è sulla destra a meno che non sia specificato altrimenti.

Chiusa o posizione Valzer: I partner sono uno di fronte all'altro, uno pattina in avanti mentre l'altro pattina all'indietro. La mano destra del cavaliere è messa dietro la scapola della dama ben bloccata e con il gomito alzato e sufficientemente piegato in modo da tenere la posizione chiusa. La mano sinistra della dama è posta contro la spalla destra del cavaliere ed appoggia comodamente il braccio sul gomito del partner. Il braccio sinistro del cavaliere ed il destro della dama sono distesi quasi all'altezza delle spalle. Le spalle sono parallele.

Posizione aperta o di Foxtrot: La posizione delle mani e delle braccia sono uguali a quelli della posizione chiusa, ma entrambi i partner girano leggermente in modo tale che entrambi possono pattinare nella stessa direzione.

Posizione aperta di Tango: Lo sguardo dei partner è disposto nelle direzioni opposte al senso di marcia, uno pattina in avanti l'altro all'indietro. Diversamente dalla posizione chiusa, i partner pattinano fianco a fianco, il cavaliere si trova a destra o a sinistra della dama in posizione esterna.

Posizione Kilian: Lo sguardo dei partner è disposto nella stessa direzione, la dama si trova alla destra del cavaliere, la spalla destra del cavaliere è dietro a quella sinistra della dama. Il braccio sinistro della dama è esteso davanti ed incrocia il corpo del cavaliere prendendo la sua mano sinistra, mentre il braccio destro del cavaliere è dietro alla schiena della dama, ed entrambi le mani destre fanno presa all'altezza della vita della dama sopra il fianco.

Posizione Tandem: I partner pattinano uno dietro all'altro sullo stesso filo. La tenuta dev'essere per entrambi i pattinatori sulla vita della dama (mano destra della dama e mano destra del cavaliere) mentre l'altra (sinistra del cavaliere e sinistra della dama) è estesa leggermente dietro.



Tenuta mano-mano

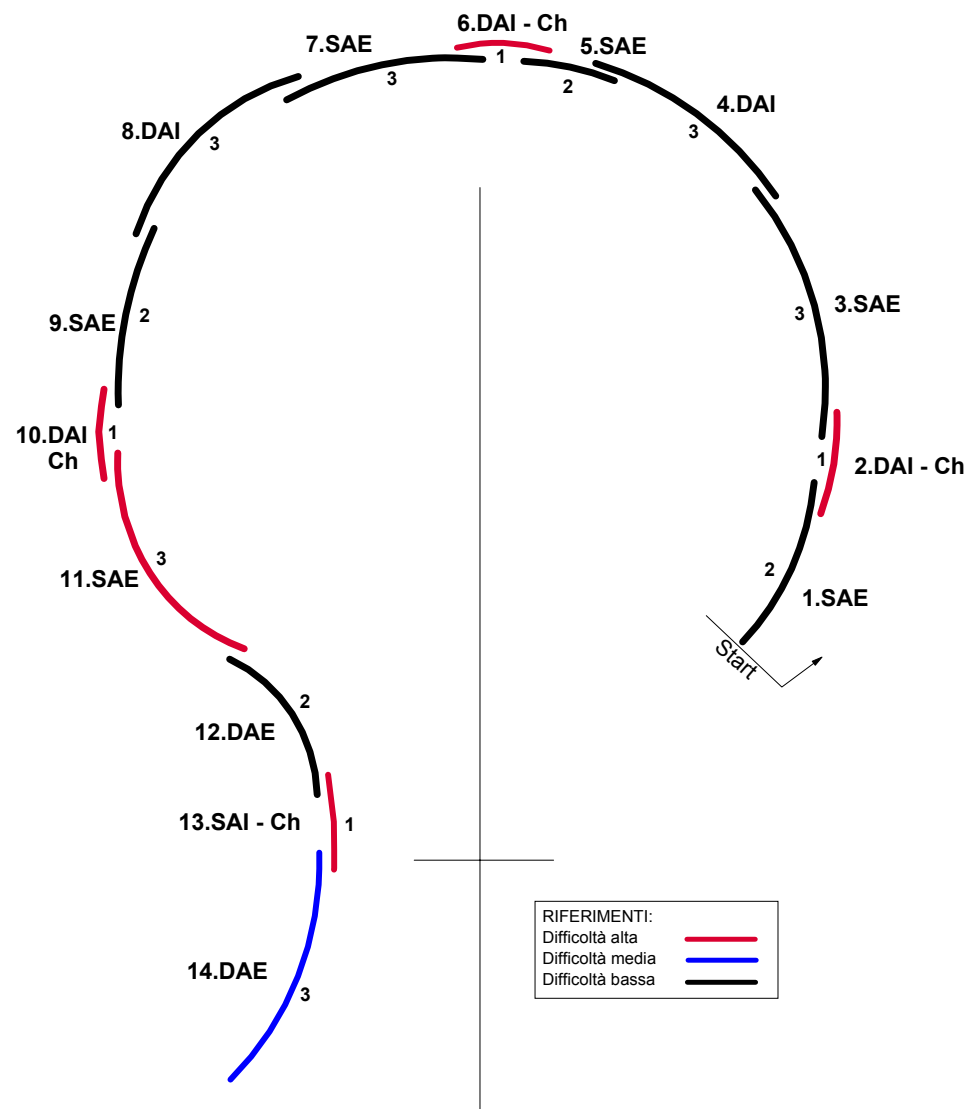


Tenuta tandem



Tenuta valzer o chiusa

GLIDE (Straight) WALTZ



THE SKATER'S MARCH

Creato da: Irvin e Nazzaro

Musica: Marcia 2/4 o 4/4
Tenuta: Kilian

Tempo: 100 battiti
Schema: Obbligato

Note:

L'esercizio inizia con il primo passo sul primo battito.
I passi dal 1 al 6 formano il rettilineo della danza.

Tutti i passi della danza sono dei progressivi ad eccezione dei passi 4,5, 10 e 14; la danza inizia con tre progressivi, i primi due sono di un battito ciascuno ed il 3° di due battiti.

Il passo 4 (XA-DAE) è un incrociato avanti ed il passo 5 (XI-SAI) è un incrociato indietro rispettivamente di due battiti ciascuno.

Nell'eseguire il passo 5 la gamba destra scivola in avanti ed è poi riportata accanto al piede portante al 4° battito per iniziare il passo successivo.

I passi 4,5 e 6 formano il lobo centrale della danza della durata di 8 battiti musicali, con i passi 4 e 5 che formano la prima metà del lobo.

Il passo 6 (DAE) è uno Swing di quattro battiti che inizia approssimativamente all'apice (punto max) del lobo e finisce sulla linea di base.

I successivi passi 7, 8 e 9 sono dei progressivi di un battito, per i primi due e di due battiti il terzo.

Il passo 10 (XA-DAI) è un incrocio avanti con contemporaneo allungamento della gamba sinistra indietro con la punta leggermente aperta di due battiti. I passi 7,8,9 e 10 formano la prima sequenza della curva.

Si dovrebbe sempre eseguire un numero pari di sequenze (complessivamente di 6 battiti) per mantenere la danza in un corretto fraseggio musicale. Tuttavia su piste di piccole dimensioni e meglio usare una sola sequenza delle curva e pattinare metà della danza (contando 3-4-1-2) piuttosto che deformare il disegno della danza o modificare troppo la velocità e la scorrevolezza della pattinata.

La linea di base in questa danza evidenzia solo il lobo centrale, infatti nel passo 6 inizia all'apice (punto max.) del lobo centrale.

Quando si usano due sequenze nella curva il passo 9 della seconda sequenza inizia all'apice della curva (barriera corta).

Punti essenziali per la valutazione:

- una posizione di Kilian chiara e corretta deve essere tenuta in tutte le parti dell'esercizio;
- rispetto del disegno;
- rispetto del ritmo ed incrocio su passi 4 e 5;
- il tempismo corretto di oscillazione di passo 6 (sul terzo battito);
- incrocio frontale dei passi n. 10 e 14.

REGOLE PER I COSTUMI CEPA/CIPA

In tutte le competizioni (durante le gare internazionali inclusi gli allenamenti ufficiali) il costume per entrambi i partner devono essere in carattere con la musica, è non deve causare imbarazzo al pattinatore, ai giudici e agli spettatori.

Per chiarire il paragrafo sopra, il termine di "nudità" di un costume è considerata una violazione delle regole di seguito riportate, e quindi ci sarà una penalizzazione. (Questo anche nel caso di utilizzo di materiali trasparenti che dà un aspetto di apparente nudità).

I costumi che sono molto scollati o che mostrano il diaframma sono considerati costumi da show e non sono adatti per le competizioni.

Perle, strass e decorazioni applicati sui costumi devono essere attaccati in modo tale da non causare danno ai successivi pattinatori a causa di un loro distacco.

Il costume della donna deve coprire completamente le anche ed i glutei. Non sono ammessi body tagliati al di sopra dell'osso iliaco. Tutti i costumi devono avere un gonnellino..

Il costume dell'uomo non deve essere senza maniche. La scollatura del costume non deve esporre il torace per più di 8 cm. al di sotto della clavicola. Non è permesso l'uso di materiale trasparente.

Non è permesso l'uso di oggetti di scena di alcun tipo.

La penalizzazione per ogni violazione al presente regolamento dovrà essere compresa tra i 5 decimi ed 1 punto, a seconda della gravità della violazione stessa. Su disposizione del Presidente di Giuria la detrazione dovrà avvenire dal punteggio "B" che è stato assegnato da ogni giudice.

Generale - ER 5.17

5.17.01 Alle competizioni partecipano coppie formate da 2 concorrenti un uomo ed una donna.

Passi introduttivi - ER 5.20

5.19.01 "I passi "iniziali" chiamati di apertura servono come introduzione alle danze obbligatorie.

Non sono soggetti a giudizio da parte della giuria eccetto nel caso come evidenziato al punto ER 5.19.02

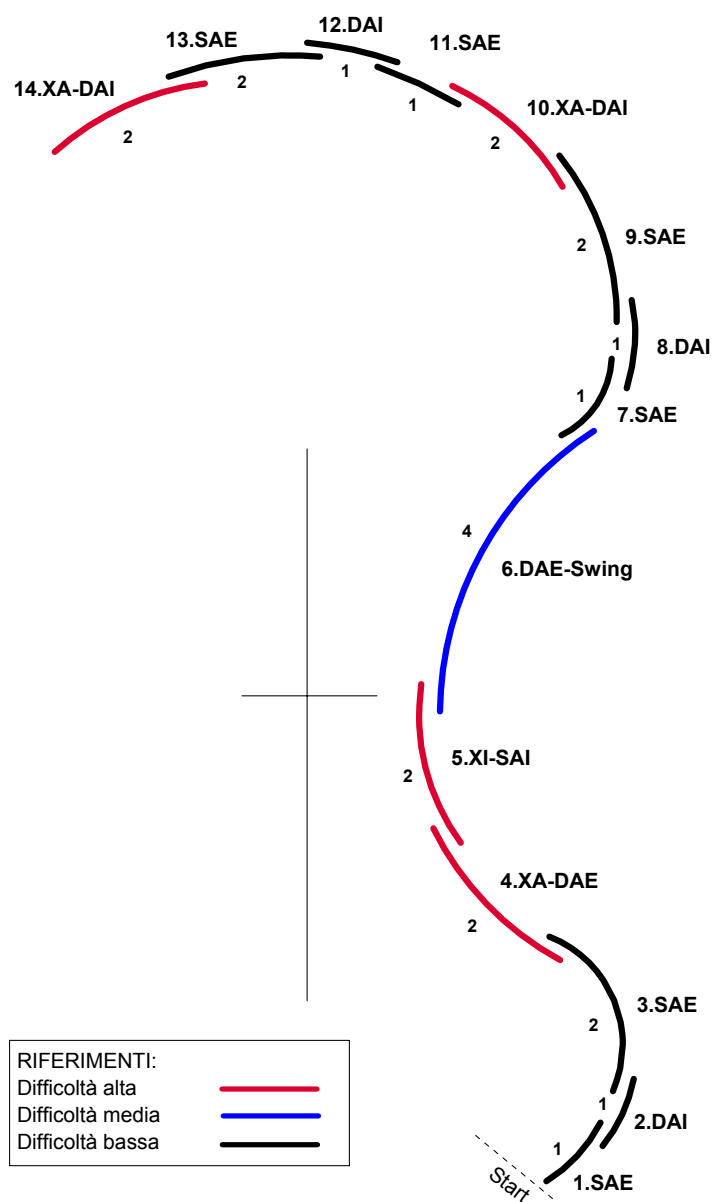
5.19.02 I passi di apertura di tutte le danze non devono eccedere i **24 battiti musicali**. Il conteggio inizia con il primo movimento dei pattinatori. Un movimento è definito come qualsiasi movimento del braccio, testa, gamba o piede.

LE REGOLE ED I REGOLAMENTI SOPRA RIPORTATE PER LE COPPIE DANZA DERIVANO DAL REGOLAMENTO C.I.P.A. E' SARANNO APPLICATE IN TUTTE LE COMPETIZIONI EUROPEE.

Lista dei passi – The Skater's March

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	2
	4	XA-DAE	XA-DAE	2
	5	XI-SAI	XI-SAI	2
	6	DAE-Swing	DAE-Swing	4
	7	SAE	SAE	1
	8	DAI	DAI	1
	9	SAE	SAE	2
	10	XA-DAI	XA-DAI	2
	11	SAE	SAE	1
	12	DAI	DAI	1
	13	SAE	SAE	2
	14	XA-DAI	XA-DAI	2

THE SKATER'S MARCH



NORME DI VALUTAZIONE E PENALIZZAZIONI - SR 3.47

3.47.01 Quando una danza obbligatoria o danza originale viene interrotta (determinata da una caduta o uno sbaglio) deve riprendere immediatamente nel punto tecnicamente più vicino nella sequenza di passi, e non necessariamente nel punto di interruzione.

3.48.02 Le seguenti detrazioni dovranno essere applicate dai giudici al punteggio delle danze obbligatorie e della danza originale in caso di caduta o interruzione come segue:

Errore	Penalizzazione
LIEVE	0.1 - 0.2
MEDIO	0.3 - 0.7
GRAVE	0.8 - 1.0

Si considera un **errore lieve** una breve interruzione dell'esecuzione; un **errore medio** un'interruzione che coinvolge fino a mezza sequenza; un **errore grave** un'interruzione che coinvolge più di mezza sequenza.

Nel caso che una coppia non esegua l'esatto numero di sequenze richieste deve essere applicata la penalizzazione di un punto (1.0) per ogni sequenza omessa.

Danza Originale (OSP) - SR 3.49

3.49.01 Le suddette detrazioni (SR 3.48) vengono solitamente applicate al primo punteggio (Contenuto Tecnico). Se la caduta o l'interruzione coinvolge anche l'aspetto estetico della presentazione, la detrazione avverrà anche nel secondo punteggio (Impressione Artistica) L'entità della detrazione è lasciata alla discrezione di ogni giudice che deve seguire, comunque, l'indicazione della tabella delle penalizzazioni.

Esercizio Libero - SR 3.50

3.50.01 La severità della detrazione per le cadute e le interruzioni in una parte della danza libera è lasciata alla discrezione del giudice. Se viene fatta una detrazione deve essere applicata al secondo punteggio (Impressione Artistica).

3.50.02 Nella danza libera, al primo punteggio (Contenuto Tecnico) devono essere applicate, per le sottoelencate violazioni del regolamento, le seguenti detrazioni:

3.50.03

Errori	Penalizzazione
Violazioni dei sollevamenti	2 decimi per ogni violazione punteggio A
Violazioni di perni, arabesque e trottole	2 decimi per ogni violazione punteggio A
Eccedenza di salti, saltelli o rotazioni	2 decimi per ogni violazione punteggio A
Eccesso di separazioni e relativa durata	2 decimi per ogni violazione punteggio A
Inginocchiarsi o sostare sul pavimento	3 decimi per ogni violazione punteggio B

Detrazioni nelle Danze Obbligatorie, OSP e Solo dance - SR 3.51

3.51.01 Per ogni scorretta esecuzione dei passi in rapporto alla musica (comunemente detto "Fuori Tempo") la detrazione deve avvenire in rapporto alla gravità dell'errore. Comunque, in caso di fuori tempo, la detrazione minima deve essere di due decimi (0.2).

3.46.04 Il secondo punteggio (**Impressione Artistica - B**) sarà assegnato sulla base dei seguenti fattori:

- Espressione dei vari ritmi
- Pulizia nel lavoro dei piedi
- Aderenza dei passi alla musica
- Ritmicità del corpo;
- Unisono della coppia
- Portamento
- Composizione armoniosa dell'intero programma
- Utilizzazione della superficie pattinabile

3.46.05 Il punteggio per l'Impressione Artistica prende in esame gli elementi estetici ed è considerata la parte "intangibile" della prestazione.

Comprende l'armonia, la composizione artistica la strutturazione coreografica del programma, la sua aderenza al testo musicale scelto; un bilanciato utilizzo della superficie pattinabile; la caratterizzazione del ritmo, l'unisono dei partner fra di loro e con il ritmo, portamento e presentazione della coppia.

3.46.06 Le domande che i giudici dovrebbero porsi per una corretta valutazione della danza sono:

- La struttura del programma è realizzato in armonia con le sequenze e nei tracciati?
- C'è varietà di difficoltà e ritmi?
- Sono collegate le varie parti della danza libera?
- La danza libera si sviluppa in modo continuo e fluido?
- Il programma dimostra abilità creativa?
- Il programma presenta movimenti originali e sorprendenti?
- La coppia ha rispettato le limitazioni imposte dal regolamento?
- La coppia dimostra controllo, fluidità e scorrevolezza?
- La coppia dimostra buona forma, buon portamento e unisono?
- L'esecuzione è ritmata ?
- L'esecuzione esprime il carattere della musica?
- STANNO REALMENTE DANZANDO?

THE RHYTHM BLUES

Inventore : Robert Craigin

Musica: Blues 4/4

Tenuta: Kilian

Tempo: 92 battiti

Schema: Obbligato

Note:

I passi 1, 2, 3 e 4 formano una sequenza di passi progressivi; il passo 1 (SAE) dura due battiti. Il passo 5 (SAI - Swing) ha una durata di quattro battiti; al terzo battito la gamba libera esegue uno Swing in avanti.

Anche il passo 6 (DAE / I - Swing) dura quattro battiti: inizia sul filo esterno e, successivamente, passa sul filo interno al terzo battito; durante l'esecuzione del cambiofilo la gamba libera esegue uno Swing in avanti.

I passi 7, 8 e 9 sono una sequenza di passi progressivi. I passi 10, 11 e 12 sono tre incrociati indietro della durata di due battiti ciascuno e concludono la sequenza della danza.

Punti essenziali per la valutazione:

- accurato rispetto della posizione Kilian prescritta;
- rispetto del disegno obbligato;
- accurato rispetto del tempo musicale nei primi tre passi;
- i fili dei passi 4-5-6 devono essere ben marcati;
- i passi 10-11-12 sono incrociati indietro e devono essere eseguiti ben chiusi con la gamba che diventa libera che si estende in avanti.

THE RHYTHM BLUES

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	2
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	1
	4	DAI	DAI	2
	5	SAI-Swing	SAI-Swing	4
	6	DAE/I-Swing	DAE/I-Swing	4
	7	SAE	SAE	1
	8	DAI	DAI	1
	9	SAE	SAE	2
	10	XI-DAI	XI-DAI	2
	11	XI-SAE	XI-SAE	2
	12	XI-DAI	XI-DAI	2

Esercizio Libero - Definizioni Tecniche - SR 3.45

3.45.01 Un sollevamento di danza è un'azione in cui la dama viene sollevata, sostenuta, e poi appoggiata lentamente; la vita della donna non deve superare la linea delle spalle dell'uomo e non deve avere caratteristiche di eccessivo sforzo fisico o di acrobaticità. Sedere o sdraiarsi sulle spalle del partner è considerato un'azione di forza e quindi non è permesso. La posizione nei sollevamenti viene realizzata grazie l'appoggio stabile e sicuro degli arti inferiori del partner sulla pista. In tutti i sollevamenti l'appoggio e la tenuta del partner che sostiene può essere eseguito con la presa delle mani o delle braccia.

3.45.02 un sollevamento prolungato è quello che eccede nel numero permesso di misure o battute che sono quattro (4) nel caso di un valzer (3/4); e di due (2) battute nelle altre musiche: 4/4, 6/8, ecc.

3.45.03 un salto assistito è un salto nel quale il partner dà assistenza passiva in un ruolo non d'appoggio. In questa azione, il movimento ascendente e discendente è continuo.

Danza libera, Merito Tecnico ed Impressione Artistica - SR 3.46

3.46.01 il punteggio dell'esercizio libero verrà assegnato con i seguenti criteri:

3.46.02 il primo risultato (**Merito Tecnico - A**) sarà assegnato sulla base dei seguenti fattori:

Difficoltà di passi e movimenti
 Varietà ed inventiva
 La sicurezza dei fili
 Pulizia del movimento

3.46.03 Il punteggio corrispondente al Merito Tecnico deve includere diversi elementi quali: difficoltà, varietà, chiarezza e sicurezza dell'esercizio. Generalmente questi sono considerati le parti atletiche di una prestazione di coppia ossia la parte più tangibile e quindi più importante. La difficoltà è valutata nell'insieme del programma intero, e non da elementi individuali. Passaggi morbidi ed armoniosi sono difficili, come anche la varietà in se stessa. Un programma ben costruito pattinato a musica (fondamentale in danza) viene valutato di più rispetto ad un altro che non è relazionata correttamente con il ritmo ed il fraseggio musicale.

- Un programma con fili chiari, ben pattinati, conclusi e con una buona inclinazione, nonché passi pattinati con convinzione ed autorità, dimostra pulizia e sicurezza nell'esecuzione a differenza di un programma realizzato con fili imprecisi e deboli il quale dà l'impressione di essere un esercizio eseguito per metà e quindi mal imparato, quasi di prova. Il punteggio di Merito Tecnico è la valutazione dell'abilità della coppia di pattinare dimostrata nel programma.

Limitazione degli elementi tecnici - SR 3.44

3.44.01 Movimenti propri del pattinaggio artistico come le separazioni, gli arabesques, i pivot, le trottole, i sollevamenti, i salti, ecc. sono permessi in un programma libero di gara. Una deduzione nel punteggio sarà effettuata dalla giuria se nel programma di gara si eccederà oltre al numero previsto dal regolamento. I movimenti sono consentiti con le seguenti limitazioni:

3.44.02 Sono permesse delle **separazioni** per consentire l'esecuzione di complessi passaggi di piede:

- non più di cinque (5);
- per la durata di non più di cinque (5) secondi l'una;
- le separazioni per cambi di tenuta o di posizione non sono soggette a restrizioni;
- le separazioni all'inizio o alla fine della danza libera sono permesse, sempre che non si eccedano i cinque (5) metri di distanza fra i partner e/o i dieci (10) secondi di distacco.

3.44.03 **arabesche e perni** (pivot) sono permessi:

- non più di tre (3),
- per la durata di non più di quattro (4) misure di musica se il tempo è valzer (3/4) o due (2) misure di musica in tutti gli altri tempi (2/4 - 4/4 - 6/8 ecc...).

3.44.04 Sono permesse delle **trottole** la cui esecuzione non deve superare il numero di tre (3) giri di rotazione.

3.44.05 **Sollevamenti di danza** sono permessi (come indicato al punto in **SR 3.45**) per aumentare la spettacolarità della danza dell'esercizio libero.

Sono permessi un massimo di 5 (cinque) e non devono superare un giro e mezzo (1 e 1/2) di rotazione.

Qualsiasi movimento coreografico nel quale il partner viene staccato dal pavimento sarà considerato un sollevamento. Cambiamenti di posizioni in un sollevamento sono permesse.

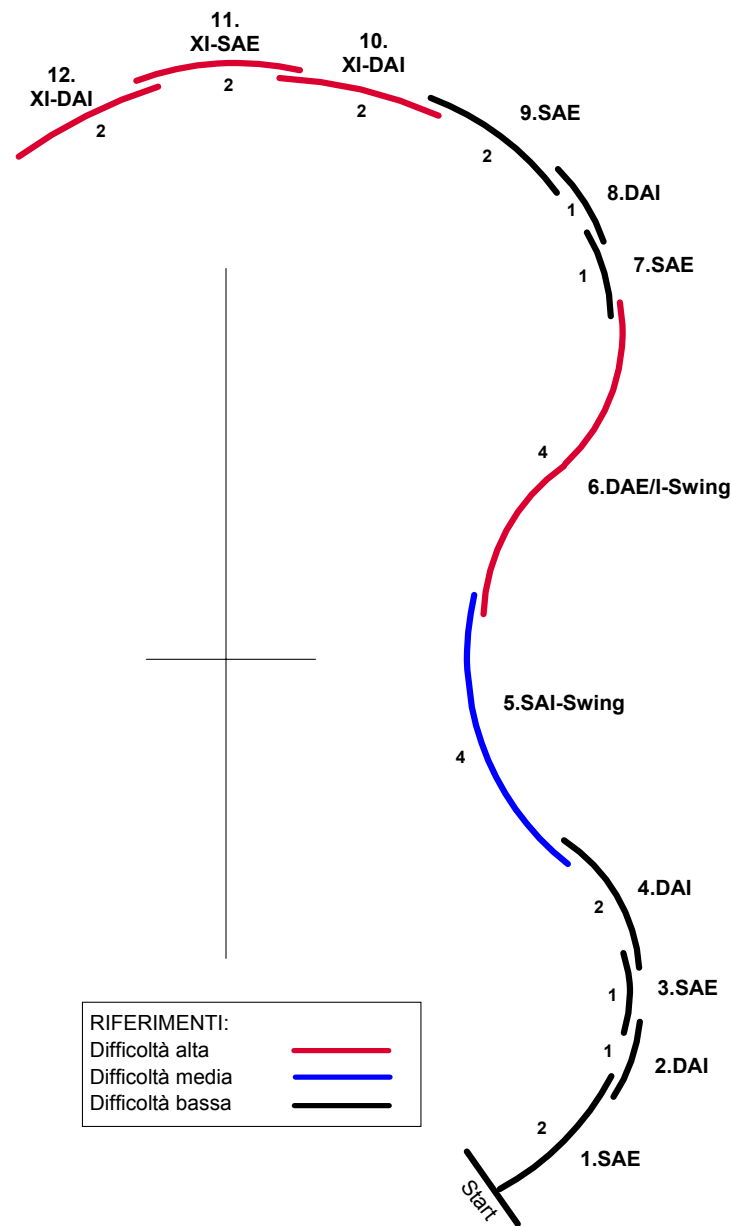
3.44.06 Sono permessi **piccoli salti** per cambiare piede o senso di marcia: - per una rotazione massima di mezzo (1/2) giro; - per un numero massimo complessivo di cinque (5) per entrambi i partner, eseguiti in posizioni di danza o separatamente a non più di due braccia di distanza. I salti da un giro di rotazione possono essere eseguiti da un solo partner per volta.

I **salti puntati** sono da comprendere nel numero massimo consentito (5); i partner possono saltare entrambi nello stesso tempo.

3.44.07 Sono permessi **passi corti, scattanti o balzati** solo quando servono per enfatizzare un particolare e momentaneo carattere della musica.

3.44.08 **Fermate** in cui la coppia staziona sulla pista mentre esegue col corpo pose statiche o movimenti, non possono eccedere le due (2) misure di musica per ogni arresto

THE RHYTHM BLUES



COUNTRY POLKA

Inventore : Edward O'neil

Musica: Polka 2/4

Tenuta: Kilian

Tempo: 112 battiti

Schema: Obbligato

Note:

In questa danza tutti i passi sono dei progressivi con l'eccezione dei passi 4 e 8. I passi dal 1 al 8 formano la sequenza della curva della danza.

La danza inizia con un passo SAE seguito da un progressivo DAI.

Il passo 3 è un SAE di due battiti. Questo viene eseguito con un **molleggio** del ginocchio sul secondo battito per preparare il passo seguente che è un XI-DAI; immediatamente dopo l'incrocio la gamba libera viene allungata in avanti e ritorna poi parallela al piede portante nel secondo battito.

I passi 5, 6, 7 e 8 ripetono la stessa sequenza dei primi quattro passi.

I passi dal 9 al 12 costituiscono la sequenza longitudinale della danza.

Il 9, SAE/I ed il 12 DAE/I con sei battiti ciascuno. Durante i primi due battiti, la gamba libera viene portata in avanti. Il ginocchio del piede portante è piegato e la gamba libera **tocca** con la ruota **esterna avanti** la superficie davanti al piede portante sul terzo battito. Immediatamente dopo avere toccato il pavimento, il piede libero passa indietro. Quando il piede libero passa vicino al piede portante si cambia filo da esterno a interno e questo avviene sul 4° battito. La gamba libera è estesa in dietro e la **ruota interna** avanti **tocca** la pista, in linea con il piede portante sul 5° battito.

Punti essenziali per la valutazione:

- i passi 4 e 8 devono risultare ben incrociati;
- durante l'esecuzione dei passi 9 e 12, bisogna prestare attenzione all'esatta esecuzione del cambiofilo sia come tempo che come pressione di filo un buon cambiofilo ben impostato, permette alla coppia di effettuare un buon disegno;
- I passi progressivi devono essere dei veri progressivi e non dei passi incrociati;
- la posizione Kilian deve essere mantenuta per tutta la danza;
- rispetto del disegno obbligato;
- Attenzione alla "TOCCA" del piede nei passi 9 e 12.

3.42.02 Sono accettabili i seguenti tipi di musica:

- tutta la musica classica, ballettistica, folkloristica e contemporanea, sempre che rispetti le norme suddette;
- la musica classica, come le sinfonie, le sonate ed i concerti, solo se trascritta con un ritmo della musica di danza;

Esercizio Libero Contenuto Tecnico - SR 3.43

Durante la creazione di una danza libera si deve tenere conto dei seguenti elementi:

3.43.01 Tutti i passi, i giri e i cambi di posizione sono permessi;

3.43.02 Sono consentiti movimenti di pattinaggio artistico appropriati al ritmo, alla musica e al carattere della danza;

3.43.03 Non sono consentiti inserimenti di elementi con lo scopo di dimostrare capacità di forza fisica:

3.43.04 Deve essere incluso un complesso lavoro dei piedi che deve mostrare originalità e difficoltà;

3.43.05 Non sono permessi i seguenti movimenti:

- appoggiarsi, sedersi o sdraiarsi sui pattini del partner;
- tenere gli stivaletti o i pattini del partner;
- sedersi o sdraiarsi sulla gamba del partner senza che almeno un pattino resti appoggiato sulla pista;
- inginocchiarsi o sdraiarsi sulla pista in modo eccessivo sia come quantità che come tempo di stazionamento. Inginocchiarsi o sdraiarsi sulla pista è consentito o all'inizio o alla fine del programma per un massimo di 5 secondi;
- individualmente = senza superare i 10 secondi per ogni partner;
- contemporaneamente = senza eccedere i 10 secondi di permanenza al suolo.

3.43.06 nella composizione di una danza libera, eccessive ripetizioni di movimenti. Devono essere evitati ad esempio; l'eccessivo uso dei puntali, la posizione mano in mano, pattinare fianco a fianco o uno dietro all'altro o il pattinare a specchio.

REGOLE PER IL LIBERO DELLA SOLO DANCE

Note generali su Merito Tecnico:

Tutti i passi e giri sono permessi come anche liberi movimenti di Pattinaggio appropriati al ritmo, musica e carattere della danza.

Lavoro di piedi incrociati devono essere inclusi e devono esporre originalità e difficoltà.

Inginocchiarsi o posare sul pavimento, è permesso solamente all'inizio ed alla fine del programma. Questo può essere fatto per un massimo di cinque (5) secondi, all'inizio o alla fine.

Sicuramente liberi movimenti di pattinaggio come giri, figure, trottole, salti e rotazioni sono permesse con la limitazione seguente:

- Non più di tre (3) giri per trottole sono permessi ed il numero totale di trottole non deve eccedere tre (3).
- i Piccoli salti nella danza sono permessi ma non devono eccedere più di una rotazione col numero totale di salti che non eccedono cinque (5).
- Un esercizio libero che contiene più del numero massimo di trottole o salti sarà penalizzato dai giudici.

La penalizzazione per ogni errore sarà 0.3 nel contenuto tecnico.

REGOLE PER IL LIBERO DI COPPIA DANZA

Scelta della base musicale (FREE DANCE MUSIC) SR 3.42

3.42.01 La base musicale utilizzata per l'esecuzione di una danza libera è scelta da ogni coppia tenendo conto delle seguenti indicazioni:

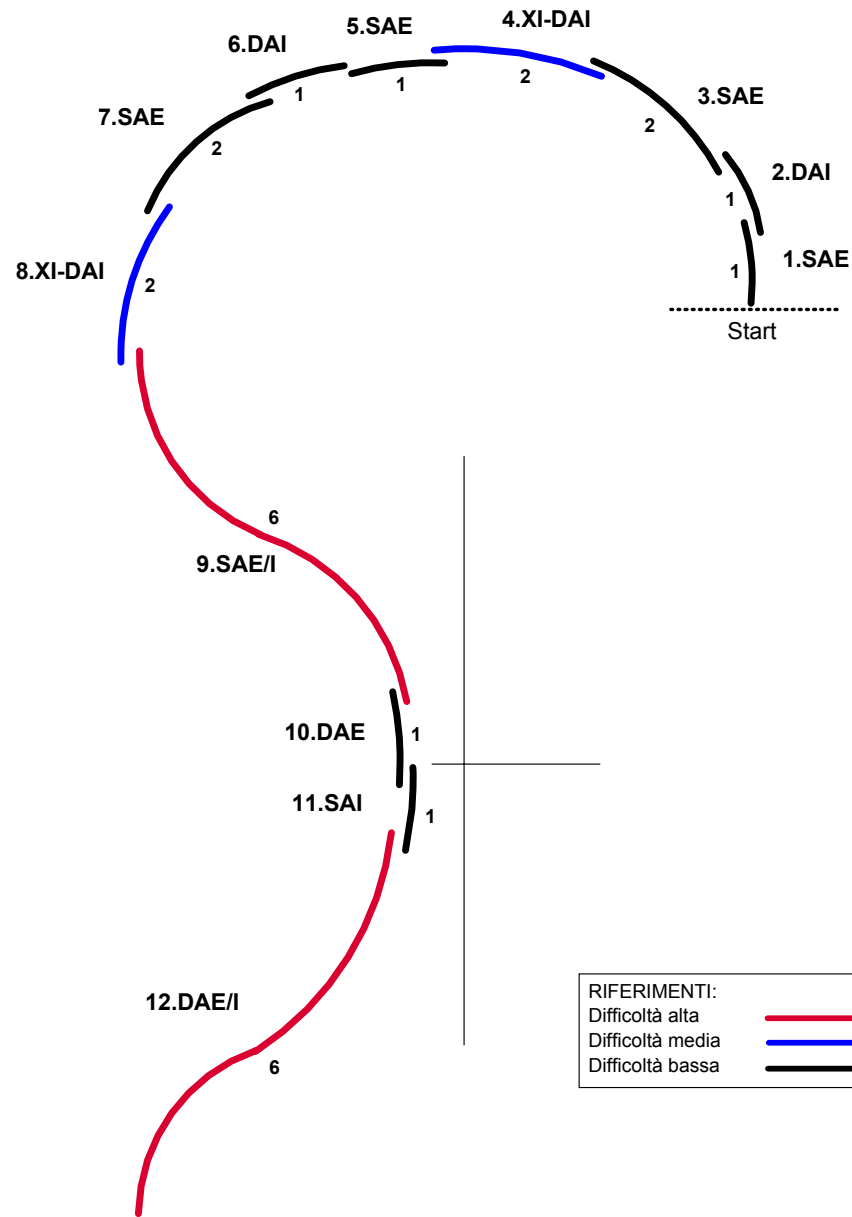
- La musica deve essere appropriata per il pattinaggio a rotelle.
- Avere un tempo, un ritmo e carattere appropriati per il pattinaggio danza.
- Non avere necessariamente un tempo costante, ma può variare da lenta a veloce o viceversa.
- Non deve essere musica vocale. Tuttavia possono essere inclusi effetti musicali di sottofondo, considerati espressivi di un particolare tipo di musica folk.
- Non deve avere un ritmo troppo breve da impedirne la comprensione ed una variazione rispetto agli altri ritmi.

COUNTRY POLKA

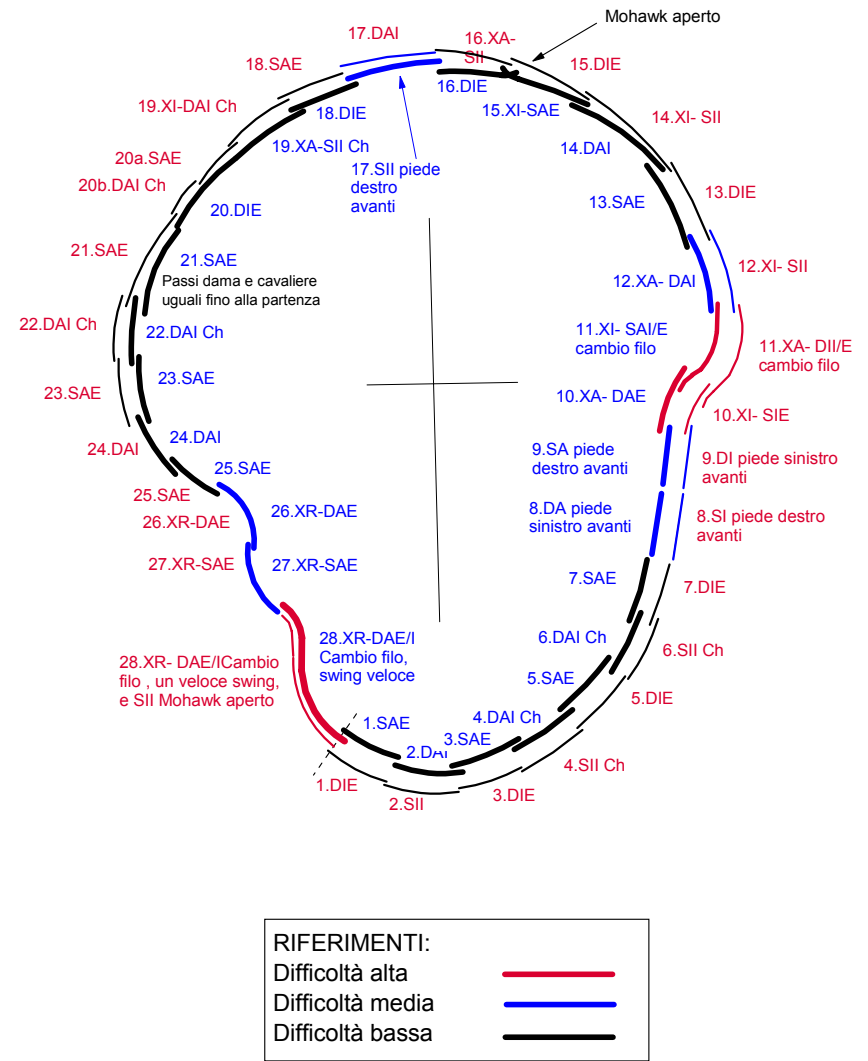
Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	2
	4	XI-DAI	XI-DAI	2
	5	SAE	SAE	1
	6	DAI	DAI	1
	7	SAE	SAE	2
	8	XI-DAI	XI-DAI	2
	9	SAE/I	SAE/I	6
	10	DAE	DAE	1
	11	SAI	SAI	1
	12	DAE/I	DAE/I	6

COUNTRY POLKA



PASO DOBLE



PASO DOBLE

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Tango	1	SAE	1	DIE	1
	2	DAI	1	SII	1
	3	SAE	1	DIE	1
	4	DAICh	1	SII-Ch	1
	5	SAE	1	DIE	1
	6	DAICh	1	SII-Ch	1
	7	SAE	1	DIE	1
	8	DA piede sinistro avanti	1	SI piede destro avanti	1
	9	SA piede destro avanti	1	DI piede sinistro avanti	1
	10	XA-DAE	1	XI-SIE	1
	11	XI-SAI/E cambio filo	1	XA-DII/E cambio filo	1
	12	XA-DAI	1	XI-SII	1
	13	SAE	1	DIE	1
	14	DAI	1	XI-SII	1
	15	XI-SAE	1	DIE	1
	16	DIE Mohawk aperto	1	XA-SII	1
Valzer	17	SII	2	DAI	2
	18	DIE	1	SAE	1
	19	XA-SII-Ch	1	XI-DAI Ch	1
	20A	DIE	2	SAE	1
	20B			DAI-Ch	1
Foxtrot	21	SAE	1	SAE	1
	22	DAI-Ch	1	DAI-Ch	1
	23	SAE	1	SAE	1
	24	DAI	1	DAI	1
	25	SAE	1	SAE	1
	26	XR-DAE	1	XR-DAE	1
	27	XR-SAE	1	XR-SAE	1
	28	XR-DAE/I swing veloce	3	XR-DAE/I veloce swing, e SII Mohawk aperto	3

OLYMPIC FOXTROT

Inventore : Joan Preston

Musica: Foxtrot 4/4

Tempo: 104 battiti

Tenuta: Kilian

Schema: Obbligato

Note:

In questa danza i passi sono gli stessi per la dama che per il cavaliere.

I Passi 1, 2 e 3 sono una sequenza di progressivi.

I Passi 4,5 e 6 sono una sequenza di cross roll esterni molto marcati eseguiti con una buona inclinazione del corpo.

I Passi 7, 8 e 9 sono una sequenza di progressivi.

I Passi 10, 11 e 12 devono avere dei fili interni ben marcati.

La tenuta di Kilian deve essere mantenuta per tutta la danza con i fianchi vicini.

Punti essenziali per la valutazione:

- una posizione di Kilian chiara e corretta deve essere mantenuta per tutta la danza;
- rispetto accurato del disegno;
- cross roll profondi (passi 4, 5 e 6) con fili accentuati e chiari. Attenzione alla posizione Kilian durante questi passi;
- il passo 6 deve essere un filo ben marcato. L'oscillazione di gamba libera deve cadere sul 3° battito;
- i passi 10, 11 e 12 devono avere fili interni ben marcati.

OLYMPIC FOXTROT

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	2
	4	XR-DAE	XR-DAE	2
	5	XR-SAE	XR-SAE	2
	6	XR-DAE Swing sul 3° battito	XR-DAE Swing sul 3° battito	4
	7	SAE	SAE	1
	8	DAI	DAI	1
	9	SAE	SAE	2
	10	DAI	DAI	2
	11	SAI	SAI	2
	12	DAI- Swing sul 3° battito	DAI- Swing sul 3° battito	4

Il seguente passo 17, dove il cavaliere distende la sua gamba libera davanti in modo che combaci con quella della dama che è tenuta dietro sul filo DAI è il primo filo di due battiti della danza ed il primo dei quattro fili consecutivamente pattinati in posizione Chiusa.

Il cavaliere, quindi, esegue un Cross-chassé indietro, SII incrociato avanti (passo 19), poi ora DIE di due battiti (passo 20) e, voltandosi avanti in posizione Aperta, pattina uno Chassé (passo 22) ed un progressivo (passo 24).

Insieme a lui la dama esegue uno chassé avanti (passo 19) seguito da due Chassé con due passi (passi 20a e 20b) di un battito ognuno durante i quali il cavaliere fa un filo DIE (passa 20) di due battiti.

I passi della dama dal 21 al 28 sono identici a quelli del cavaliere con l'eccezione del passo finale 28, dove lei esegue un corto Swing Mohawk che le permette di ripartire per la nuova sequenza della danza ancora in posizione Esterna.

Questo Mohawk è pattinato tra l'ultimo battito di musica della danza ed il primo passo della ripetizione della danza stessa.

Sull'ultimo Cross-roll, passo 28, entrambi pattinano un profondo DAE che poi cambia in DAI. Le gambe libere sono portate per un momento avanti, poi tornano con il piede in "and position" e, mentre, il cavaliere rimane su un DAI la dama esegue un rapido Mohawk aperto sul filo SII ed immediatamente posiziona il suo pattino destro accanto al sinistro pronto per eseguire il DIE che è il primo passo della seconda sequenza.

Quanto al disegno della danza, i passi di inizio (passi 1 e 2) sono su una curva ma la direzione degli Chassé (passi 3 - 9) è piuttosto dritta.

I passi 10 e 11 sono una improvvisa protuberanza esterna del disegno seguita dai passi dal 12 al 25 che descrivono un perfetto circolo. Quindi vi sono deviazioni all'esterno ed all'interno durante i Cross-roll, passi dal 26 al 28, e infine una protuberanza esterna con il passo 28.

Punti essenziali per la valutazione:

- i passi 4, 6, 19, 20B e 22 (Chassé) devono essere eseguiti correttamente;
- i passi 8 e 9 sono Flat: prestare attenzione affinché vengano eseguiti senza alcun filo mantenendo costantemente il peso del corpo sull'arto portante;
- il passo 10 deve essere effettuato sollevando dalla pista il pattino che esegue l'incrocio; durante la sequenza di passi 10, 11 e 12 fare attenzione al rapido cambiofilo del passo 11 e agli incrociati avanti e indietro che devono essere eseguiti ben chiusi;
- I passi 26, 27 e 28, rapidi Cross-roll, devono avere fili esterni ben marcati per assicurare lobi obliqui decisi e senza salti;
- accurato rispetto delle posizioni prescritte.

PASO DOBLE

Inventori : Reginald Wilkie e Daphne Wallis

Musica: Paso Doble 2/4

Tenuta: Tango, Valzer e Foxtrot

Tempo: 112 battiti

Schema: Obbligato

Note:

Tutti i fili sono di un battito ad eccezione del passo 17 di due battiti e del passo 28 di tre battiti per la dama, e dei passi 17 e 20 di due battiti e del passo 28 di tre battiti per il cavaliere.

Le tenute tra partner cambiano durante la danza. I passi dal 1 al 15 sono pattinati in tenuta Tango, i passi dal 16 al 20 in tenuta Valzer ed i passi dal 21 al 28 in tenuta Foxtrot.

La danza inizia con un progressivo seguito da due Chassé (passi 4 e 6) in avanti per il cavaliere ed all'indietro per la dama. Il cavaliere tiene la partner alla sua destra, fianco contro fianco in posizione di Tango, fino al passo 15.

I passi 8 e 9 sono dei passi inusuali in quanto sono pattinati senza filo (**FLAT**) tenendo entrambi i pattini sul pavimento e facendoli scivolare uno all'avanti e l'altro all'indietro su tracce molto ravvicinate.

Il cavaliere porta il suo pattino destro (passo 9) vicino al sinistro con entrambe le ginocchia stese, trasferendo poi il suo peso sul destro piegando fortemente il ginocchio corrispondente; la gamba sinistra viene distesa avanti in modo deciso e repentino con tenuta rigida, senza che le ruote si stacchino dal pavimento.

Nel passo 9 i piedi si invertono, poiché il sinistro viene portato dietro al destro, il ginocchio sinistro viene piegato e la gamba destra viene distesa avanti con le ruote sempre sul pavimento. Durante i passi 8 e 9 il piede portante deve essere esattamente sotto al baricentro del pattinatore.

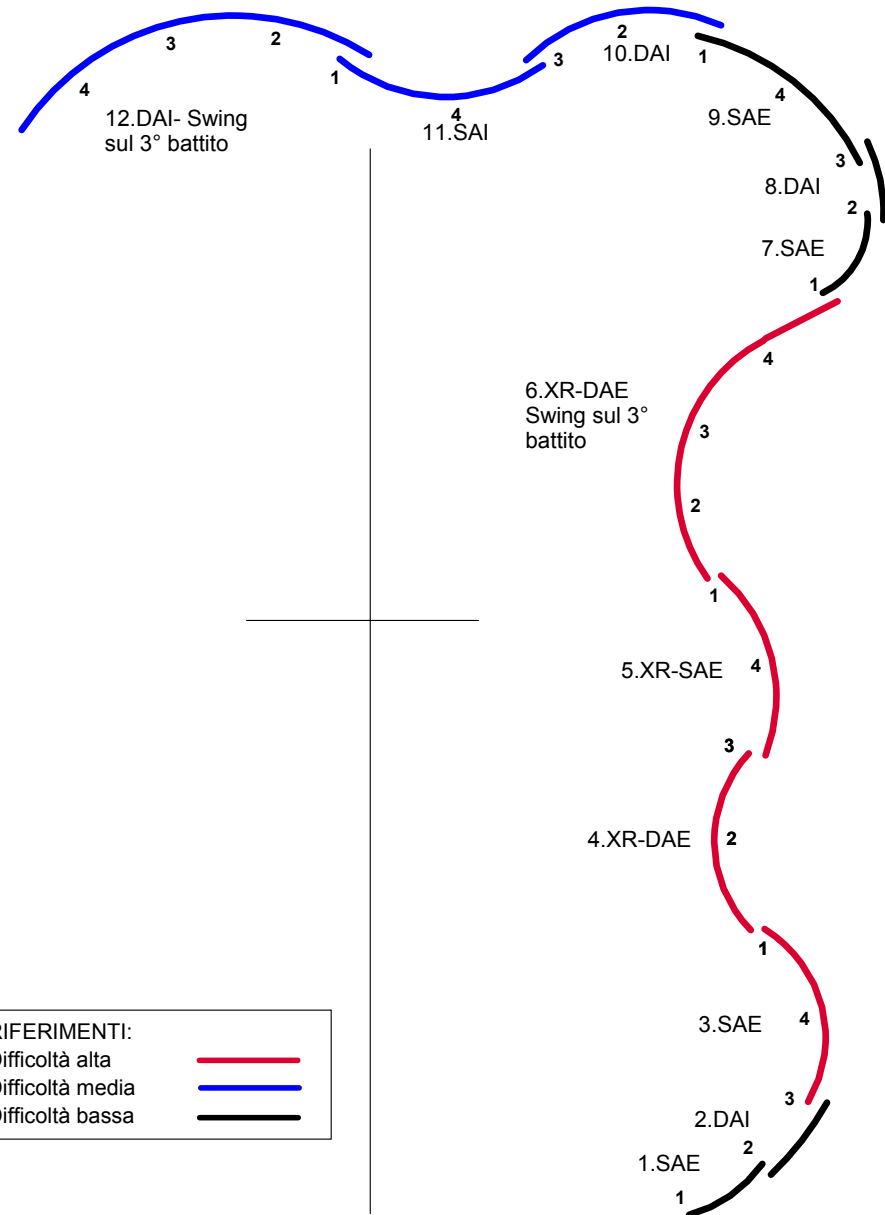
I passi per la dama sono corrispondenti, solo che procede all'indietro: durante il passo 8 il peso è sulla gamba sinistra piegata e il pattino destro scivola avanti; il peso del corpo viene poi trasferito su di esso e il sinistro scivola avanti (passo 9).

Il passo 10 deve essere ben evidenziato ed i pattini vanno sollevati in modo evidente dal pavimento.

Il successivo cambiofilo (passo 11) deve essere pattinato in modo ben marcato da entrambi i partner determinando così sul tracciato un lobo verso l' esterno particolarmente pronunciato.

Il passi dal 12 al 16 del cavaliere consistono in un incrociato avanti DAI (passo 12) e due progressivi (passi 13 e 14) seguiti da un Mohawk aperto che inizia incrociato indietro (passi 15 e 16) mentre la partner esegue un SII incrociato indietro (passo 12), un DIE (passo 13), un SII incrociato dietro (passo 14), un DIE (passo 15) e un incrociato avanti SII (passo 16).

OLYMPIC FOXTROT



VIENNESE WALTZ

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Valzer	1	SAE	DIE	1
	2	DAI	SII	1
	3	SAE	DIE	3
Tango	4	XA-DAE	XI-SIE	1
Rev.Tango	5	XI-SAI/E	XA-DII/E	2+1
	6	XI-DAI	XI-SII	3
	7	SAE -3- SII	DIE	3
	8	DIE cambio filo	SAE cambio filo	3
	9	SAI	DAE	3
Foxtrot	10	DIE choctaw chiuso	SAE	2
	11	XI-SII	DIE Mohawk aperto	1
Valzer	12	DAI	SII	3
	13	SAE	DIE	3
Tango	14	XR DAE - 3 – DII	XR SIE	3
	15	SIE	DAE	3
Valzer	16	DIE	SAE	1
	17	SII	DAI	1
	18	DIE	SAE	3
	19	XI-SIE	XA-DAE	1
	20	XA-DII/E	XI-SAI/E	2+1
Rev.Tango	21	XA-SII	XI-DAI	3
	22	DIE	SAE	3
	23	XR SIE	XR DAE 3 - DII	3
	24	DAE	SIE	6

DENVER SHUFFLE

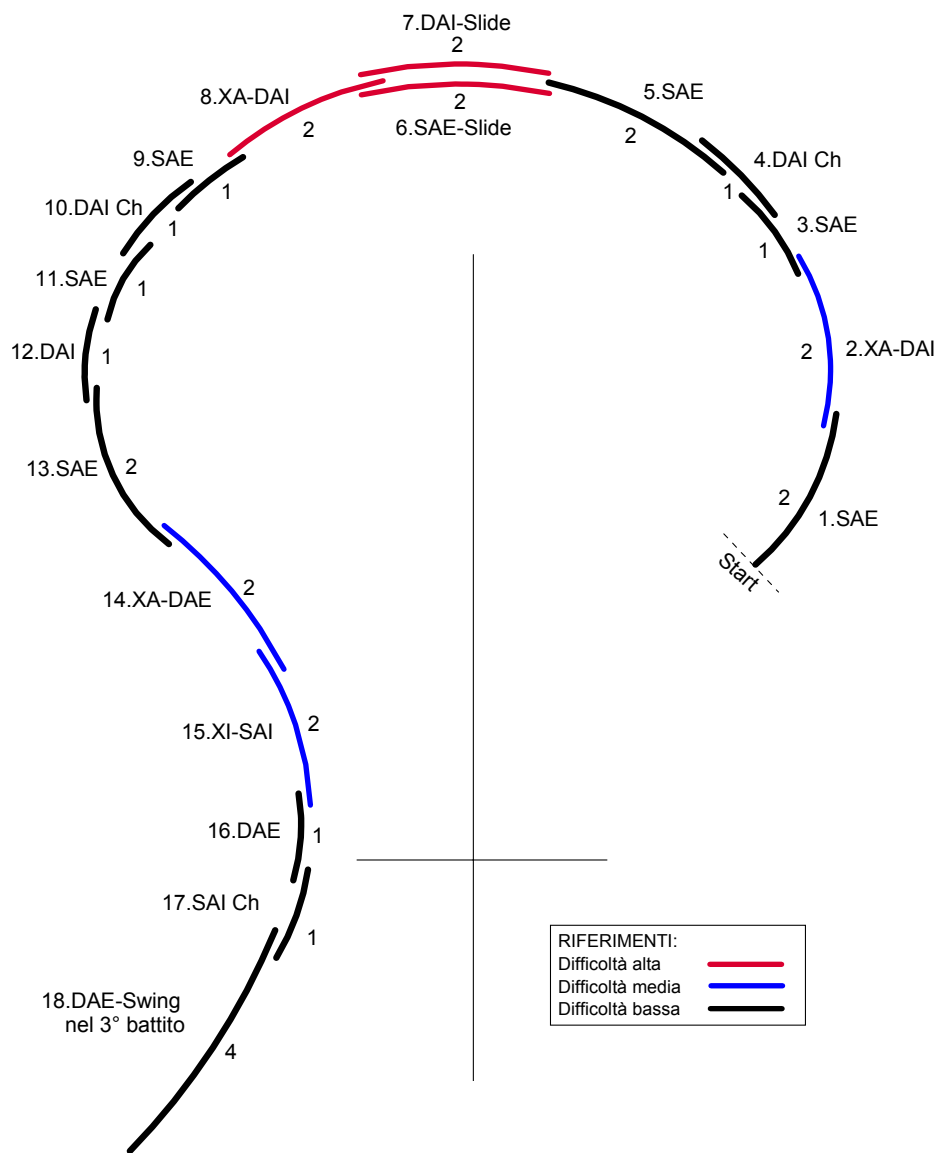
Punti essenziali per la valutazione:

- I passi 6 e 7 devono essere **"scivolati"**, non dei **FLAT**, ma eseguiti sui fili prescritti e secondo le regole sopra esposte;
- il passo 8 è un incrociato avanti DAI fare molta attenzione affinché la coppia, al termine del passo 7, sollevi il piede destro per effettuare l'incrociato. E' assolutamente errato incrociare senza effettuare il sollevamento del piede destro;
- attenzione all'esecuzione dei passi incrociati avanti; che devono essere eseguiti chiusi, con il polpaccio della gamba libera contro la tibia della gamba portante;
- la posizione Kilian che deve essere mantenuta per tutta la danza.
- rispetto accurato dello schema della danza

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	2
	2	XA-DAI	XA-DAI	2
	3	SAE	SAE	1
	4	DAI Ch	DAI Ch	1
	5	SAE	SAE	2
	6	SAE-Slide	SAE-Slide	2
	7	DAI-Slide	DAI-Slide	2
	8	XA-DAI	XA-DAI	2
	9	SAE	SAE	1
	10	DAI Ch	DAI Ch	1
	11	SAE	SAE	1
	12	DAI	DAI	1
	13	SAE	SAE	2
	14	XA-DAE	XA-DAE	2
	15	XI-SAI	XI-SAI	2
	16	DAE	DAE	1
	17	SAI Ch	SAI Ch	1
	18	DAE-Swing sul 3° battito	DAE-Swing sul 3° battito	4

DENVER SHUFFLE



VIENNESE WALTZ

Inventori : Eva Keats e Erik Van Der Weyden

Musica: Valzer 3/4

Tenuta: Valzer, Tango, Tango reverse, Foxtrot

Tempo: 138 battiti

Schema: Obbligato

Note:

Il valzer Viennese deve essere danzato con buona velocità e fili profondi. E' una danza leggera ed aggraziata: un buon unisono con un lavoro di piedi pulito e con fluidi cambi di inclinazione fanno di questa danza un bel valzer.

I passi dall'1 al 3 e dal 16 al 18 sono sequenze di passi progressivi eseguiti in posizione valzer o leggero semivalzer senza modificare l'esecuzione corretta dei fili.

Nei passi 5 e 20 si esegue un cambiofilo sul terzo battito in armonia con l'inusuale ritmo sincopato e il piede libero passa molto vicino a quello portante. Nei passi 4 e 19 i partner sono in posizione Esterna; nei passi 6 e 21 sono in posizione Esterna Reverse (i partner sono fianco contro fianco sinistro).

Il passo 8 deve essere pattinato con un filo ben premuto; la dama deve aiutare il partner, indirizzandolo a seguire il suo stesso percorso.

Sull'ultimo battito del passo 8 deve esserci un leggero cambiofilo e dopo un cambio di inclinazione, il cavaliere si gira all'avanti (passo 9) mentre la dama gli si affianca parallelamente con un DAE. Durante il passo 9 i partner sono momentaneamente in posizione Aperta con le spalle parallele al tracciato. I passi 9 e 10 formano un Choctaw chiuso per il cavaliere mentre i passi 10 e 11 formano un Mohawk aperto per la dama. Dopo il Mohawk, il SII della dama (passo 12) inizia leggermente a fianco ed un po' dietro al piede destro. Sul passo 13 i partners cambiano posizione da Chiusa ad Esterna (fianco destro vicino) per una corretta esecuzione del passo 14.

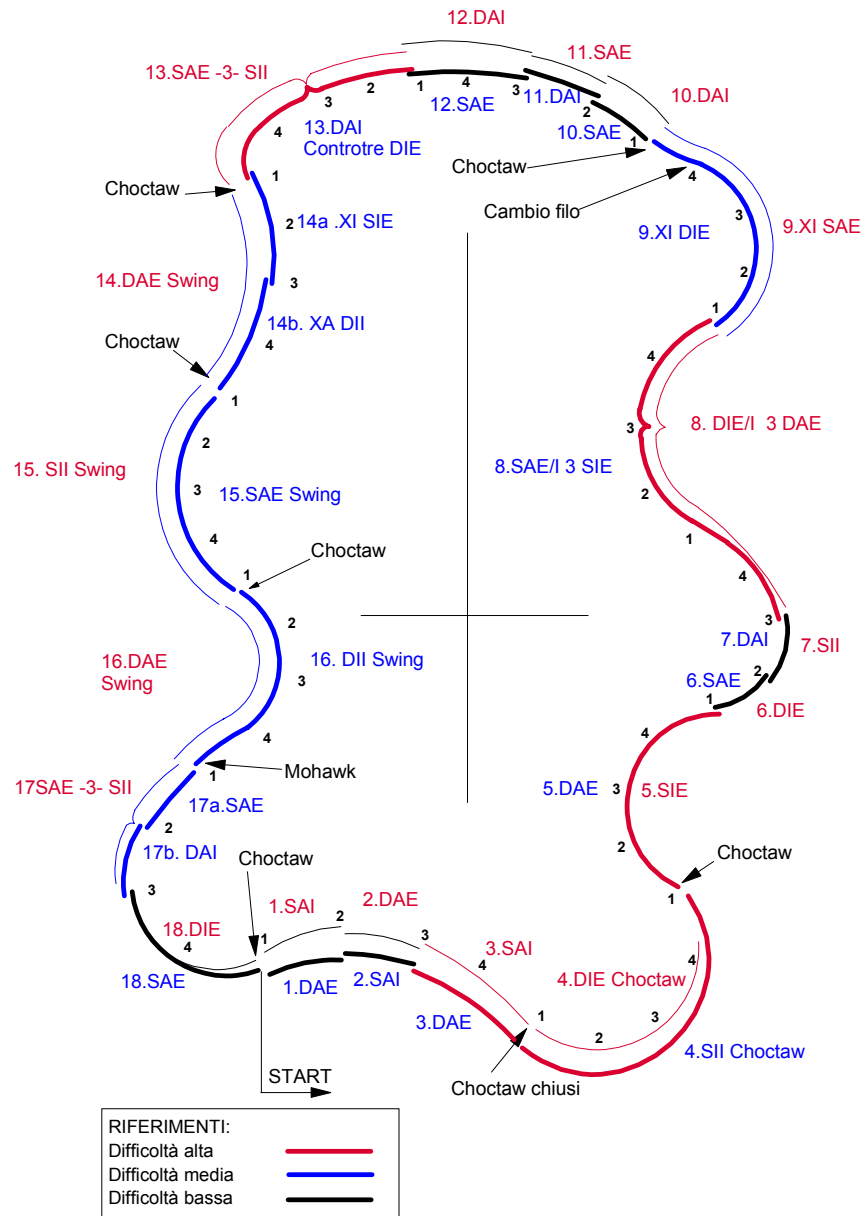
Il tempo dei passi dall'1 al 4 e dal 16 al 19 è inusuale e, poiché dà un caratteristica particolare alla danza, deve essere strettamente osservato. Si sottolinea che i passi 1, 2, 16 e 17 sono di un battito ciascuno, seguiti da passi di tre battiti (passi 3 e 18).

Deve essere prestata attenzione nel seguire questo ritmo che si differenzia dal tipico 1, 2, 3 dei valzer che è presente peraltro in tutto il resto della danza.

Punti essenziali per la valutazione:

- accurato rispetto delle posizioni prescritte;
- accurato rispetto del tempo nei passi dall'1 al 4 e dal 16 al 19;
- i fili dei passi 5 e 20 devono essere ben marcati e premuti;
- il filo interno del passo 9 deve essere eseguito particolarmente marcato.
- fare attenzione al tempo durante la serie di passi dal 9 all' 11.

ICELAND TANGO



CANASTA TANGO

Inventore : James Francis

Musica: Tango 4/4
 Tenuta: Kilian rovescio

Tempo: 100 battiti
 Schema: Obbligato

Note:

La danza viene interamente eseguita in posizione Kilian Rovescio.

Tutti i passi in questa danza sono dei progressivi eccetto il 4,7,10 e 14.

I passi 1, 2 e 3 formano il lobo esterno composto da un SAE seguito da due passi progressivi (DAI – SAE); il passo 4 è uno Chassé DAI seguito da un SAE - Swing di quattro battiti (passo 5).

I passi 6 - 7 (DAE - SAI) e 9 - 10 (SAE - DAI) sono dei Cut-step (il Cut-step è uno Chassé in cui il nuovo pattino libero non rimane accanto al pattino portante, ma è steso avanti, poi è richiamato accanto al pattino portante in preparazione al passo seguente).

Il passo 8 è un DAE - Swing di quattro battiti.

I passi 11, 12 e 13 formano un lobo composto da un SAE di un battito seguito da due passi progressivi (DAI di un battito e SAE di due battiti).

Il passo 14, ultimo passo della danza, è un Cross-roll DAE - Swing di quattro battiti.

Punti essenziali per la valutazione:

- accurato rispetto della posizione Kilian rovescio;
- rispetto del disegno obbligato;
- i passi 1,2 e 3 devono essere dei veri progressivi e non passi incrociati;
- il filo dei passi 5 e 8 deve essere un esterno ben premuto e mantenuto;
- prestare attenzione alla buona esecuzione dei Cut-step;
- il filo esterno dei passi 13 e 14 deve essere ben marcato;
- il Cross Roll (passo 14) deve essere eseguito ben chiuso.

TANGO CANASTA

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Reverse Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	1
	4	DAI-Ch	DAI-Ch	1
	5	SAE-Swing	SAE-Swing	4
	6	DAE	DAE	2
	7	SAI-Cut Step	SAI-Cut Step	2
	8	DAE-Swing	DAE-Swing	4
	9	SAE	SAE	2
	10	DAI-Cut Step	DAI-Cut Step	2
	11	SAE	SAE	1
	12	DAI	DAI	1
	13	SAE	SAE	2
	14	XR-DAE Swing	XR-DAE Swing	4

Punti essenziali per la valutazione:

- accurato rispetto delle posizioni richieste;
- il passo 3 deve essere un esterno ben marcato e mantenuto per i battiti richiesti;
- i passi 4 e 5 devono avere buoni fili;
- controllare la perfetta esecuzione del passo 8 con cambiofilo e del tre perfettamente a tempo;
- il cambiofilo del cavaliere, sul passo 9, deve essere rapido e ben marcato;
- il passo 13 deve essere eseguito in modo fluido con il tre ed il controtre eseguiti perfettamente a tempo;
- durante la sequenza di passi dal 14 al 18 i fili devono essere ben eseguiti, senza appiattirli;
- gli Swing delle gambe libere devono essere eseguiti in perfetta sincronia, a tempo e con fluidità.

ICELAND TANGO

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Tango Promenade	1	DAE	1	SAI	1
	2	SAI	1	DAE	1
	3	DAE	2	SAI	2
Foxtrot	4	SII Choctaw	4	DIE Choctaw	4
Valzer	5	DAE	4	SIE	4
	6	SAE	1	DIE	1
	7	DAI	1	SII	1
	8	SAE/I 3 SIE	6	DIE/I 3 DAE	6
	9	XI DIE / I	4	XI SAE / I	4
Foxtrot	10	SAE Choctaw	1	DAI	1
	11	DAI	1	SAE	1
	12	SAE	2	DAI	2
	13	DAI Contro tre DIE	4	SAE -3- SII	4
Tango	14a	XI SIE	2	DAE Swing	4
	14b	XA DII	2		
	15	SAE Swing	4	SII Choctaw Swing	4
	16	DII Choctaw Swing	4	DAE Swing	4
	17a	SAE	1	SAE -3- SII	2
Valzer	17b	DAI	1		
	18	SAE	2	DIE	2

ICELAND TANGO

Inventore : Katie Schmidt

Musica: Tango 4/4

Tenuta: Tango Promenade, Valzer,
Foxtrot, Tango

Tempo: 100 battiti

Schema: Obbligato

Note:

Durante i primi passi della danza, ambedue i partner procedono all'avanti in posizione Tango promenade: la spalla destra del cavaliere e quella sinistra della dama "guidano" la marcia e le braccia "seguono" stese dietro sul tracciato.

Il passo 4 è un Choctaw chiuso con la gamba libera che viene stesa avanti.

Il passo 5 è eseguito in posizione Chiusa; lo Swing delle gambe libere è facoltativo sia nel passo 4 che nel passo 5.

Il passo 8 è un passo di sei battiti che si conta 3-4-1-2-3-4, il cambiofilo si esegue sul terzo battito ed il tre sul quinto battito. Durante il cambio filo il cavaliere si sposta a sinistra con la dama che così passa alla sua destra. Lo Swing delle gambe libere è facoltativo.

Il passo 9 è pattinato con la dama alla sinistra del cavaliere; le gambe libere effettuano uno Swing all'unisono ed alla fine del passo si esegue un leggero cambiofilo per permettere una corretta direzione del passo 10.

Nel passo 13 la gamba libera deve essere portata avanti sul secondo battito e la rotazione sul terzo battito; con un buon piegamento della gamba portante prima dell'inversione di marcia.

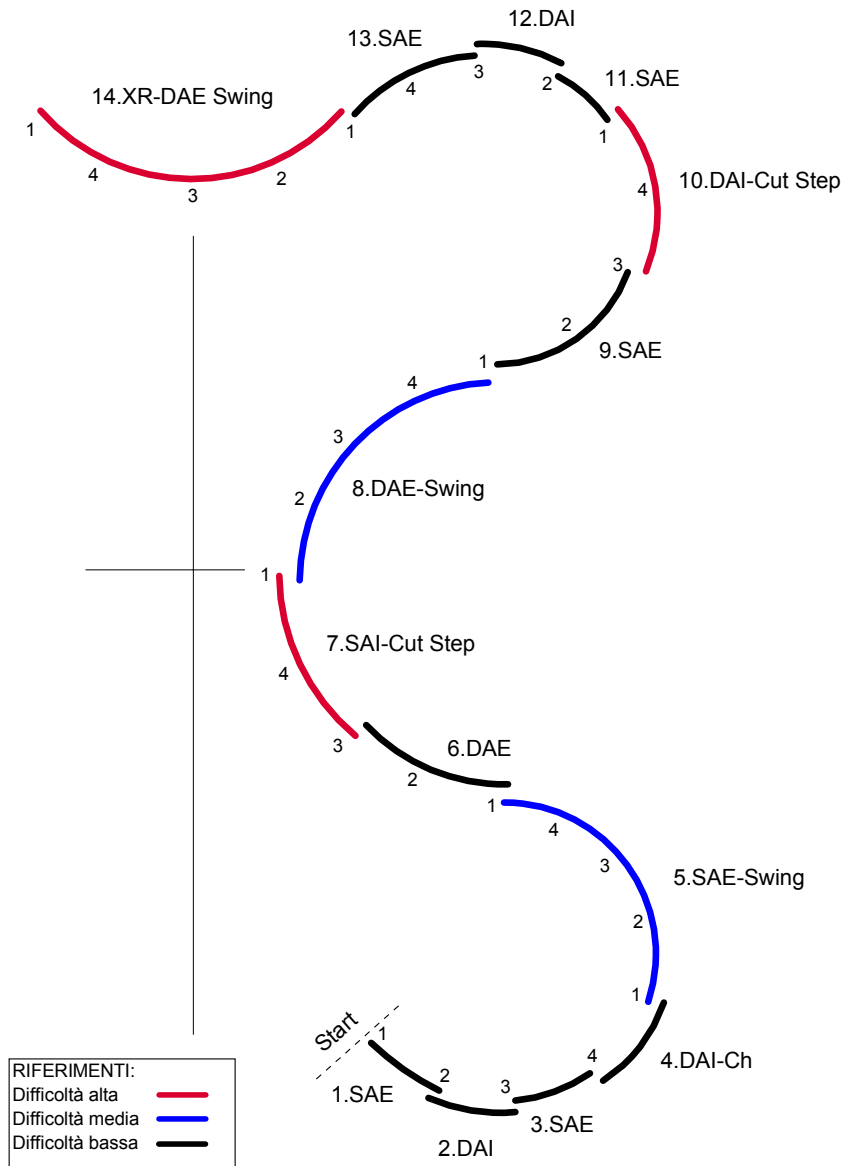
Il passo 14 per la dama è un DAE di quattro battiti durante il quale la sua gamba libera viene portata avanti (swing) al terzo battito in sincronia con la gamba libera del cavaliere nel passo 14b; il pattino libero della dama è portato vicino al tacco di quello portante per un Choctaw SII - Swing.

I passi 15 e 16 iniziano con le gambe libere allungate sul tracciato e poi effettuano uno Swing all'unisono.

L'unisono dei movimenti della gamba libera è un requisito essenziale di questa danza.

La posizione parallela delle spalle deve aiutare a controllare la direzione e la fluidità dei passi 14, 15 e 16.

CANASTA TANGO



TUDOR WALTZ

Inventore : Ronald E.Gibbs

Musica: Valzer 3/4

Tenuta: Kilian

Tempo: 144 battiti

Schema: Obbligato

Note:

I passi 1, 2 e 3 sono diretti verso il centro della pista ed i passi a 4, 5 e 6 sono diretti verso la barriera.

Durante il passo 7 (SAE) i partner eseguono una torsione del busto verso destra (in modo che le spalle risultino in linea con il tracciato) in preparazione al successivo Mohawk chiuso (passo 8 - DIE).

Dopo il Mohawk, la gamba libera del cavaliere si allunga in avanti ed a fianco la parte interna del pattino tracciante della dama. Sul quarto battito del passo 8 le gambe libere eseguono uno Swing all'indietro, con la gamba libera della dama allungata dietro ed a fianco la parte interna del pattino tracciante del cavaliere. La spalla sinistra deve essere tenuta dietro durante tutti i sei battiti del filo DIE.

I passi 9, 10 e 11 compongono uno Chassé diretto verso la fine dell'asse longitudinale della pista

Nel passo 12 (Cross-roll DAE-I) le gambe libere sono tenute dietro per tre battiti; al quarto battito le gambe libere eseguono uno Swing in avanti e poi nuovamente indietro al settimo battito. Sempre sul settimo battito, deve essere eseguito il cambiofilo dall'esterno all'interno; il filo interno viene mantenuto per i tre battiti conclusivi della danza.

La posizione Kilian dev'essere tenuta per tutta l'esecuzione. I partner devono pattinare vicini senza distanziarsi; con i fianchi e le spalle devono essere ben allineate.

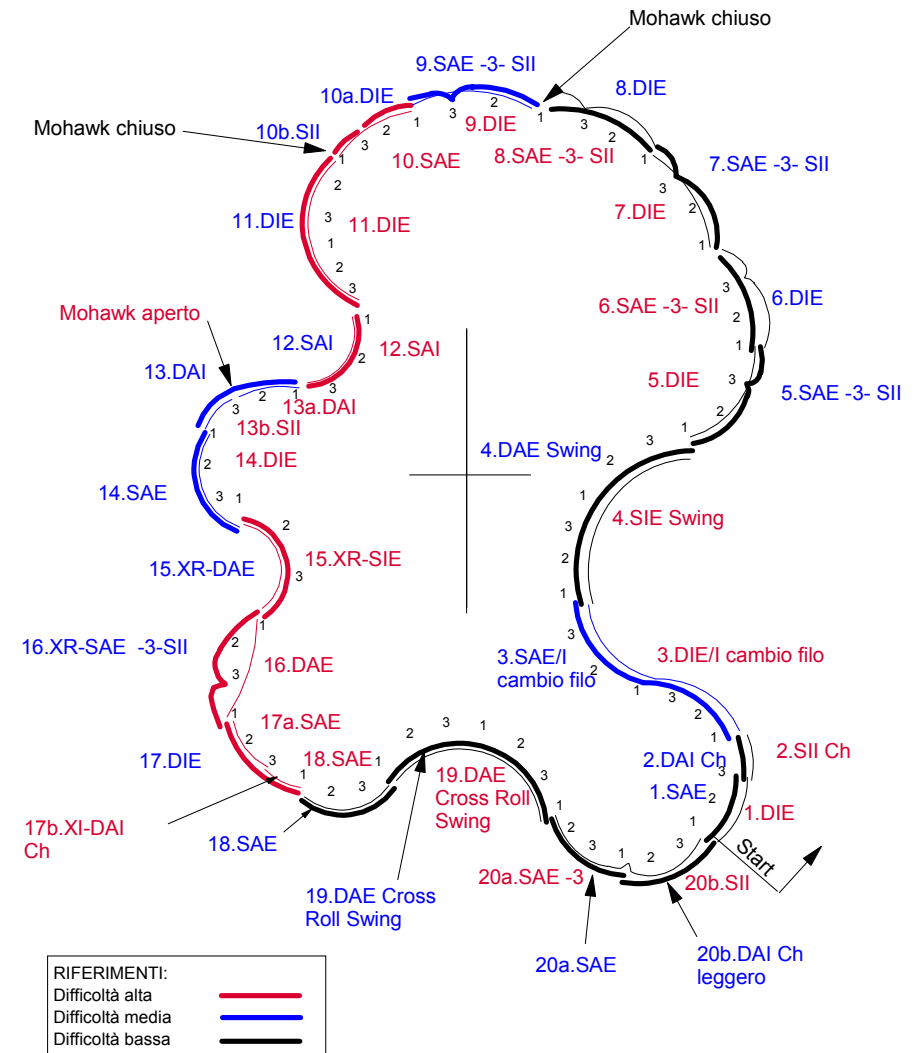
Il ritmo e la cadenza del valzer devono essere enfatizzati.

Punti essenziali per la valutazione :

- i fili della prima sequenza di passi, dall' 1 al 6, devono essere ben premuti, in modo da effettuare un buon disegno;
- gli Chassé devono essere eseguiti correttamente;
- il passo 8 deve essere pattinato decisamente in esterno (spesso e nella prima parte risulta molto appiattito);
- il passo 12 deve essere ben incrociato ed il filo deve essere un marcato esterno con cambiofilo in interno; che deve essere eseguito sul settimo battito;
- la posizione Kilian deve essere mantenuta costantemente per tutta la durata della danza.

STARLIGHT WALTZ

IL DISEGNO PICCOLO VIENE USATO SOLTANTO CON AUTORIZZAZIONE



STARLIGHT WALTZ

Lista dei passi – percorso breve

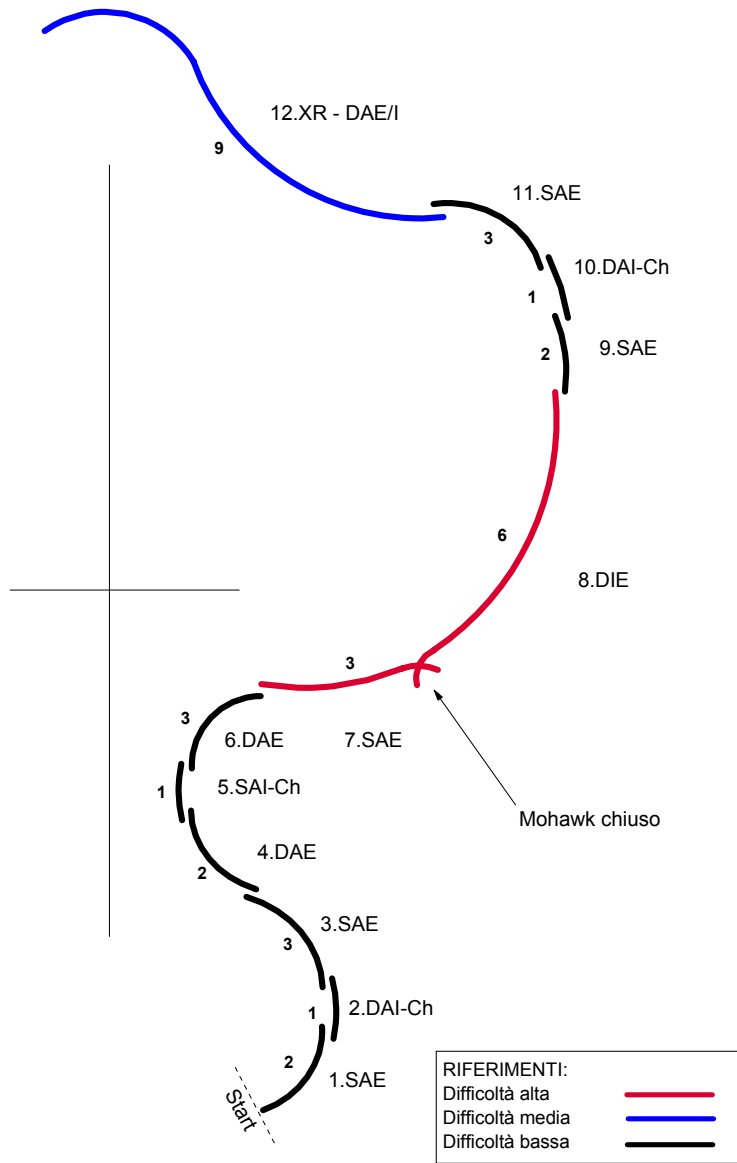
Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Valzer	1	SAE	2	DIE	2
	2	DAI Ch	1	SII Ch	1
	3	SAE/I cambio filo	6	DIE/I cambio filo	6
	4	DAE Swing	6	SIE Swing	6
	5	SAE -3-SII	3	DIE	3
	6	DIE	3	SAE -3- SII	3
	7	SAE -3- SII	3	DIE	3
	8	DIE	3	SAE -3- SII	3
	9	SAE -3- SII	3	DIE	3
	10a	DIE	2	SAE	3
	10b	SII	1		
Foxtrot	11	DIE	6	DIE Mohawk chiuso	6
	12	SAI	3	SAI	3
	13a	DAI	3	DAI	2
Valzer	13b			SII Mohawk	1
Vedi Note	14	SAE	3	DIE	3
	15	XR DAE	3	XR SIE	3
	16	XR SAE -3-SII	3	DAE	3
	17a	DIE	3	SAE	2
	17b			XI-DAI Ch	1
Kilian	18	SAE	3	SAE	3
	19	XR DAE Swing	6	XR DAE Swing	6
	20a	SAE	3	SAE -3	3
Valzer	20b	DAI Chassé lento	3	SII	3

TUDOR WALTZ

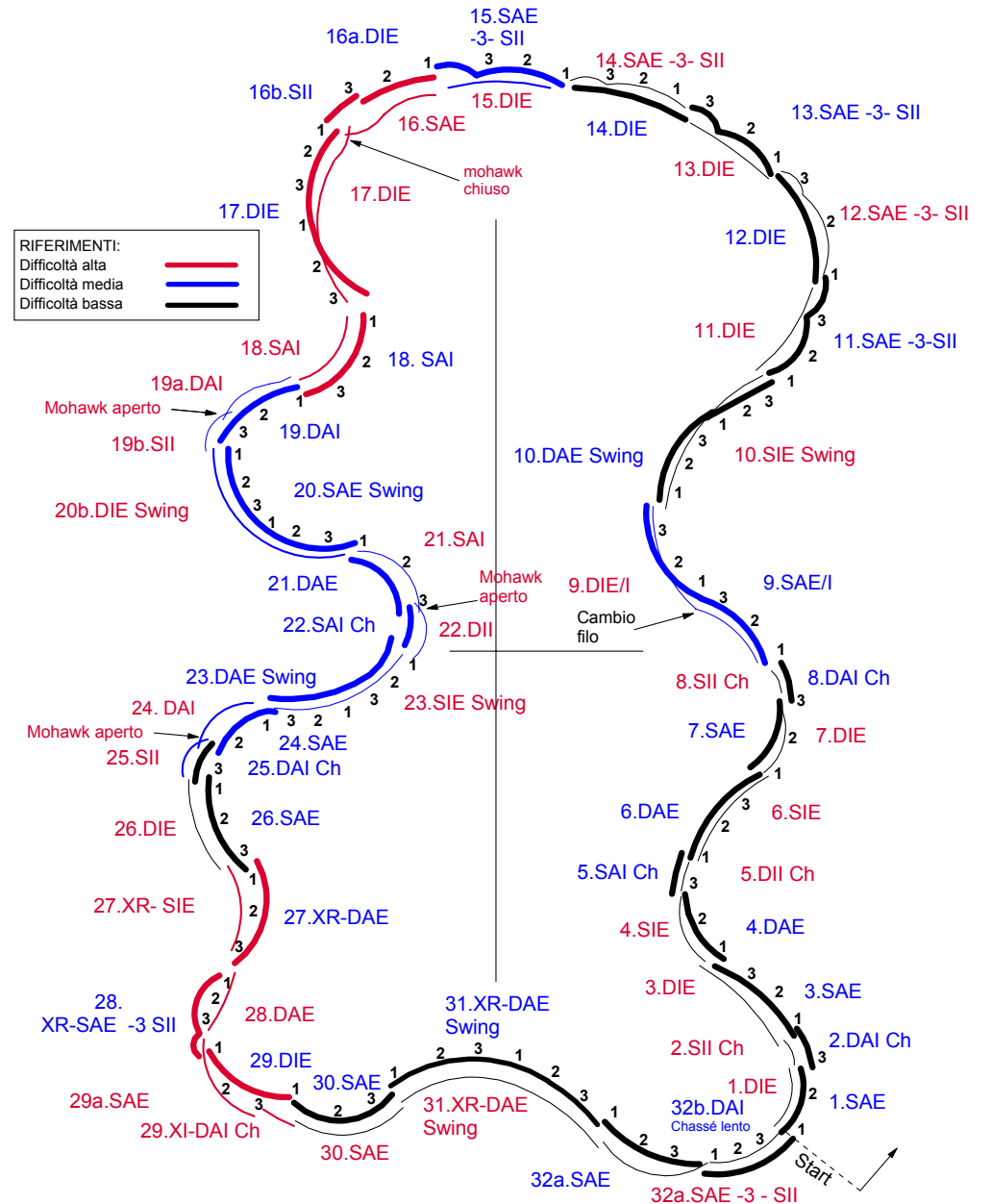
Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	2
	2	DAI-Ch	DAI-Ch	1
	3	SAE	SAE	3
	4	DAE	DAE	2
	5	SAI-Ch	SAI-Ch	1
	6	DAE	DAE	3
	7	SAE	SAE	3
	8	DIE Mohawk chiuso	DIE Mohawk chiuso	6
	9	SAE	SAE	2
	10	DAI-Ch	DAI-Ch	1
	11	SAE	SAE	3
	12	XR DAE/I	XR DAE/I	9

TUDOR WALTZ



STARLIGHT WALTZ



- prestare attenzione all'esatto rispetto del tempo musicale;
- la doppia alzata della gamba libera sul quarto battito del passo 17 deve essere eseguita in perfetto unisono;
- il filo interno d'uscita dei Choctaw, passo 18, deve essere ben marcato, come anche quello del passo successivo;
- durante l'esecuzione dei passi dal 20 al 26 occorre prestare particolare attenzione alla buona esecuzione dei Mohawk da parte della dama;
- la sequenza finale deve essere eseguita con fluidità senza esitazioni durante il cambio delle tenute, con buon filo esterno per la dama nel passo 28 e per entrambi nel passo 31;

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti	
Valzer	1	SAE	2	DIE	2	
	2	DAI-Ch	1	SII-Ch	1	
	3	SAE	3	DIE	3	
	4	DAE	2	SIE	2	
	5	SAI-Ch	1	DII-Ch	1	
	6	DAE	3	SIE	3	
	7	SAE	2	DIE	2	
	8	DAI-Ch	1	SII-Ch	1	
	9	SAE/I cambio filo	6	DIE/I cambio filo	6	
	10	DAE Swing	6	SIE Swing	6	
	11	SAE -3-SII	3	DIE	3	
	12	DIE	3	SAE -3- SII	3	
	13	SAE -3- SII	3	DIE	3	
	14	DIE	3	SAE -3- SII	3	
	15	SAE -3- SII	3	DIE	3	
16a	DIE	2	SAE Mohawk chiuso	3		
	16b	SII			1	
Foxtrot	17	DIE	6	DIE	6	
	18	SAI	3	SAI	3	
	19a	DAI	3	DAI	2	
19b	SII Mohawk aperto			1		
Valzer	20	SAE Swing	6	DIE Swing	6	
	21	DAE	2	SAI	2	
	22	SAI-Ch	1	DII Mohawk aperto	1	
	23	DAE Swing	6	SIE Swing	6	
	24	SAE	2	DAI	2	
	25	DAI-Ch	1	SII Mohawk	1	
	See Note	26	SAE	3	DIE	3
		27	XR-DAE	3	XR-SIE	3
		28	XR-SAE -3 SII	3	DAE	3
	29a	DIE	3	SAE	2	
XI-DAI-Ch				1		
Kilian	30	SAE	3	SAE	3	
	31	XR-DAE Swing	6	XR-DAE Swing	6	
Valzer	32a	SAE	3	SAE -3	3	
	32b	DAI Chassé lento	3	SII	3	

SWING FOXTROT

Inventore : Hans Jurgen Schamberger

Musica: Foxtrot 4/4

Tempo: 104 battiti

Tenuta: Foxtrot

Schema: Obbligato

Note:

Questa danza viene pattinata in posizione Foxtrot.

La danza inizia alla fine del lato corto della pista con una sequenza di passi progressivi seguiti da due Cross-roll di due battiti ciascuno. I Cross-roll (passi 4 e 5) devono essere pattinati ad una buona distanza dalla barriera affinché il successivo Cross-roll (DAE - Swing) di quattro battiti possa essere eseguito con un marcato filo esterno verso la barriera.

La successiva sequenza di passi progressivi e formata dai passi 7 e 8 di un battito ciascuno e dal passo 9 di due battiti.

Il passo 10 è ancora un Cross-roll con Swing finale della gamba libera.

La nuova sequenza di passi progressivi (passi 11, 12 e 13) deve essere eseguita come le sequenze dei passi 1, 2, 3 e 7,8,9.

I passi 14 e 15 sono due profondi fili interni di due battiti ciascuno eseguiti appoggiando il pattino libero lateralmente al pattino tracciante e seguiti dal passo conclusivo della danza (passo 16) che è un profondo DAE (swing) di quattro battiti.

In una pista piccola, il lobo formato dai passi 11, 12, 13 e 14 deve essere pattinato con fili profondi e con un raggio molto stretto per mantenere lo schema corretto.

Particolare attenzione deve essere prestata durante l'esecuzione degli Swing nei passi 6 e 10; la gamba libera non deve oscillare flessa ma ben estesa.

Punti essenziali per la valutazione:

- accurato rispetto della posizione aperta prescritta;
- i fili devono essere ben premuti, per realizzare un buon disegno;
- i Cross-roll, passi 4-5-6 e 10, devono essere incrociati ben chiusi;
- precisa esecuzione dei fili interni dei passi 14 e 15.

SWING FOXTROT

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Foxtrot	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	2
	4	XR - DAE	XR - DAE	2
	5	XR - SAE	XR - SAE	2
	6	XR - DAE - Swing	XR - DAE - Swing	4
	7	SAE	SAE	1
	8	DAI	DAI	1
	9	SAE	SAE	2
	10	XR - DAE - Swing	XR - DAE - Swing	4
	11	SAE	SAE	1
	12	DAI	DAI	1
	13	SAE	SAE	2
	14	DAI	DAI	2
	15	SAI	SAI	2
	16	DAE - Swing	DAE - Swing	4

STARLIGHT WALTZ

Inventori : J. L. Jones e Peri V. Horne

Musica: Valzer 3/4

Tenuta: Valzer, Foxtrot, Kilian

Tempo: 168 battiti

Schema: Obbligato

NOTE:

Il valzer Starlight, è una danza caratterizzata da un'esecuzione briosa e "molleggiata", che riflette il caratteristico ritmo del valzer viennese. La danza inizia in posizione Chiusa.

I passi dall'1 all'8 devono essere pattinati con uguale enfasi e potenza per entrambe le sequenze di Chassé, così da evidenziare il cambio di inclinazione tra un lobo e quello successivo. I pattinatori possono dare una personale interpretazione al movimento della gamba libera durante i primi tre battiti del passo 9. Successivamente entrambi i partner eseguono uno Swing, incrociando con la gamba stessa il tracciato subito dopo il cambiofilo.

Continuando in posizione Chiusa, il cavaliere esegue 3 Tre e la dama 2 Tre (passi dall'11 al 15). Ai pattinatori è lasciata libertà di movimento e di interpretazione, purché la posizione rimanga correttamente Chiusa.

Dopo l'ultimo Tre del cavaliere, lui pattina i passi progressivi DIE e SII mentre la dama esegue un Mohawk (da SAE a DIE) e quindi entrambi pattinano un DIE di sei battiti (passo 17) con doppia alzata della gamba libera sul quarto battito. Successivamente, i partner eseguono un Choctaw e passano sul filo SAI (passo 18) in posizione Aperta, quindi il cavaliere pattina un DAI di tre battiti mentre la dama gira all'indietro in posizione Chiusa con un Mohawk (passi 19a e 19b).

I movimenti della dama continuano con un DIE - Swing (passo 20), poi si gira in avanti in posizione Aperta ed esegue, un altro Mohawk seguito da uno Swing, all'unisono con il DAE Swing del cavaliere (passo 23). Questa sequenza di Chassé e Mohawk si esegue simmetricamente anche dall'altra parte e si conclude con il passo 26 SAE per il cavaliere e DIE per la dama).

Durante quest'ultimo passo, il cavaliere lascia la mano destra della dama e incrocia la sua schiena con il braccio sinistro, abbassandolo all'altezza delle anche (od anche più in basso) quando avviene il cambio; la dama prende questa mano con la sua mano destra. Il cavaliere stacca ed abbassa la sua mano destra per potere eseguire il SAE Tre dietro la dama. Durante i passi dal 26 al 28, il cavaliere può portare il braccio destro avanti o esternamente.

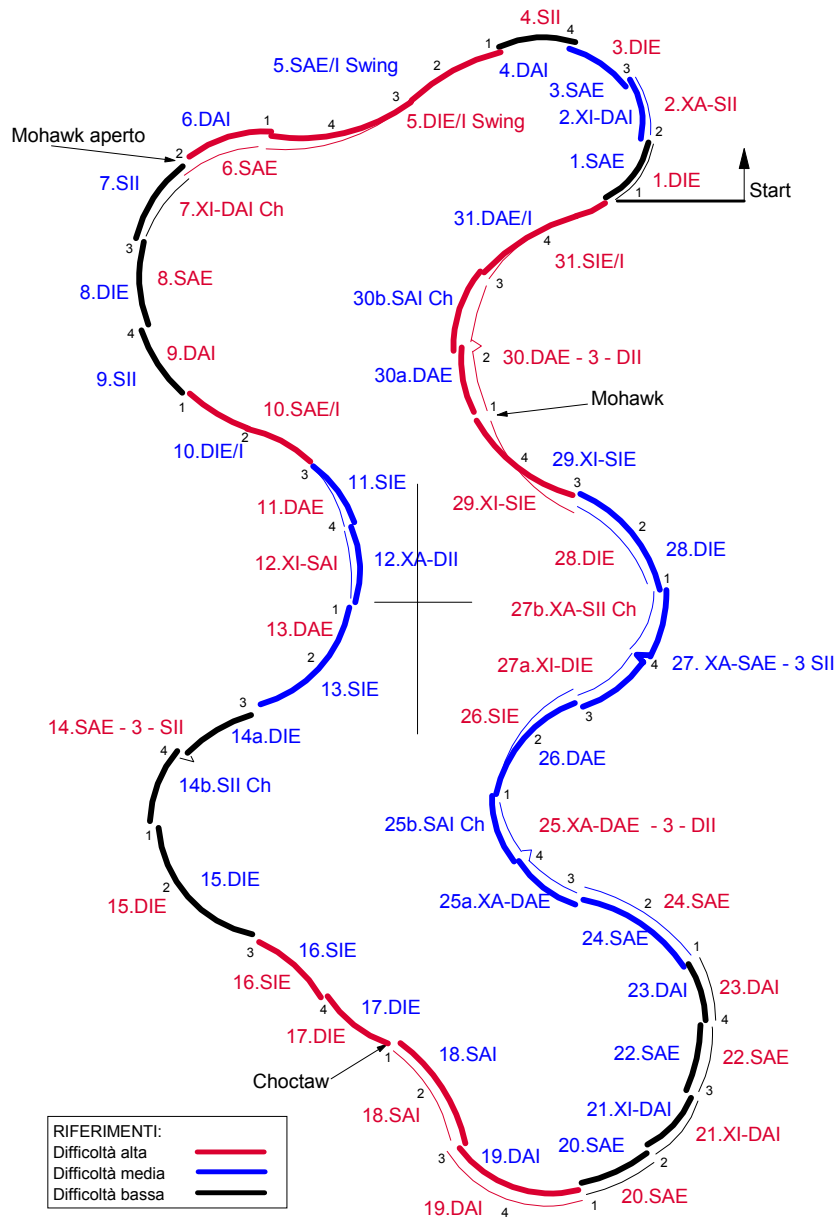
Al passo 30 SAE i partner assumono la posizione Kilian che viene mantenuta fino al passo 32, quando la dama esegue un Tre aperto con il sollevamento dietro della gamba libera a tempo con la musica, in posizione Chiusa per ricominciare la danza.

In piste di dimensioni ridotte può essere eseguito su indicazione del Settore Tecnico o del Presidente di Giuria lo schema ridotto in cui sono omessi i passi dall'1 al 6 e dal 20 al 25.

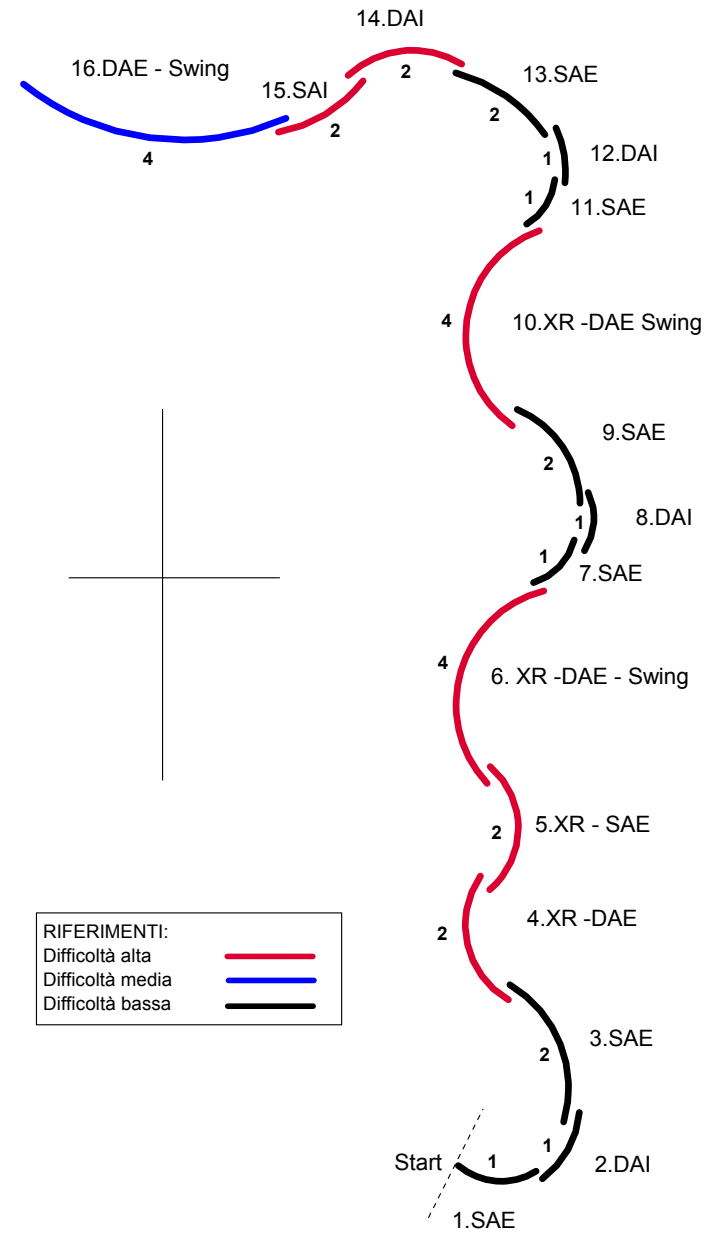
Punti essenziali per la valutazione:

- la serie di Chassé iniziali deve essere eseguita con fili ben marcati ed in posizione Chiusa;
- il cambiofilo sul passo 9 deve essere bene marcato e lo Swing deve essere eseguito con fluidità;
- la serie di Tre in posizione Chiusa deve essere eseguita con rapidità e ben cadenzata;

ITALIAN FOXTROT



SWING FOXTROT



KLEINER (LITTLE) VALZER

Inventore : Hans Jurgen Schamberger

Musica: Valzer 3/4

Tenuta: Valzer

Tempo: 138 battiti

Schema: Obbligato

Note:

La danza viene eseguita in posizione Chiusa.

Si inizia con una serie di Chassé eseguiti sul lato lungo della pista, in avanti per il cavaliere e all'indietro per la dama. Gli Chassé vengono intervallati da dei fili esterni di tre battiti ciascuno.

Particolare attenzione deve essere data all'esecuzione degli Chassé: il primo passo è un filo di due battiti con la gamba libera distesa; al terzo battito la gamba libera viene appoggiata di fianco al pattino tracciante con un leggero piegamento del ginocchio. Il vecchio piede portante viene sollevato e rimane affrancato al nuovo piede portante.

Nel passo 12, alla fine della parte lunga della pista, il cavaliere cambia direzione con un Tre mentre la dama esegue un Mohawk in avanti. Il Tre deve essere eseguito sul terzo battito.

Il passo 13, è per entrambi i partner uno Swing di sei battiti seguito da due Chassé. Alla fine del lato corto della pista, la dama cambia direzione con un Tre dall'avanti all'indietro e il cavaliere esegue un Mohawk in avanti (passo 19).

Dopo uno Swing di sei battiti si ripete la danza dalla parte opposta all'inizio della danza.

Punti essenziali per la valutazione:

- esecuzione corretta degli Chassé;
- buona pressione dei fili esterni nella serie di passi dall' 1 all'11 per permettere alla coppia di effettuare un buon disegno;
- prestare particolare attenzione, alla corretta esecuzione dei passi 13 e 16 affinché il filo esterno venga ben evidenziato; spesso gli atleti cambiano filo da esterno ad interno nella parte finale del passo;
- la posizione Chiusa deve essere rispettata per l'intera danza;
- accurato rispetto del disegno obbligato.

ITALIAN FOXTROT

Punti essenziali per la valutazione:

- Rispetto delle posizioni richieste e del disegno.
- Il cambio di filo ed il rapido movimento esterno della gamba libera del passo 10 devono essere ben evidenti;
- Attenzione al tempo ed al filo esterno del passo 13;
- La sequenza in tandem (passi dal 15 al 17) devono essere ben marcati;
- I fili interni dei passi 18 e 19 devono essere ben marcati;
- Buona esecuzione dei cross chassé (passi 25 e 27);
- La sequenza finale (passi 28,29, 30 e 31) deve essere fatto con fluidità.
- La posizione chiusa deve essere ripresa dopo il passo 30.

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti	
Semi Valzer	1	SAE	1	DIE	1	
	2	XI-DAI	1	XA-SII	1	
Valzer	3	SAE	1	DIE	1	
	4	DAI	1	SII	1	
	5	SAE/I Swing	4	DIE/I Swing	4	
	6	DAI	1	SAE	1	
	7	SII Mohawk aperto	1	XI-DAI-Ch	1	
	8	DIE	1	SAE	1	
	9	SII	1	DAI	1	
	10	DIE/I	2	SAE/I	2	
	11	SIE	1	DAE	1	
	12	XA-DII	1	XI-SAI	1	
Tandem	13	SIE	2	DAE	2	
	14a	DIE	1	SAE - 3 - SII	2	
	14b	SII-Ch	1			
	15	DIE	2	DIE	2	
	16	SIE	1	SIE	1	
	17	DIE	1	DIE	1	
	Kilian	18	SAI Choctaw	2	SAI Choctaw	2
		19	DAI	2	DAI	2
	Valzer	20	SAE	1	SAE	1
		21	XI-DAI	1	XI-DAI	1
22		SAE	1	SAE	1	
23		DAI	1	DAI	1	
24		SAE	2	SAE	2	
25a		XA-DAE	1	XA-DAE - 3 - DII	2	
25b		SAI-Ch	1			
Valzer		26	DAE	2	SIE	2
		27a	XA-SAE - 3 SII	2	XI-DIE	1
27b		XA-SII-Ch			1	
Kilian	28	DIE	2	DIE	2	
Vedi note	29	XI-SIE	2	XI-SIE	2	
Valzer	30a	DAE Mohawk	1	DAE - 3 - DII	2	
	30b	SAI-Ch	1			
Valzer	31	DAE/I	2	SIE/I	2	

ITALIAN FOXTROT

Inventore : Odoardo Castellari

Musica: Foxtrot 4/4

Tenuta: Valzer, Tandem, Kilian

Tempo: 96 battiti

Schema : Obbligato

Note:

Questa danza è un vivace ed armonioso foxtrot con cambi di posizione molto complicati ed un intricato lavoro di piedi. I passi 1 e 2 si eseguono in posizione Semivalzer, con la dama leggermente alla destra del cavaliere. Il passo 3 è pattinato in posizione Chiusa (Valzer).

Il passo 5 inizia con i partner in posizione Chiusa: la dama si sposta alla sinistra del cavaliere al terzo battito e la gamba libera esegue uno Swing (dall'indietro in avanti per lui, viceversa per lei). Il cambiofilo si esegue sul secondo battito.

Il passo 10 è un passo caratteristico di questa danza: immediatamente dopo la spinta, il piede libero viene affiancato al pattino tracciante affinché il piede libero si trovi in "and position" alla fine del primo battito. Sul secondo battito i partner portano la gamba libera lateralmente, mentre cambiano il filo da esterno ad interno.

I passi 11 e 12 sono eseguiti con la dama leggermente alla sinistra del cavaliere. Nel passo 14 (SAE-Tre) la donna esegue il tre di fronte al partner, e contemporaneamente l'uomo esegue uno Chassé (passo 14a e 14b). La posizione delle braccia durante questi passi è facoltativa.

I passi dal 15 al 17 sono eseguiti in posizione Tandem. I passi dal 16 al 17 devono essere pattinati fluidi e molleggiati con un buon filo esterno. Durante questi passi la gamba libera deve essere leggermente avanti.

I passi dal 18 al 24 devono essere eseguiti in posizione Kilian. Nel passo 25a la posizione delle braccia è facoltativa. I passi 25b, 26 e 27 sono eseguiti in posizione Chiusa. Il passo 28 è eseguito in posizione Kilian.

Il passo 29 inizia in posizione Kilian con la dama alla destra del cavaliere. Dopo la spinta, il cavaliere "guida" la dama prima davanti e poi alla sua sinistra. Alla fine di questo passo, le mani sinistre sono sollevate sopra la testa della dama in modo tale che lei può eseguire il passo in avanti passandoci sotto.

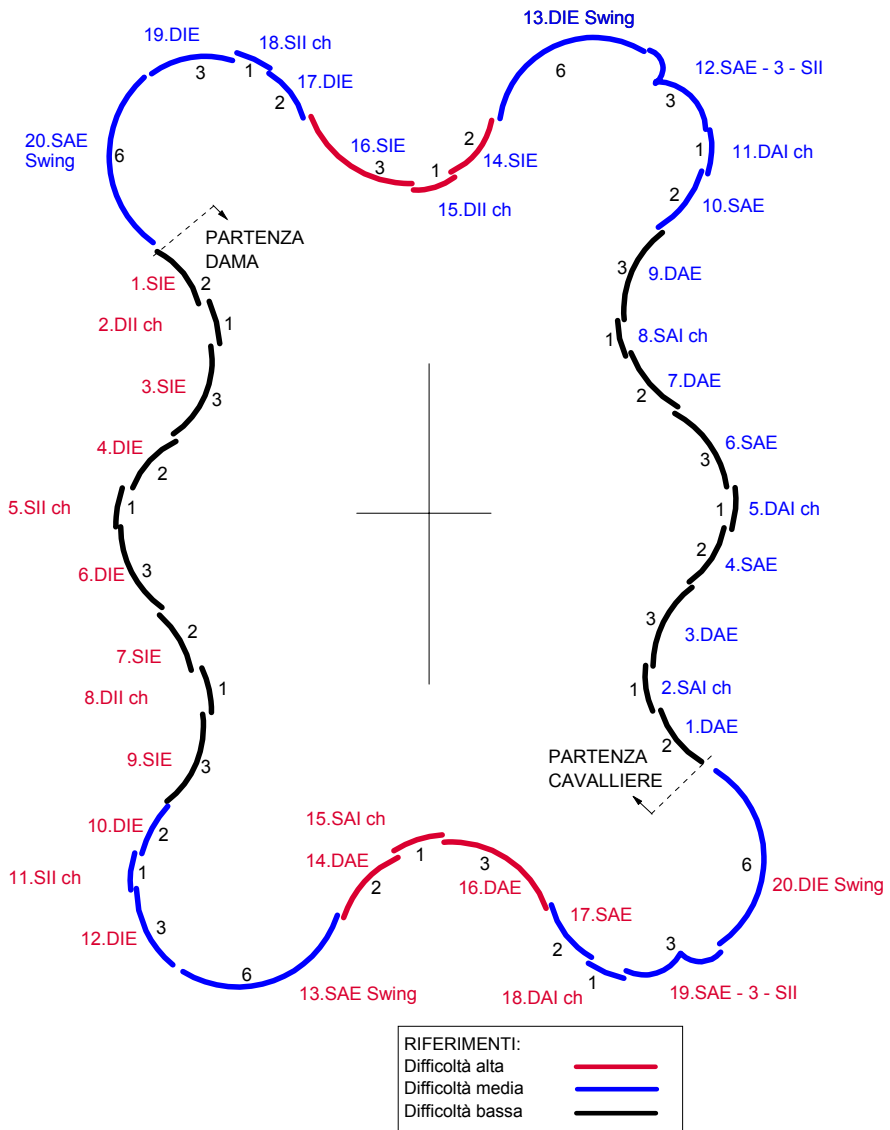
Nei passi 30a e 30b la dama deve eseguire un passo in avanti alla destra del cavaliere. I partner devono staccare ogni contatto durante il Tre della dama. Il passo 31 è eseguito in posizione Chiusa: la gamba libera si distende in senso di marcia immediatamente dopo la spinta. Il passo finisce con un breve cambiofilo per preparare il primo passo della nuova sequenza.

KLEINER (LITTLE) WALTZ

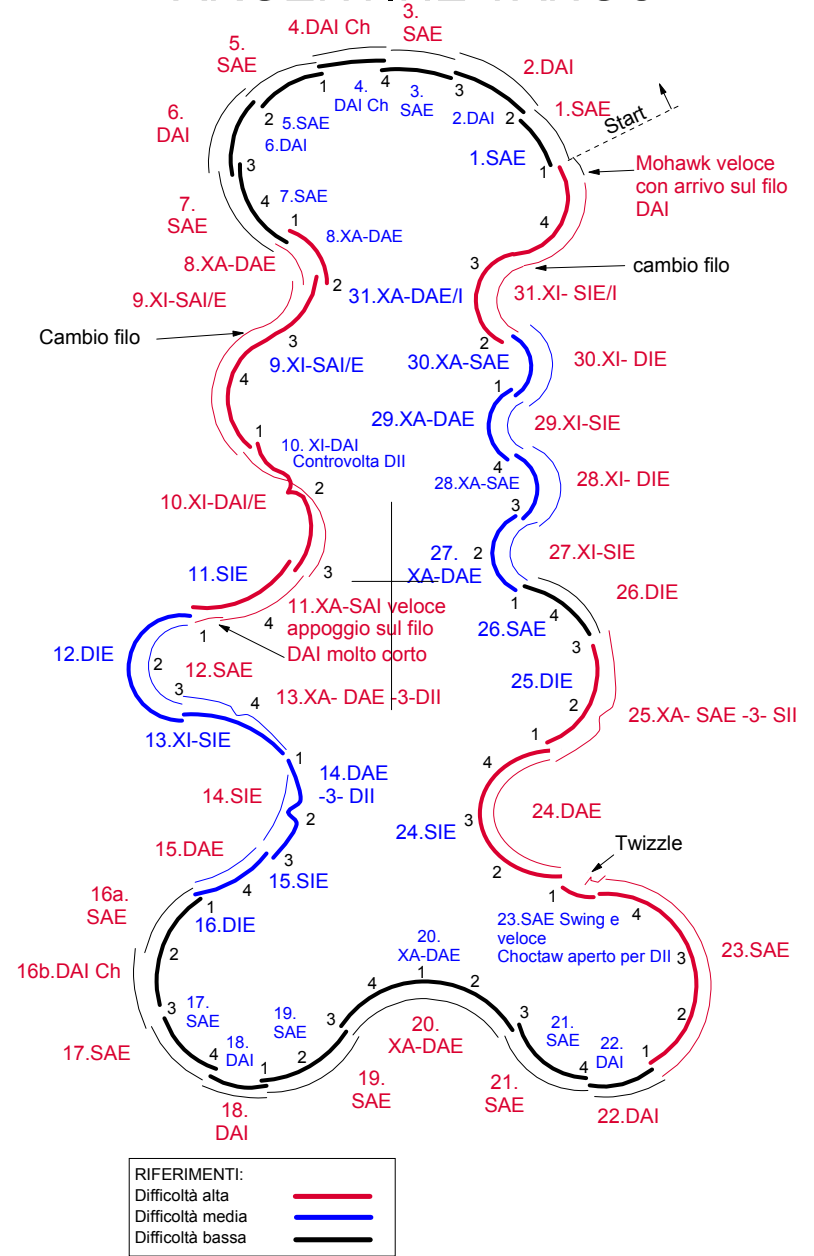
Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Valzer	1	DAE	SIE	2
	2	SAI-Ch	DII-Ch	1
	3	DAE	SIE	3
	4	SAE	DIE	2
	5	DAI-Ch	SII-Ch	1
	6	SAE	DIE	3
	7	DAE	SIE	2
	8	SAI-Ch	DII-Ch	1
	9	DAE	SIE	3
	10	SAE	DIE	2
	11	DAI-Ch	SII-Ch	1
	12	SAE - 3 - SII	DIE	3
	13	DIE Swing	SAE Swing	6
	14	SIE	DAE	2
	15	DII-Ch	SAI-Ch	1
	16	SIE	DAE	3
	17	DIE	SAE	2
	18	SII-Ch	DAI-Ch	1
	19	DIE	SAE - 3 - SII	3
	20	SAE Swing	DIE Swing	6

KLEINER (LITTLE) WALTZ



ARGENTINE TANGO



ARGENTINE TANGO

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Foxtrot	1	SAE	1	SAE	1
	2	DAI	1	DAI	1
	3	SAE	1	SAE	1
	4	DAI-Ch	1	DAI-Ch	1
	5	SAE	1	SAE	1
	6	DAI	1	DAI	1
	7	SAE	2	SAE	2
	8	XA-DAE	1	XA-DAE	1
	9	XI-SAI/E	3	XI-SAI/E	3
	10	XI-DAI Controvolta DII	1+1	XI-DAI/E	2
Valzer	11	SIE	2	XA-SAI – rapido appoggio sul filo DAI	2
	12	DIE	2	SAE	2
	13	XI-SIE	2	XA- DAE -3-DII	1+1
	14	DAE -3- DII	1+1	SIE	2
	15	SIE	2	DAE	2
	16A	DIE	2	SAE	1
16B	DAI-Ch			1	
Kilian	17	SAE	1	SAE	1
	18	DAI	1	DAI	1
	19	SAE	2	SAE	2
	20	XA-DAE	4	XA-DAE	4
	21	SAE	1	SAE	1
	22	DAI	1	DAI	1
	23	SAE Swing e veloce Choctaw aperto DII	4	SAE Twizzle	4
Valzer	24	SIE	4	DAE	4
	25	DIE	2	XA- SAE -3- SII	1+1
	26	SAE	2	DIE	2
Tango	27	XA-DAE	2	XI-SIE	2
	28	XA-SAE	1	XI- DIE	1
	29	XA-DAE	1	XI-SIE	1
	30	XA-SAE	1	XI- DIE	1
	31	XA-DAE/I	3	XI- SIE/I e Mohawk veloce con arrivo sul filo DAI	3

KILIAN

Inventore : Karl Schreiter

Musica: Marcia 2/4 o 4/4

Tenuta: Kilian

Tempo: 108 battiti

Schema: Obbligato

Note:

Il Kilian è una danza nella quale si può notare un lavoro di piedi preciso e molto ravvicinato, unito ad un'unisono ed un buon controllo nelle torsioni delle posizioni. Questa danza viene interamente eseguita in tenuta Kilian con una posizione eretta del corpo che deve essere mantenuta per tutta l' esecuzione.

La mano destra del cavaliere con la mano destra della dama deve fare presa sul fianco della dama evitando separazioni e allontanamenti della tenuta kilian. La mano sinistra del cavaliere in forte presa con la sinistra della dama e con il braccio corrispondente che incrocia il corpo del cavaliere permette un buon controllo della torsione in senso orario.

Il primo passo della danza deve essere eseguito sul 1° battito (battito forte). In totale sono 14 i passi della sequenza che sono eseguiti in 16 battiti musicali. I passi 3 e 4 sono gli unici di due battiti musicali; tutti gli altri sono passi di un solo battito. Il passo 2 è un progressivo.

Il passo 3 dura due battiti e deve essere diretto verso il centro della pista e deve tagliare internamente l'arco dell'asse continuo.

Il passo 4 è un filo esterno di due battiti (DAE) che deve essere diretto verso la barriera e deve tagliare esternamente l'arco dell'asse continuo. Questo filo esterno deve essere ben evidenziato con buona inclinazione verso il centro del lobo esterno.

I passi 5, 6 e 7 sono una sequenza di progressivi con l'inclinazione rivolta verso il centro della pista.

Una forte rotazione in senso oraria delle spalle inizia nel passo 5 e continua attraverso i passi 6, 7, 8 e 9. All'inizio del passo 8 l'inclinazione si sposta verso il lobo esterno ed è mantenuta fino al passo 9.

Il passo 8 (DAE) è un incrociato avanti mentre il passo 9 (SAE) è un incrociato dietro.

I passi 9 e 10 costituiscono un Choctaw aperto. Un forte controllo delle spalle è necessario all'inizio del passo 10 opposto al movimento di rotazione. Il pattino destro viene appoggiato sulla pista dalla parte interna del piede del pattino tracciante con una posizione momentanea di fianchi aperti. Il passo 11 è un SII incrociato dietro al piede portante. Il passo 12 è un progressivo DIE molto vicino.

Il passo 13 (SII) è un incrociato avanti. Il passo 14 (DAI) deve essere spinto partendo dal tacco del pattino tracciante. La corretta rotazione in senso orario delle spalle di entrambi i partner sui passi 12 e 13 facilita l'esecuzione del passo 14 evitando lo "scavalcamento" del pattino della dama da parte del cavaliere.

Punti essenziali per la valutazione:

- i passi 3 e 4 devono essere eseguiti con buoni fili esterni;
- i passi 5-6-7 sono dei progressivi;
- attenzione ai fili di entrata ed uscita del Choctaw;
- attenzione affinché il Choctaw non risulti saltato, ma eseguito con appoggio morbido;
- fare attenzione che durante l'esecuzione dei passi 13 e 14 il cavaliere non scavalchi il pattino della dama;
- la posizione Kilian deve essere mantenuta per tutta la sequenza della danza.

Lista dei Passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	2
	4	DAE	DAE	2
	5	SAE	SAE	1
	6	DAI	DAI	1
	7	SAE	SAE	1
	8	XA-DAE	XA-DAE	1
	9	XI-SAI	XI-SAI	1
	10	DIE Choctaw aperto	DIE Choctaw aperto	1
	11	XI-SII	XI-SII	1
	12	DIE	DIE	1
	13	XA-SII	XA-SII	1
	14	DAI	DAI	1

Queste rotazioni verso destra, sono eseguite immediatamente dopo il 4° battito ed appena prima del successivo battito forte (primo battito della misura seguente);

Il Twizzle della dama (una rotazione in senso orario seguito da un tre) inizia in modo simile al Choctaw del cavaliere, ma compie un giro completo rispetto a quello del cavaliere che esegue solo mezza rotazione. Il peso della dama durante la rotazione è sul pattino sinistro, il pattino destro è tenuto di fianco ad esso ed alla fine del giro riceve tutto il peso per il passo successivo DAE di quattro battiti, contemporaneamente il cavaliere esegue un SIE (passo 24). A causa del Choctaw del cavaliere, la coppia cambia posizione da Kilian a Valzer solamente per tre passi 24, 25 e 26.

Durante il successivo lobo (passo 25 e 26) il cavaliere pattina un profondo DIE (passo 25) di due battiti mentre la dama esegue un SAE -Tre che inizia da un Cross-roll che ruota attorno al partner. In seguito a ciò la dama si ritrova alla destra del cavaliere e la coppia assume la posizione Esterna dal passo 27 al passo 31(fine della sequenza).

Segue una serie di cinque Cross-roll (dal 27 al 31), con il cavaliere all'avanti e la dama alla sua destra all'indietro eseguiti parallelamente e lungo la barriera della pista.

Il primo Roll (passo 27) è di due battiti; i seguenti tre Roll (passi dal 28 al 30) sono di un battito ciascuno, il quinto (passo 31) di tre battiti con un leggero cambiofilo finale.

I danzatori devono eseguire i Cross-roll con leggerezza e marcando bene i fili formando così una sequenza a serpentina ben pronunciata.

Immediatamente prima della fine del passo 31, dopo il cambiofilo, la dama esegue un rapido Mohawk e passa per un attimo su un DAI in modo da essere pronta ad eseguire un SAE primo passo della ripetizione della danza.

Punti essenziali per la valutazione:

- rispetto delle posizioni richieste e del disegno;
- buona esecuzione degli Chassè, passi 4 e 16/b;
- la sequenza di passi dall'8 all' 11 deve essere eseguita con fili ben premuti e marcati, fare attenzione ai fili del cavaliere nei passi 11 e 15;
- attenzione alla Controvolta del cavaliere;
- il passo 23 deve essere eseguito con i partner ben vicini;
- i Cross-roll devono avere buoni fili e fluidi senza saltelli.

ARGENTINE TANGO

Inventori : Reginald J. Wilkie e Daphne B. Wallis

Musica: Tango 4/4

Tenuta: Foxtrot, Valzer, Kilian, Tango

Tempo: 96 battiti

Schema: Obbligato

Note:

La danza inizia in posizione Aperta per i primi dieci passi e cambia in posizione Chiusa (Valzer) sulla Controvolta del cavaliere (passo 10) fino al passo 16. I passi iniziali dal 2 al 6 sono dei progressivi che incrociano l'asse longitudinale sul lato corto della pista (fondo pista) e sono interrotti da uno Chassè (passo 4) per concludersi con un profondo SAE che porta la coppia in posizione frontale e parallela al lato lungo della pista (passo 7).

Successivamente la coppia esegue un breve XA-DAE (passo 8), seguito da un lungo passo con cambiofilo XI-SAI/E di tre battiti (passo 9).

Il cambiofilo viene effettuato mentre il pattino libero passa dietro a quello portante per iniziare il passo 10 che è incrociato indietro.

Mentre il cavaliere esegue una Controvolta DAI la dama esegue un cambiofilo DAE/I seguendo il cavaliere in posizione Chiusa (passo 10). Il cambio di tenuta Valzer (Chiusa) è preparato dalla dama che rimane indietro rispetto al cavaliere prima che questi esegua la Controvolta.

Il passo 11 di due battiti si conclude verso la barriera. Alla fine del passo 11 la dama si appoggia per un attimo sul DAI prima di iniziare il SAE (passo 12), mentre il cavaliere pattina un DIE. Entrambi curvano decisamente per dirigersi verso il centro della pista.

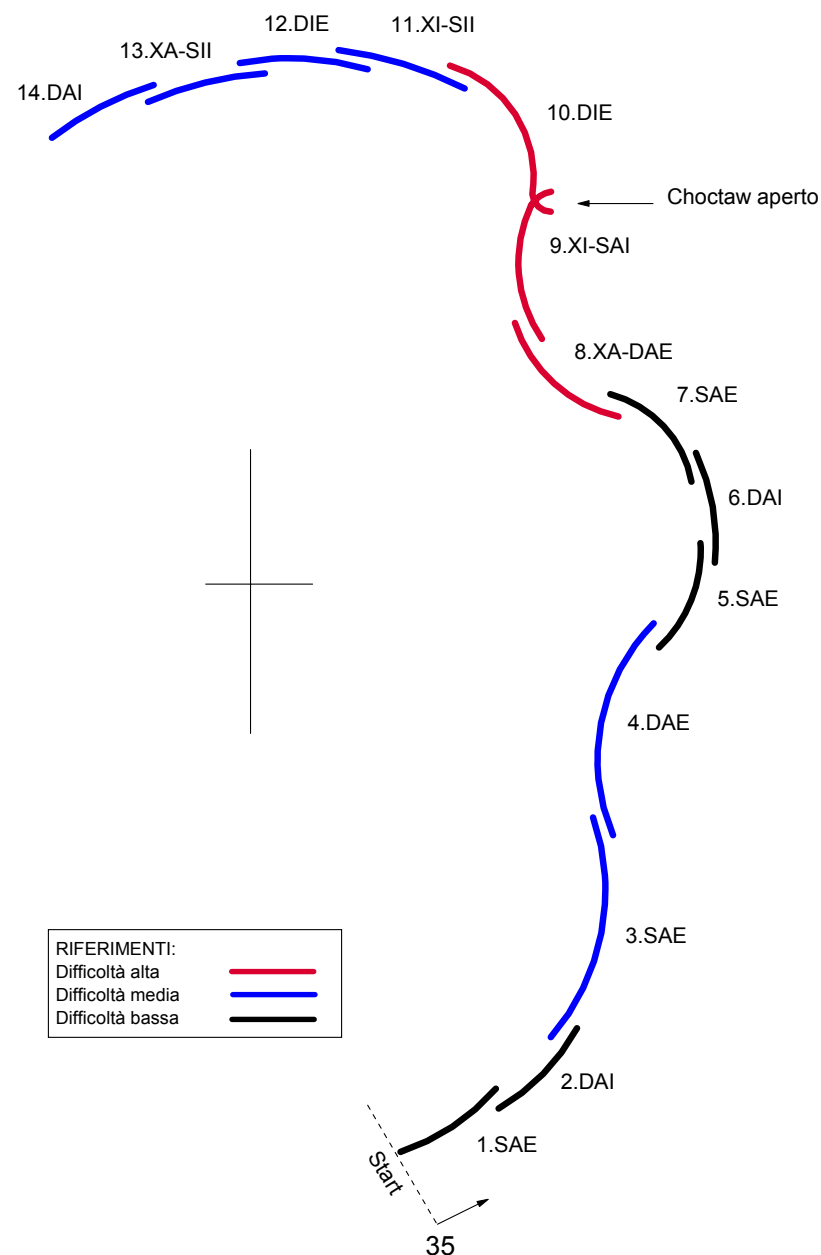
Durante il successivo lobo (passi dal 13 al 15), che inizia vicino all'asse longitudinale della pista, i partner ruotano uno attorno all'altro; la dama esegue un Tre sulla prima spinta ed il cavaliere lo esegue sulla seconda con fili ben premuti ed in direzione della barriera (lato lungo).

Al passo 16, mentre il cavaliere pattina un DIE di due battiti, la dama esegue uno Chassè avanti (passo 16b), poi il cavaliere si gira avanti ed entrambi eseguono in posizione Kilian la sequenza SAE - DAI - SAE (passi dal 17 al 19), il passo 18 è un progressivo. I passi dal 17 al 23 sono uguali per entrambi i partner.

Dopo il passo 19 (SAE di due battiti) i partners eseguono, in modo molto deciso, un Cross-roll di quattro battiti (XA-DAE) che incrocia l'asse longitudinale sul lato corto della pista (fondo pista).

I due passi seguenti di un battito ciascuno SAE ed un progressivo DAI (passi 21 e 22) sono seguiti da un lungo filo SAE di quattro battiti che permette alla coppia di uscire dall'angolo della pista. Durante quest'ultimo filo, la dama deve pattinare fianco a fianco al cavaliere (posizione Kilian), seguendo la sua traccia con forte torsione delle spalle. Questo lungo filo termina con uno Swing-Choctaw per il cavaliere ed un **Twizzle** per la dama.

KILIAN



KILIAN

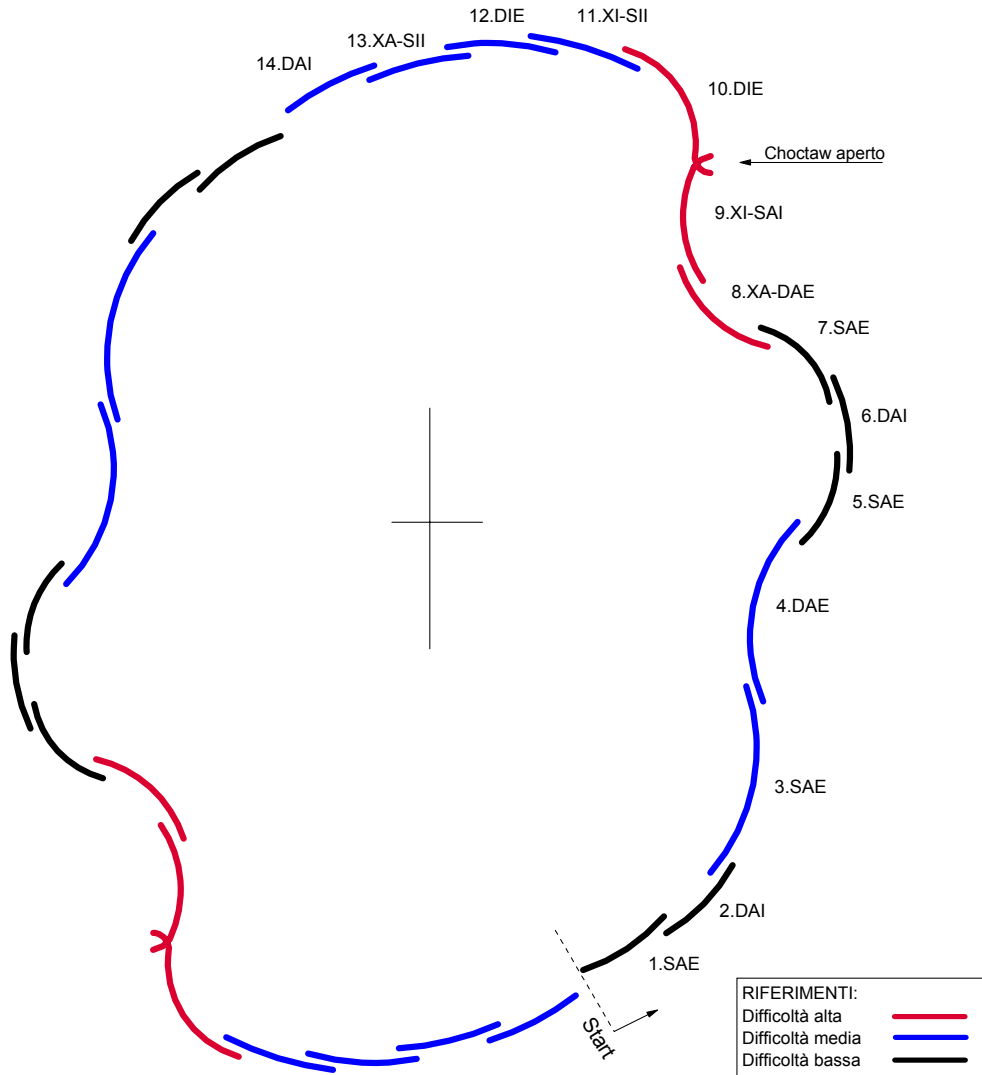
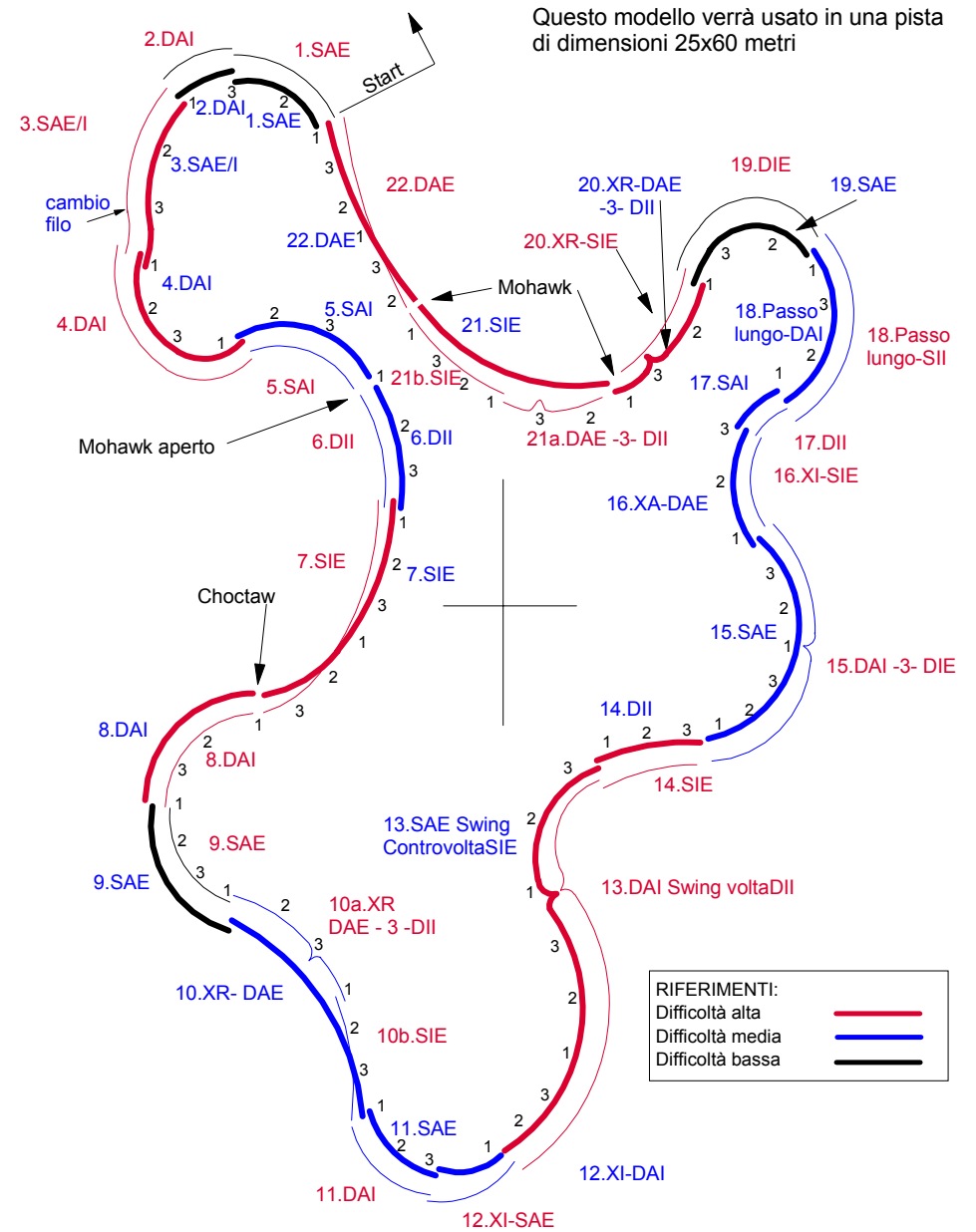


DIAGRAMMA RAPPRESENTATIVO DI DUE SEQUENZE

WESTMINSTER WALTZ



FOURTEEN STEP

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Valzer	1	SAE	DIE	1
	2	DAI	SII	1
	3	SAE	DIE	2
	4	DAE Swing	SIE Swing	4
	5	SAE	DIE	1
	6	DAI	SII	1
	7	SAE	DIE	2
	8	DAI	SAE	1
Semi chiusa	9	SII Mohawk aperto	XI-DAI-Ch	1
	10	DIE	SAE	1
	11	SII	DAI	1
	12	DIE	SAE	1
Valzer	13	XA-SII	DIE Mohawk aperto	1
	14	DAI	SII	2

Il passo 22 (DAE) inizia con la dama alla sinistra del cavaliere, ma durante l'esecuzione dello Swing, torna alla sua destra incrociando il suo tracciato. La coppia riprende la tenuta Kilian per ricominciare la danza.

Particolare attenzione deve essere prestata agli swing delle gambe libere che non deve ostacolare il passaggio della dama da un lato all'altro del cavaliere.

Punti essenziali per la valutazione

- il cambiofilo del passo 3 è molto rapido e deve essere ben marcato;
- il Mohawk aperto (passo 5) è molto importante;
- durante la sequenza dei passi in tenuta foxtrot la coppia deve pattinare molto vicina in particolar modo durante il passo 13;
- attenzione al tempo del tre della dama (passo 15);
- la serie di passi dal 16 al 18 deve essere eseguita con fluidità;
- il movimento tra i passi 17 e 18 deve essere ambio e pulito.

WESTMINSTER WALTZ

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	2	SAE	2
	2	DAI	1	DAI	1
	3	SAE/I cambio filo	3	SAE/I cambio filo	3
	4	DAI	3	DAI	3
	5	SAI	3	SAI	3
Rev.Kilian	6	DII Mohawk aperto	3	DII Mohawk aperto	3
	7	SIE	6	SIE	6
	8	DAI Choctaw	3	DAI Choctaw	3
Valzer	9	SAE	3	SAE	3
	10a	XR- DAE	6	XR-DAE - 3	3
	10b			SIE	3
Foxtrot	11	SAE	2	DAI	2
	12	XI-DAI	1	XI-SAE	1
	13	SAE Swing Controvolta SIE	9	DAI Swing volta DII	9
	14	DII	3	SIE	3
	15	SAE	6	DAI -3- DIE	6
Valzer	16	XA-DAE	2	XI-SIE	2
	17	SAI	1	DII	1
	18	Passo lungo-DAI	3	Passo lungo-SII	3
Rev.Kilian	19	SAE	3	DIE	3
	20	XR-DAE -3- DII	3	XR-SIE	3
	21a	SIE	6	DAE -3- DII	3
	21b			SIE	3
Cambio lato in Kilian	22	DAE Mohawk	6	DAE Mohawk	6

WESTMINSTER WALTZ

Inventori : Eric Van Weyden e Eva Keats

Musica: Walzer 3/4

Tenuta: Kilian, Rev.Kilian, Valzer, Foxtrot

Tempo: 138 battiti

Schema : Obbligato

Note:

L'inizio della danza è pattinata in tenuta Kilian utilizzando la presa **pollice perno** per le mani in modo da facilitare il cambio di posizione dei due partner. Le mani della donna sono tenute sopra le mani dell' uomo con il pollice disteso verso il basso nella presa (pugno) dell'uomo. Importante la postura del corpo con portamento eretto e senza spezzare il tronco a livello della vita.

Tutti gli swing si eseguono in sei battiti.

Il passo 2 è un progressivo. Alla fine del passo 3 c'è un cambiofilo in modo tale da direzionare il passo 4 (DAI) verso l'esterno ed in direzione contraria ai passi 1,2 e 3.

I passi 5 e 6 formano un Mohawk aperto, inizialmente il cavaliere è alla sinistra della dama, ma dopo l'inversione di marcia effettuata individualmente si ritrova alla sua destra.

Durante il passo 10 (Cross-roll) la dama lascia per un momento la tenuta con il cavaliere per eseguire un Tre di fronte a lui. La coppia momentaneamente in tenuta valzer, riprende immediatamente la tenuta foxtrot per eseguire un Cross-chassè (passi 11 e 12).

Il passo 13 per la dama è uno Swing avanti interno - Volta di sei battiti, tre battiti prima della rotazione e tre battiti dopo.

Per il cavaliere il passo 13 è uno Swing avanti esterno - Controtre di sei battiti, simile a quello della dama, tre battiti prima e tre battiti dopo la rotazione.

Il passo 14 (DII per il cavaliere e SIE per la dama) deve iniziare di fianco al pattino tracciante. Nel passo 15 (sei battiti), quando la dama esegue un Tre interno sul 4° battito, il cavaliere segue il suo tracciato con un SAE.

Il passo 16 è leggermente incrociato avanti per l'uomo ed indietro per la donna.

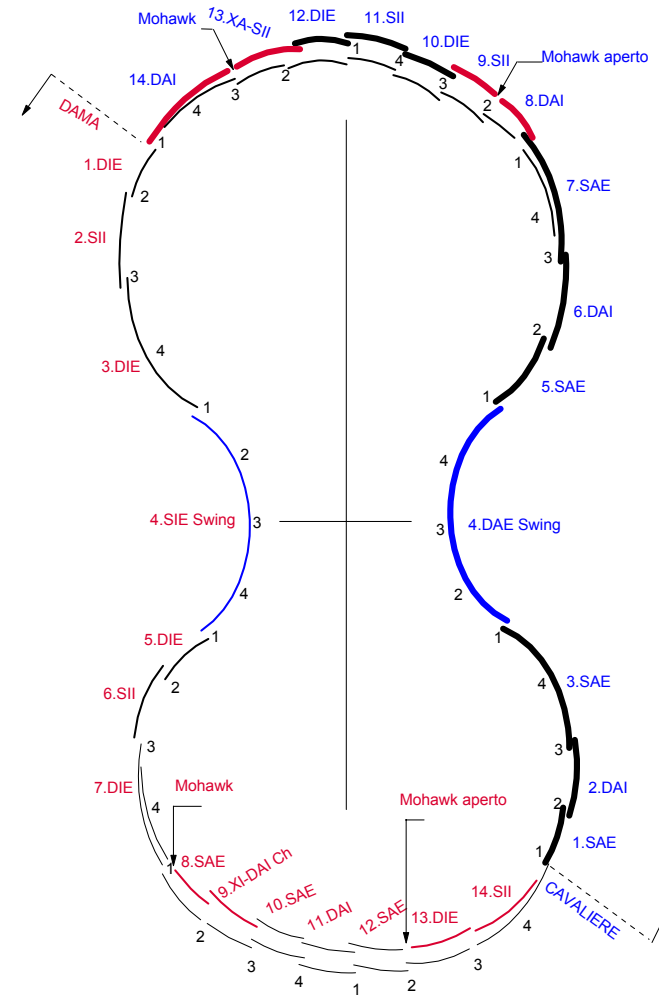
Il passo 17 è un progressivo marcato e fluido, successivamente entrambi i partner eseguono il passo 18 appoggiando il nuovo pattino tracciante lateralmente all'altro (ad una distanza di circa 40 centimetri).

Il passo 19 è un filo SAE per il cavaliere e un filo DIE per la dama. Il passo 20 (DAE) è un Cross-roll avanti seguito da un tre per il cavaliere e SIE per la donna.

Il passo 21 è per il cavaliere un SIE di sei battiti non troppo profondo. La dama lascia la sua mano sinistra ed esegue un Tre sul 3° battito dirigendosi verso la spalla sinistra del cavaliere, poi stacca la mano destra da quella sinistra di lui e gli porge immediatamente la mano sinistra.

La dama esegue il suo SIE sul 4° battito e stende il braccio destro davanti al cavaliere (posizione Kilian Reverse).

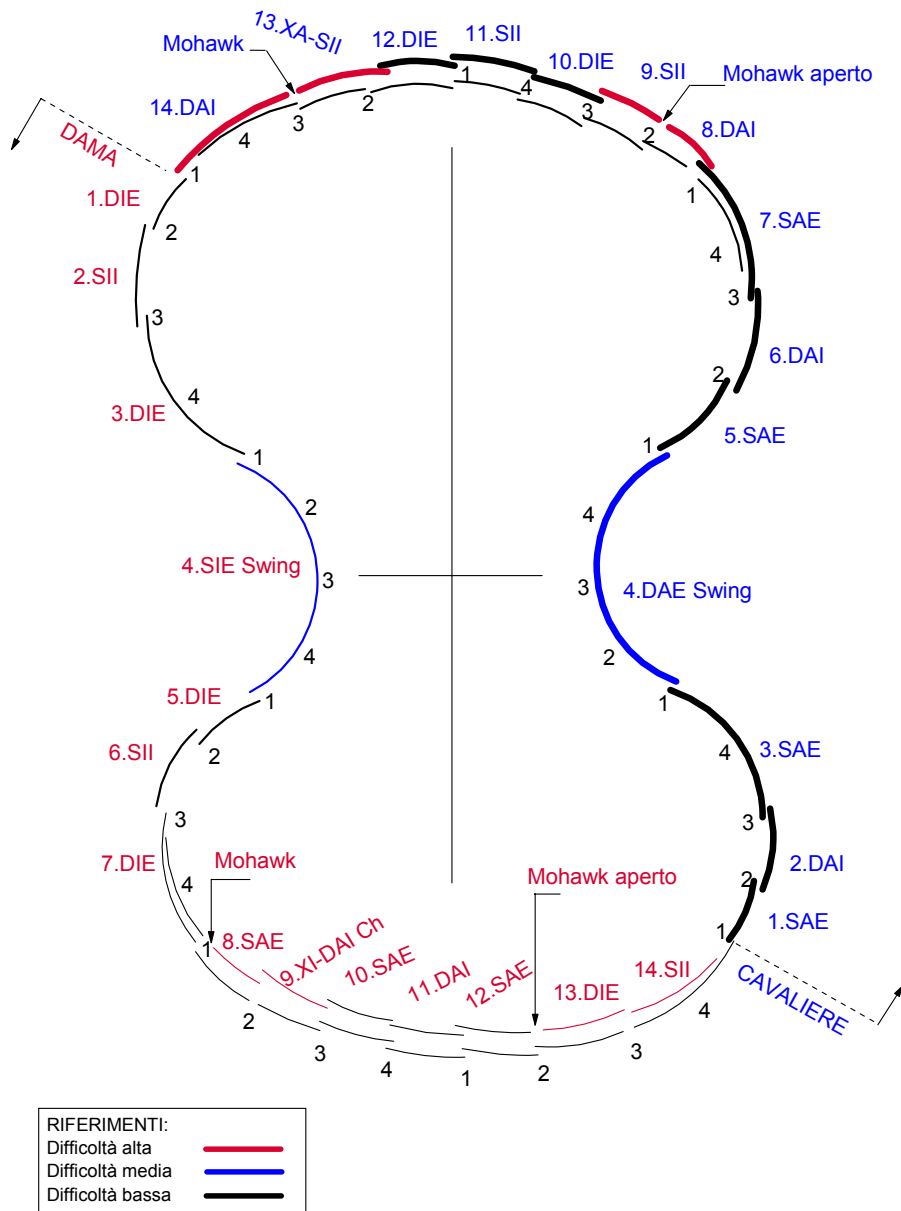
FOURTEEN STEP



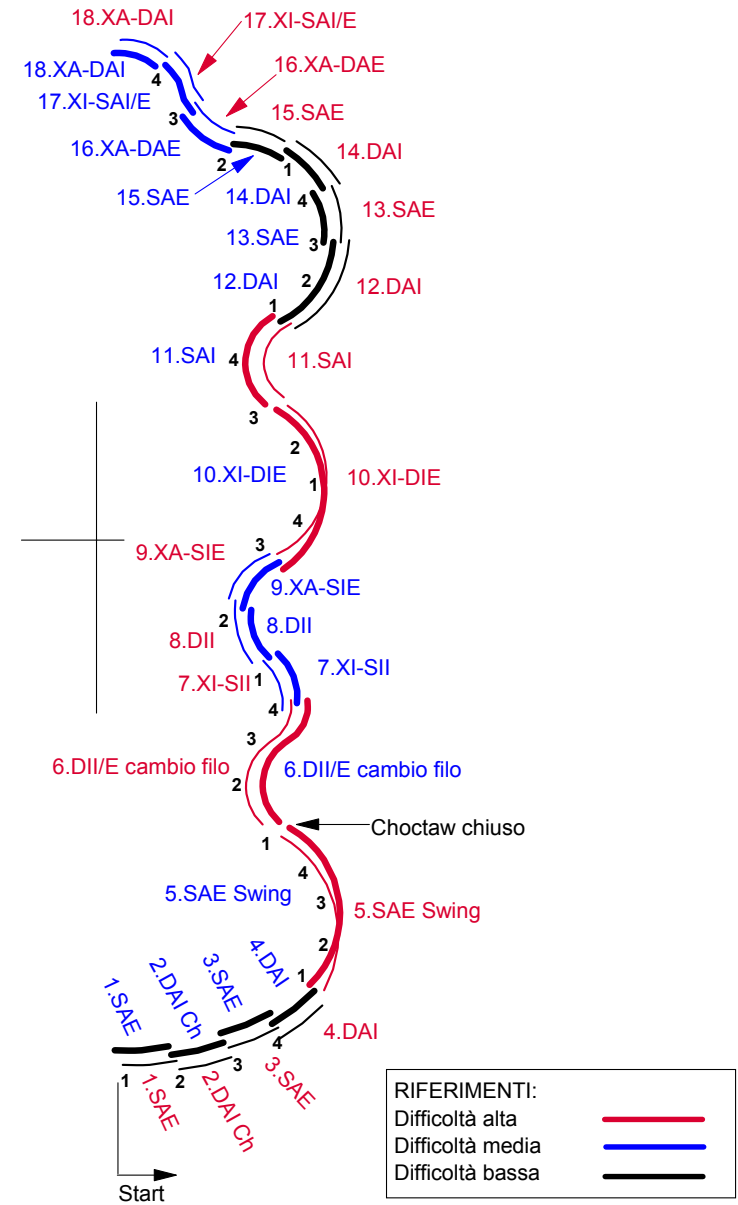
QUALSIASI DIAGRAMA E' VALIDO TUTTO DIPENDE DELLE DIMENSIONI DELLA PISTA E L'ABILITA' DEGLI ATLETI.

RIFERIMENTI:	
Difficoltà alta	—
Difficoltà media	—
Difficoltà bassa	—

FOURTEEN STEP



QUICKSTEP



I passi dal 13 al 18 incluso devono essere pattinati con leggerezza impartendo un carattere brioso ed agile.

Nel passo 17, il pattino destro deve incrociare avanti

Punti essenziali per la valutazione:

- il passo 5 deve essere eseguito con un buon filo esterno mantenuto fino all'esecuzione del Choctaw prestando attenzione al tempo;
- il Choctaw deve essere scorrevole;
- attenzione al cambiofilo sul passo 6;
- i passi 9 e 10 devono essere degli incrociati molto chiusi (vicini);
- i passi 11 e 12 devono avere dei buoni fili interni ben marcati;
- il cambiofilo del passo 17 deve essere rapido e pulito;
- la posizione Kilian ed il disegno devono essere rispettati.

Quick step

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	DAI-Ch	DAI-Ch	1
	3	SAE	SAE	1
	4	DAI	DAI	1
	5	SAE Swing	SAE Swing	4
	6	Choctaw chiuso DII/E	Choctaw chiuso DII/E	3
	7	XI-SII	XI-SII	1
	8	DII	DII	1
	9	XA-SIE	XA-SIE	1
	10	XI-DIE	XI-DIE	4
	11	SAI	SAI	2
	12	DAI	DAI	2
	13	SAE	SAE	1
	14	DAI	DAI	1
	15	SAE	SAE	1
	16	XA-DAE	XA-DAE	1
	17	XI-SAI/E	XI-SAI/E	1
	18	XA-DAI	XA-DAI	1

KEATS FOXTROT

Inventori : Eric Van Weyden e Eva Keats

Musica: Foxtrot 4/4

Tenuta: Foxtrot, Semi Valzer

Tempo: 96 battiti

Schema: Obbligato

Note:

Lo schema del Foxtrot Keats suggerisce che questa danza deve essere pattinata con fili profondi e lobi semicircolari.

Questa danza inizia in posizione aperta; i partner devono pattinare con i fianchi e le spalle ben vicine.

I passi 1, 2 e 3 sono uguali per entrambi i pattinatori e formano una sequenza composta da un Cross-chassè iniziale ed un successivo passo esterno di due battiti.

Sul passo 4, la dama accentua il terzo battito con un piegamento del ginocchio in corrispondenza del passo 4b del cavaliere.

I passi 4a e 9 del cavaliere e i passi 4 e 9 della dama sono dei Cross-roll.

Il passo 5 è un cross-roll avanti per la dama ma non per il cavaliere. Entrambi i partner devono rimanere in posizione chiusa fino alla fine del passo 8, durante il quale il cavaliere; si sposta di fianco alla dama per eseguire il passo 9 (XA - DAE Tre) quasi in posizione esterna con le spalle destre vicine ed in linea. I passi 6, 7 e 8 sono dei progressivi. La posizione Chiusa viene ripresa al passo 10.

I passi del cavaliere 11a e 11b sono dei progressivi, contemporaneamente la dama esegue un mohawk chiuso (passi 11 e 12). Nel passo 11 (SAE) la sua gamba libera non deve oscillare, ma dopo averla tenuta estesa indietro deve portare il piede libero in basso di fianco al tacco del pattino portante (tenere il pattino libero ben ruotato sull'esterno) durante il secondo battito del passo 11 e quindi, appoggiarlo sulla pista al battito uno del passo 12 sul filo esterno del pattino portante.

Sul passo 12, entrambe le gambe libere sono stese all'avanti e successivamente vengono abbassate affinché, alla fine del quarto battito, siano tacco contro tacco con il pattino portante pronte per l'esecuzione del Choctaw (passo 13) sul filo avanti interno.

Il passo 13 deve essere pattinato partendo dalla posizione di tacco contro tacco. Deve essere prestata attenzione per evitare che i passi 13 e 14 vengano pattinati con l'appoggio dei pattini troppo lontani e quindi larghi o addirittura con dei piccoli balzi.

Durante la competizione deve essere sempre presentato il disegno doppio del Keats Foxtrot. Il disegno singolo può essere eseguito in piste con dimensioni inferiori a mt. 20 x 40, in ogni caso bisogna utilizzare la superficie massima possibile.

Punti essenziali per la valutazione:

- rispetto delle posizioni e del disegno richiesto
- esecuzione corretta del passo 2 (Cross Chassé)
- attenzione al filo esterno dei passi 4/b e 10.
- i passi incrociati, 4-5 e 9, devono essere ben chiusi.
- i passi 6,7 e 8 devono essere veramente dei passi progressivi.
- attenzione al Mohawk della Dama nel passo 11;
- i passi che 13 e 14 devono avere buoni fili interni.

KEATS FOXTROT

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Foxtrot	1	SAE	1	SAE	1
	2	XI-DAI	1	XI-DAI	1
	3	SAE	2	SAE	2
	4a	XR- DAE	1	XR- DAE	4
		3 DII	1		
Valzer	4b	SIE	2	XR- SAE 3 -SII	1 1
	5	DIE	2		
	6	SAE	1	DIE	1
	7	DAI	1	SII	1
	Aperta	8	SAE	2	DIE
9		XR- DAE-3 -DII	1 1	XR- SIE	2
Valzer	10	SIE	2	DAE	2
	11a	DIE	1	SAE Mohawk chiuso	2
	11b	SII	1		
Foxtrot	12	DIE	4	DIE	4
	13	SAI	2	SAI	2
	14	DAI	2	DAI	2

QUICKSTEP

Inventori : Reginald Wilkie e Daphne Wallis

Musica: Vivace marcia militare 2/4
Tenuta: Kilian

Tempo: 112 battiti
Schema: Obbligato

Note:

I partners danzano in posizione Kilian.

I passi della danza sono gli stessi per l'uomo e la donna.

La danza deve essere pattinata in perfetta aderenza con il tempo musicale, velocità e brio, e con carattere brillante.

Il passo 2 è un Chassé.

Il passo 4 è un progressivo

Il passo 5 è un SAE di quattro battiti e forma la prima parte di uno Swing- Choctaw. Prima della rotazione sul passo 5, la dama deve essere contro l'anca del cavaliere seguendo il suo tracciato.

Il passo 6 è un cambiofilo DII / E di tre battiti. La gamba libera viene prima estesa in avanti sul 1° battito, poi il pattino viene affiancato al pattino portante sul 2° battito, e poi viene fatto oscillare verso l'esterno per facilitare l'esecuzione del cambiofilo sul 3° battito che deve essere ben definito.

I restanti passi (7,8 e 9) devono essere eseguiti vivacemente con i fili i più profondi possibili.

Il passo 7 è un incrociato indietro.

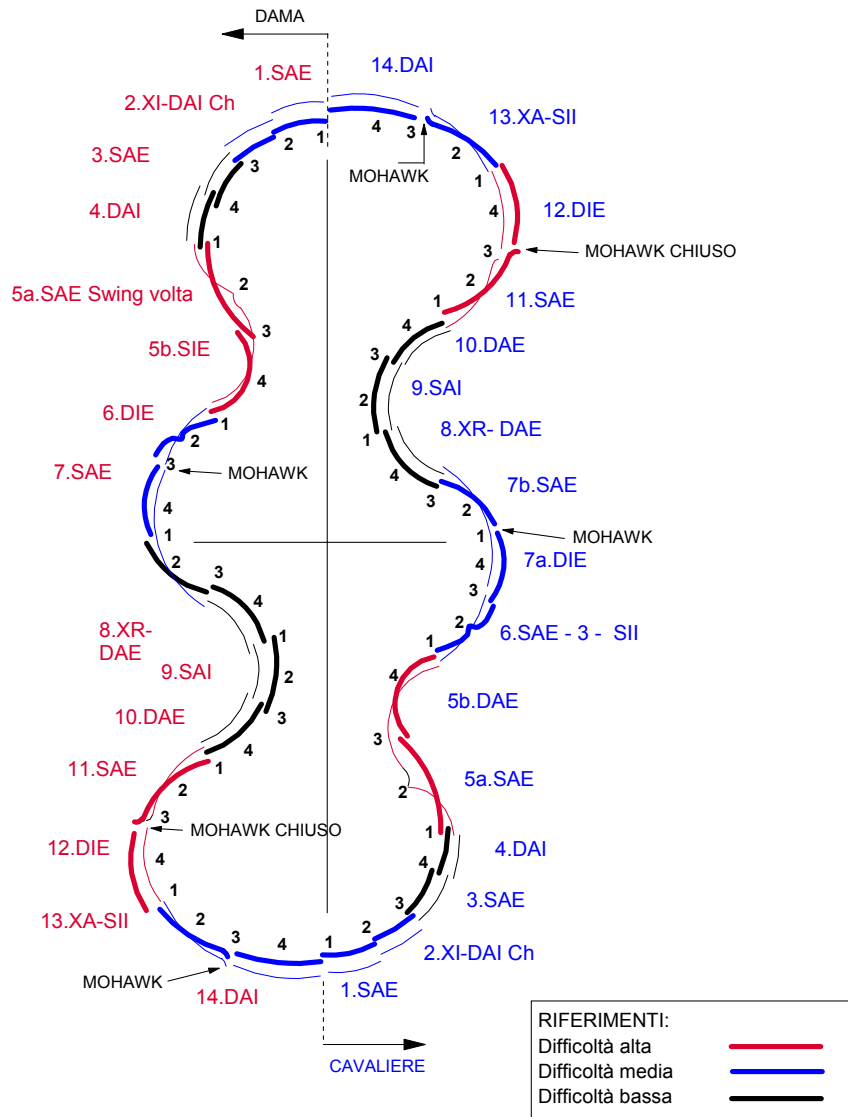
Il passo 10 (DIE) nonostante duri quattro battiti inizia con un filo leggero ma con buon piegamento del ginocchio.

Il passo 14 è un progressivo.

Per avere una ottima esecuzione della danza i partners devono rimanere molto vicini e fianco a fianco, con il fianco destro dell'uomo contro il fianco destro della donna.

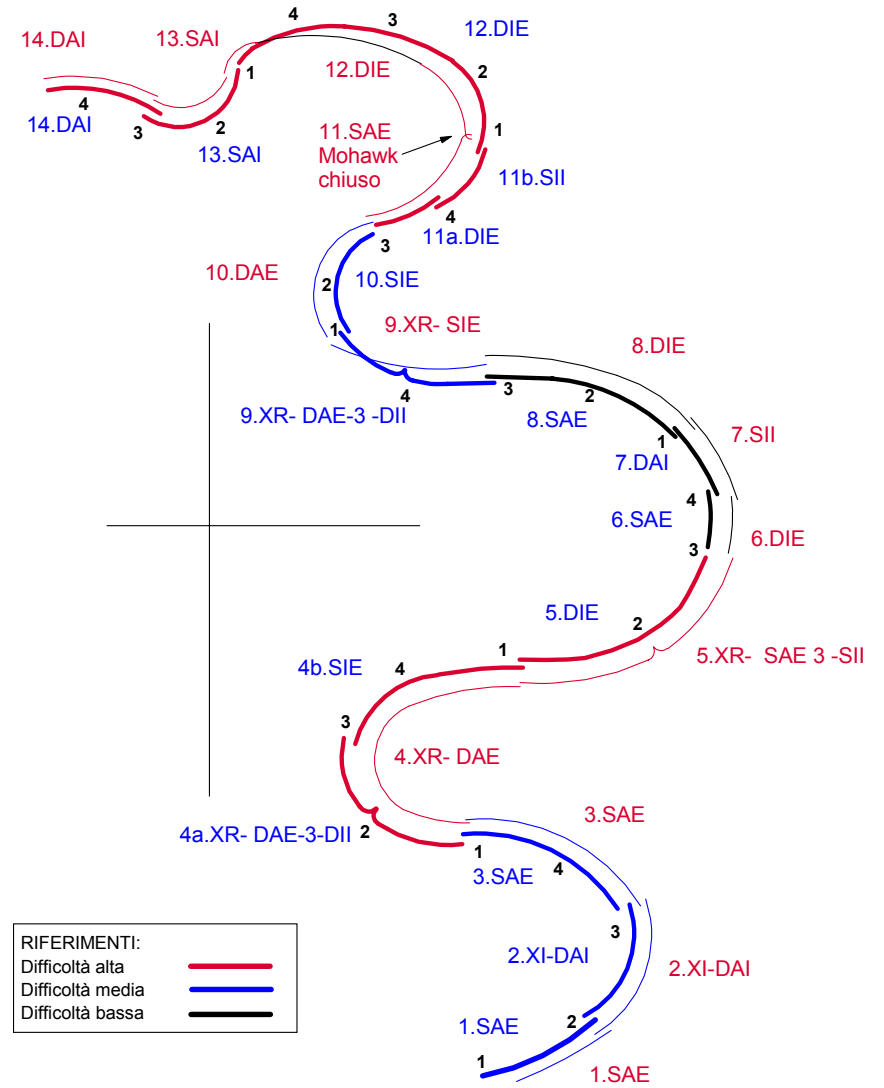
Molti pattinatori esperti hanno difficoltà ad eseguire il Choctaw aperto per passare dal filo DIE al filo SAI (passi 10 e 11), ma se il DIE è ben controllato e la dama non si sposta davanti al cavaliere, l'esecuzione di questo passaggio dovrebbe risultare fluida.

ROCKER FOXTROT

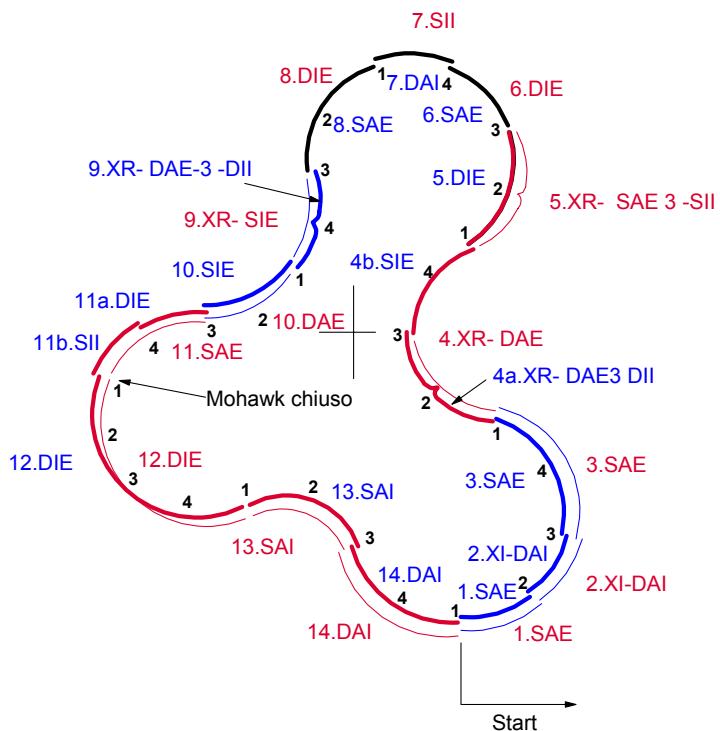


DISEGNO "A"

KEATS FOXTROT



KEATS FOXTROT



QUESTO DISEGNO VERRA' ESEGUITO IN CASO DI PISTE DI DIMENSIONI PICCOLE.

RIFERIMENTI:	
Difficoltà alta	—
Difficoltà media	—
Difficoltà bassa	—

DISEGNO "B"

altrimenti questo potrebbe causare una caduta. Le spalle devono essere ben ruotate per agevolare le posizioni di entrambi.

Dopo il Mohawk, i partner non devono fermare il movimento, ma continuare ad eseguire una lenta rotazione in senso orario durante i passi 12 e 13 per essere all'avanti nel passo 14, pronti per la ripetizione della danza.

Il passo 13 SII è per entrambi i pattinatori un incrociato avanti.

Punti essenziali per la valutazione:

- rispetto delle posizioni richieste e del disegno;
- buona esecuzione del passo 2, Cross chassé;
- il Rocker (Volta) deve avere un filo molto forte;
- i Passi 5 e 6 per il cavaliere devono avere fili pronunciati;
- il passo 11 deve avere un buon filo esterno;
- buona esecuzione del Mohawk (passi 11,12).

ROCKER FOXTROT

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Foxtrot	1	SAE	1	SAE	1
	2	XI-DAI-Ch	1	XI-DAI-Ch	1
	3	SAE	1	SAE	1
	4	DAI	1	DAI	1
	5A	SAE	2	SAE Swing volta	1
Valzer	5B	DAE	2	SIE	3
	6	SAE-3- SII	1	DIE	2
Foxtrot	7A	DIE	2		
	7B	SAE	2	SAE	4
	8	XR-DAE	2	XR-DAE	2
	9	SAI	2	SAI	2
	10	DAE	2	DAE	2
	11	SAE	2	SAE	2
	12	DIE mohawk chiuso	2	DIE mohawk chiuso	2
	13	XA-SII	2	XA-SII	2
	14	DAI	2	DAI	2

ROCKER FOXTROT

Inventori : Eric Van Weyden e Eva Keats

Musica: Foxtrot 4/4
Tenuta: Foxtrot e Valzer

Tempo: 104 battiti
Schema: Obbligato

Note:

Il Rocker Foxtrot inizia sull'asse longitudinale del lato corto della pista (fine pista) e forma tre lobi verso la barriera del lato lungo e due verso il centro; la sequenza si ripete non appena i pattinatori attraversano l'asse longitudinale dalla parte opposta rispetto alla partenza. Un giro di pista, quindi, è composto da due sequenze della danza.

I passi dall'1 al 4 sono gli stessi per la dama e per il cavaliere e consistono in un Cross-chassè (passo 2) seguito da un progressivo sul passo 4 pattinato in posizione Aperta.

Il passo 5 per la dama è una SAE **Volta** di quattro battiti eseguito mentre il cavaliere pattina un SAE di due battiti, seguito da un DAE sempre di due battiti. La Volta è eseguita con uno Swing della gamba libera che la rende di più facile esecuzione rispetto alla Volta delle figure degli obbligatori.

La gamba libera deve partire da dietro ed essere lanciata avanti sul secondo battito oppure, può passare all'avanti più lentamente.

La Volta viene eseguita dopo che il piede libero ha oltrepassato il piede portante distendendosi in avanti con l'inversione esattamente sul 2° battito, con un morbido piegamento del ginocchio portante della dama contemporaneamente al piegamento del ginocchio del cavaliere sul filo DAE (passo 5b) eseguito sul terzo battito. Dopo la Volta, la gamba libera della dama può essere tenuta dietro, oppure può essere portata in avanti allineata con la gamba libera del cavaliere.

Durante la Volta, la posizione Foxtrot iniziale cambia in posizione Walzer e viene poi mantenuta fino al passo 7b per poi riprendere e rimanere in posizione aperta (Foxtrot). Nel passo 6 (SAE - Tre) il cavaliere non deve eseguire un Cross-roll ma rimanere esattamente in posizione opposta al suo partner già all'inizio di questo passo.

I passi 11 e 12 sono dei Mohawk chiusi esterni per entrambi i partner eseguiti senza oscillazioni della gamba libera. La gamba libera viene dapprima estesa dietro e poi viene portata con la punta del piede ben ruotata verso l'esterno (extrarotazione) accanto al tacco e del piede portante. A questo punto bisogna fare attenzione che il cavaliere non curvi esageratamente il SAE (passo 11) rispetto alla curva della dama, in quanto entrambi i partners devono rimanere di fianco, e non uno davanti all'altro,

SIESTA TANGO

Inventore : George Muller

Musica: Tango 4/4
Tenuta: Kilian e Kilian reverse

Tempo: 100 battiti
Schema: Obbligato

Note:

Per permettere ai partners un buon cambio delle posizioni è raccomandato l'uso della Tenuta con il **"pollice perno"** le mani della dama sono tenute sopra a quelle del cavaliere con il pollice inserito nella presa (pugno) del cavaliere.

I passi 1, 2 e 3 sono una sequenza di Cross-chassè.

Il passo 6 è un DAE incrociato avanti. La gamba libera deve essere tenuta dietro.

Il passo 7 è un SAI incrociato dietro. La gamba è tenuta bassa appoggiando ed incrociando il tracciato tenendo i piedi vicini.

Nel passo 8 (DAE/I Swing) la gamba libera viene passata avanti al terzo battito e nuovamente passata dietro al quinto battito, in linea con il tracciato. Il cambiofilo deve essere effettuato al quinto battito.

Il passo 10 (DAI) deve essere pattinato appoggiando il pattino libero lateralmente al pattino tracciante.

Il passo 11 (SII) è un Mohawk aperto: il pattino libero deve essere appoggiato a contatto del tallone (**tacco-tacco**) del pattino portante e non deve essere incrociato. Dopo il Mohawk, la gamba libera deve essere portata dietro ben distesa (questo è un movimento che deve essere particolarmente caratterizzato) e quindi, rapidamente riavvicinata alla gamba portante per preparare il passo successivo; questi due movimenti devono essere eseguiti in un battito di musica.

Durante i passi 10 e 11 i partner cambiano la posizione Kilian Reverse in Kilian (la Tenuta del "pollice perno" dovrebbe rendere più agevole lo spostamento). I partners devono stare vicini durante l'esecuzione di questi passi.

I passi 12 e 13 sono progressivi e devono iniziare appoggiando il pattino libero lateralmente al pattino portante.

Durante il passo 15 (XA-SII), i partner preparano il cambio dalla posizione Kilian alla Kilian Reverse per essere pronti ad effettuare il passo 16 (DAI). Anche durante questo movimento i partner devono stare vicini, aiutandosi con la tenuta del "pollice perno".

Punti essenziali per la valutazione:

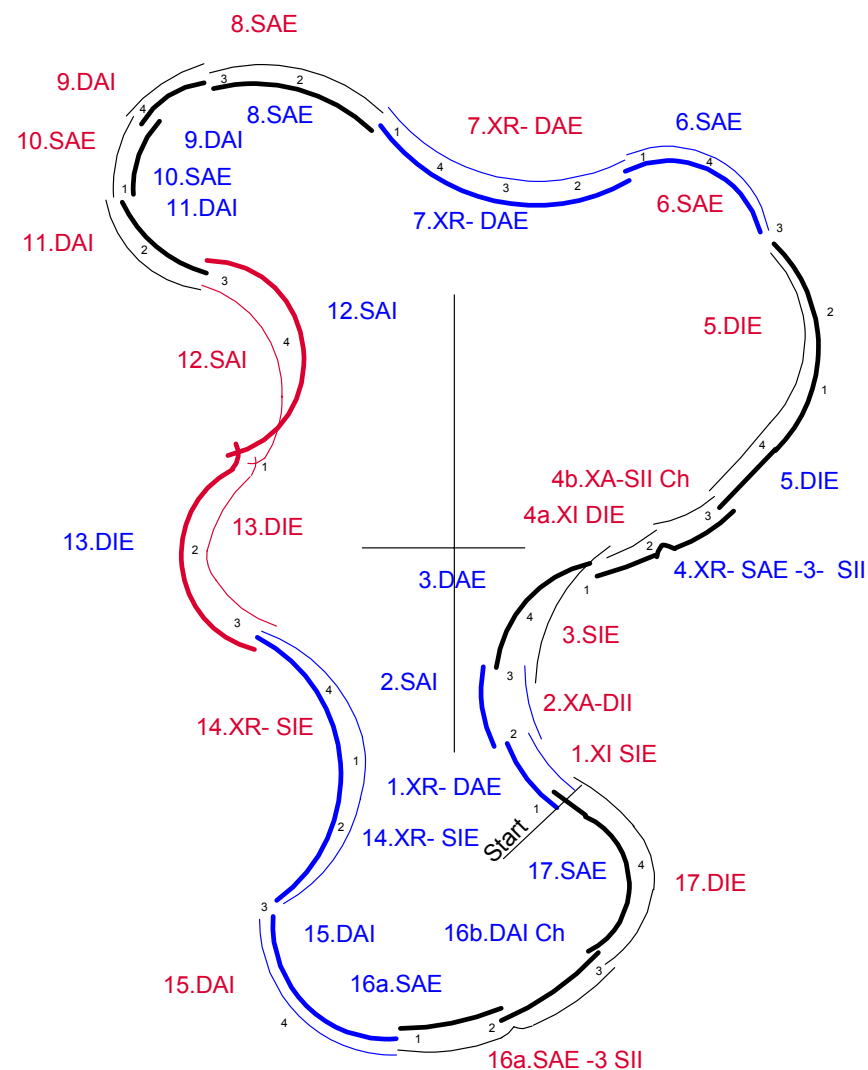
- accurato rispetto delle posizioni prescritte e dello schema;
- buona esecuzione del Cross-chassè (passo 2);
- il filo del passo 5 deve essere un esterno ben mantenuto;
- il cambiofilo del passo 8 deve essere pulito e ben marcato;
- prestare attenzione al rispetto del tempo musicale durante l'esecuzione del Mohawk aperto (passi 10 e 11); la gamba che si libera (quella destra) deve essere rapidamente distesa all'indietro;
- la sequenza di passi dall'11 al 16 non deve risultare "piatta", ma eseguita sui fili richiesti.

Siesta Tango

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Rev.Kilian	1	SAE	SAE	1
	2	XI-DAI ch	XI-DAI ch	1
	3	SAE	SAE	1
	4	DAI	DAI	1
	5	SAE	SAE	2
	6	XA-DAE	XA-DAE	2
	7	XI-SAI	XI-SAI	2
	8	DAE/I	DAE/I	6
	9	SAE	SAE	2
	10	DAI	DAI	1
Kilian	11	SII mohawk aperto	SII mohawk aperto	1
	12	DIE	DIE	2
	13	SII	SII	2
	14	DIE	DIE	1
Rev.Kilian	15	XA-SII	XA-SII	1
	16	DAI	DAI	2

THE BLUES



RIFERIMENTI:	
Difficoltà alta	—
Difficoltà media	—
Difficoltà bassa	—

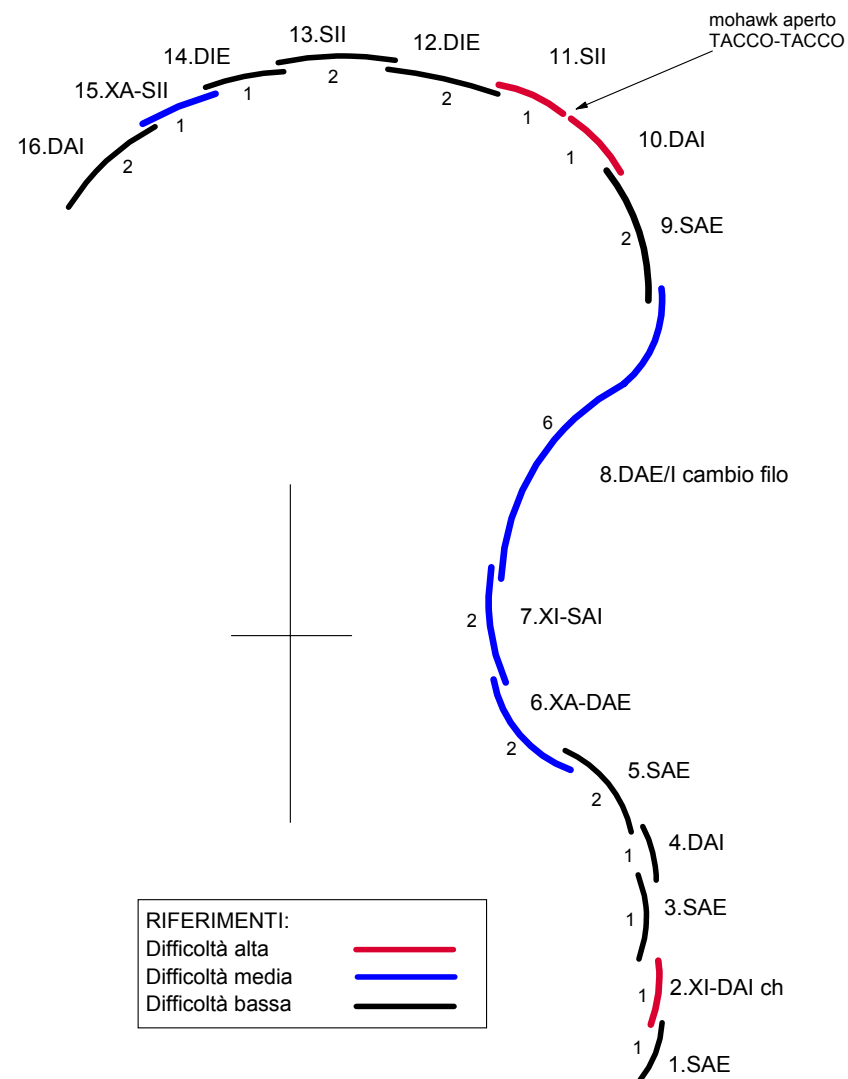
Punti essenziali per la valutazione

- rispetto delle posizioni previste e del disegno;
- i passi 6 e 7 devono essere eseguiti con buoni fili esterni;
- i passi 11 e 12 sono dei fili interni ben marcati;
- attenzione ai Choctaw (passi 12 e 14);
- il filo del passo 15 deve essere un forte interno con spinta che inizia vicino al piede portante.

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Valzer	1	XR-DAE	1	XI-SIE	1
	2	SAI	1	XA-DII	1
	3	DAE	2	SIE	2
Tango	4a	XR-SAE -3- SII	2	XI-DIE	1
	4b			XA-SII-Ch	1
Foxtrot	5	DIE	4	DIE	4
	6	SAE	2	SAE	2
	7	XR-DAE	4	XR-DAE	4
	8	SAE	2	SAE	2
	9	DAI	1	DAI	1
	10	SAE	1	SAE	1
	11	DAI	2	DAI	2
	12	SAI	2	SAI	2
	13	DIE Choctaw chiuso	2	DIE Choctaw chiuso	2
	14	XR- SIE	4	XR-SIE	4
Valzer	15	DAI	2	DAI	2
	16a	SAE	1	SAE -3	1
	16b	DAI-Ch	1	SII	1
	17	SAE	2	DIE	2

SIESTA TANGO



ASSOCIATION WALTZ

Inventori : Adattato da Valzer Imperiale (L.Gowing) da Ronald E.Gibbs

Musica: Valzer 3/4

Tenuta: Valzer (eccetto passi 12 e 25)

Tempo: 132 battiti

Schema: Obbligato

Note:

I passi 1, 2, 3 e 14, 15, 16 sono sequenze di Chassè. Nei passi 3 e 16 le gambe libere dei partner devono eseguire uno Swing (dall'indietro all'avanti per chi sta andando avanti e viceversa) sul quarto battito.

Il passo 4 è un Tre per il cavaliere mentre la dama esegue un Mohawk avanti, seguendo il cavaliere. Nei passi 5 e 18 le gambe libere dei partner devono eseguire uno Swing (dall'indietro, all'avanti per chi sta andando avanti e viceversa) sul quarto battito.

I passi 6, 7, 8, 9 e 19, 20, 21, 22 sono delle sequenze di passi progressivi eseguiti sui battiti 1 - 2 - 3 - 1, (si deve prestare molta attenzione rispetto del tempo) I passi 9 e 22 devono essere iniziati e spinti appoggiando il pattino libero lateralmente al pattino tracciante.

I passi 9, 10 e 11 comprendono uno Chassè per il cavaliere ed un Mohawk aperto (tacco contro tacco) per la dama.

NOTA : il tempo di esecuzione dei passi è di due battiti per il passo 9, di un battito per il passo 10 e di tre battiti per il passo 11.

Nel passo 12, il cavaliere esegue, appoggiando il pattino libero lateralmente al pattino tracciante, un DAI di tre battiti. Contemporaneamente la dama esegue un Tre davanti al cavaliere passando sotto il suo braccio sinistro e mantenendo la Tenuta. A questo punto i partner cambiano posizione così che i passi risultano rovesciati. Nel passo 13 il cavaliere esegue un Tre per oltrepassare la dama; il passo della dama deve seguire il cavaliere. Il passo 17 è un Tre per la dama.

I passi 22, 23 e 24 comprendono uno Chassè per la dama, ed un Mohawk aperto (tacco- tacco) per il cavaliere.

NOTA: il tempo di esecuzione di passi è di due battiti per il passo 22, un battito per il passo 23 e tre battiti per il passo 24.

Nel passo 25, la dama esegue, appoggiando il pattino libero lateralmente al pattino tracciante, un DAI di tre battiti. Nel frattempo il cavaliere esegue un Tre davanti alla dama senza tenere le mani.

Nel passo 26 la dama esegue un Tre per oltrepassare il cavaliere.

NOTA: La posizione Chiusa deve essere mantenuta per tutta la danza e le gambe libere devono essere ben sincronizzate. Deve essere evitata la posizione Semichiusa.

THE BLUES

Inventori : Robert Dench e Lesley Turner

Musica: Blues 4/4

Tenuta: Foxtrot, Valzer, Tango

Tempo: 88 battiti

Schema: Obbligato

Note:

Il passo 1 per il cavaliere è un Cross-roll DAE mentre la dama esegue un SIE incrociato indietro (passo 1) ed un DII incrociato avanti (passo 2).

Il passo 2 del cavaliere (SAI) **non è incrociato** poiché fa parte di una sequenza di progressivi che si concludono con il passo 3 (DAE).

Il Tre del cavaliere (passo 4) deve essere eseguito senza aumentare la velocità. Durante questo tre di due battiti la dama esegue due passi all'indietro di un battito ciascuno (4a e 4b) in particolare il secondo e già incrociato all'inizio. Sulla rotazione del cavaliere c'è il cambio di posizione in foxtrot che viene mantenuta fino al passo 16.

Il passo 5 (DIE) è un buon esterno di 4 battiti eseguito da entrambi i partners seguito, dopo l'inversione di marcia, da un SAE di due battiti. Questo passo inizia sul 3° battito.

Il passo 7 è per ambedue un Cross-roll DAE con un profondo filo esterno.

I passi dal 8 all'11 formano una sequenza di passi progressivi eseguiti con un'inusuale ritmo che deve essere rispettato prestando molta attenzione.

I passi 12 e 13 costituiscono un Choctaw chiuso con un'uguale angolo di curvatura di questi due fili; evitando oscillazioni della gamba libera prima del Choctaw. Il Choctaw deve essere eseguito nel modo più pulito possibile, con il nuovo piede portante che prende contatto col terreno direttamente sotto il baricentro del corpo.

Il passo 14 è un incrociato indietro per entrambi i partner (XI - SIE)

I passi dal 15 al 17 formano un lobo di tre passi per la dama e di quattro passi (passo 16a e 16b) per il cavaliere.

Durante il Tre della dama (passo 16) il cavaliere esegue un SAE - DAI Chassè e quindi i partner si uniscono in posizione Chiusa. La danza riparte dopo il passo 17 (SAE) per il cavaliere e DAE per la dama di due battiti.

HARRIS TANGO

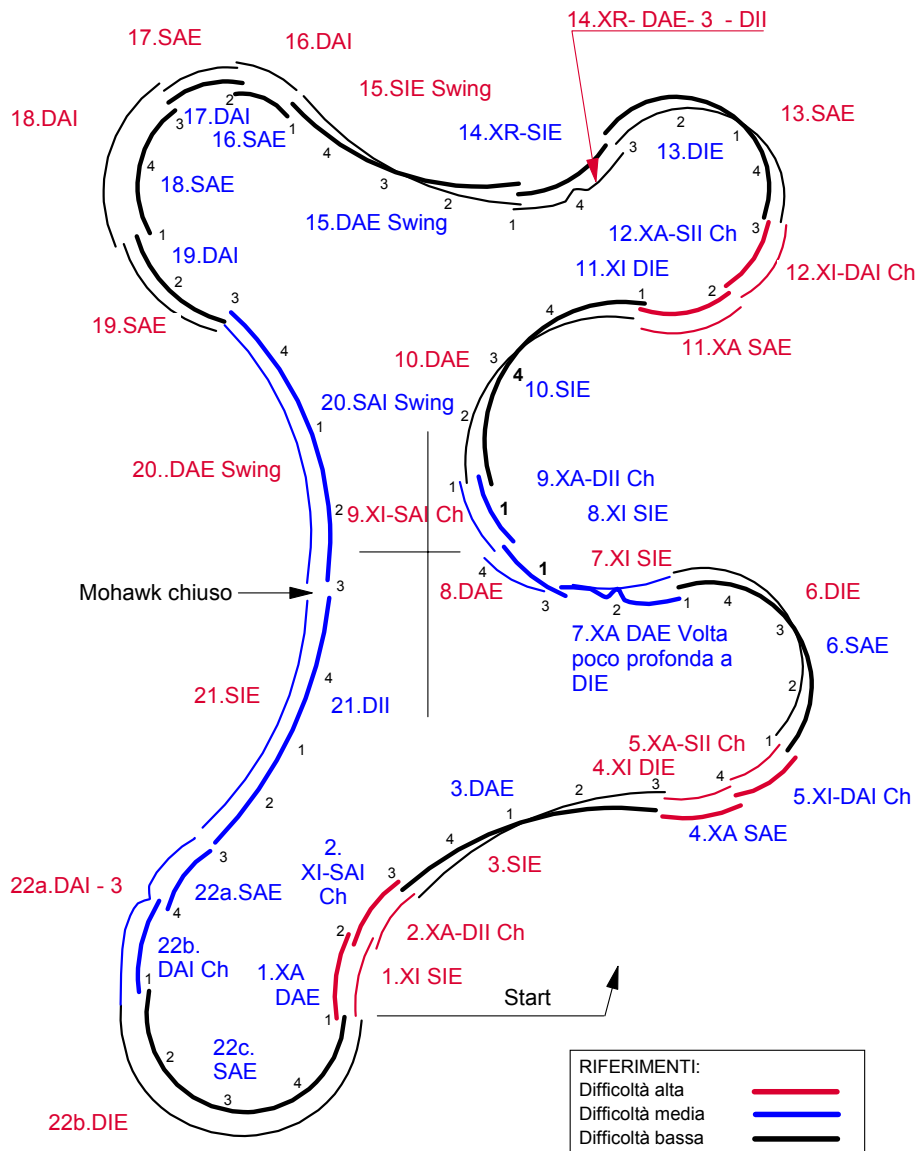
ASSOCIATION WALTZ

Punti essenziali per la valutazione:

- corretta esecuzione degli Chassè;
- il filo dei passi 3, 5, 16 o 18 deve essere un buon filo esterno;
- attenzione al tempo nelle sequenze di passi 6-7-8-9 e 19-20-21-22;
- attenzione al tempo nelle sequenze di passi 11-12-13 e 24-25-26. La distanza tra i partner deve essere mantenuta costante;
- i Mohawks devono essere tacco-tacco;
- rispetto delle posizioni richieste e dello schema.

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti	
Valzer	1	SAE	DIE	2	
	2	DAI-Ch	SII-Ch	1	
	3	SAE Swing	DIE Swing	6	
	4	DAE - 3 - DII	SIE	3	
	5	SIE Swing	DAE Swing	6	
	6	DIE	SAE	1	
	7	SII	DAI	1	
	8	DIE	SAE	1	
	9	SAE	DAI	2	
	10	DAI-Ch	SII Mohawk	1	
	11	SAE	DIE	3	
Vedi Note	12	DAI	SAE - 3 - SII	3	
Valzer	13	SAE - 3 - SII	DIE	3	
	14	DIE	SAE	2	
	15	SII-Ch	DAI-Ch	1	
	16	DIE Swing	SAE Swing	6	
	17	SIE	DAE - 3 - DII	3	
	18	DAE Swing	SIE Swing	6	
	19	SAE	DIE	1	
	20	DAI	SII	1	
	21	SAE	DIE	1	
	22	DAI	SAE	2	
	23	SII Mohawk	DAI-Ch	1	
	vedi Note	24	DIE	SAE	3
	Valzer	25	SAE - 3 - SII	DAI	3
		26	DIE	SAE - 3 - SII	3



Di seguito si eseguono uno Swing da un Mohawk chiuso, per il cavaliere da SAI a DII (passi 20 e 21) e per la dama da DAE a SIE (passi 20 e 21) ciascuno di quattro battiti musicali.

Nel Passo successivo (passo 22) la dama esegue un DAI -Tre in un battito musicale, rimanendo poi sul DIE per cinque battiti. Durante l'esecuzione del tre il cavaliere esegue uno Chassè (passi 22a e 22b di un battito) seguito da un SAE di quattro battiti (passo 22c).

Punti essenziali per la valutazione:

- rispetto delle posizioni prescritte e del disegno;
- attenzione all'esecuzione dei vari Cross-chassè;
- la Volta del cavaliere, passo 7 deve un filo esterno corto ben marcato;
- il passo 15 deve essere un buon esterno e ben tenuto;
- il passo 19 non deve essere incrociato;
- la sequenza di passi 20 e 21 deve essere eseguita con buoni fili e durante il Mohawk chiuso la coppia deve rimanere vicina, fianco a fianco.

EUROPEAN WALTZ

Inventore : Ignoto

Musica: Valzer 3 /4

Tenuta: Valzer

Tempo: 120 battiti

Schema : Obbligato

Note:

Il passo base del Valzer Europeo consiste di un Tre avanti esterno, un filo esterno indietro e un filo avanti esterno per il cavaliere mentre la dama esegue il filo esterno indietro.

Questi fili disegnano dei lobi semicircolari formati dai tre ed iniziano dal lato lungo della pista verso l'asse longitudinale e successivamente dal centro verso la barriera. I lobi centrali sono collegati con i grandi lobi delle curve formati da tre o più sequenze di tre avanti esterni, e di passi esterni indietro per ciascun partner. Tutti i fili iniziano con un piegamento del ginocchio del piede tracciante con leggero anticipo delle spalle corrispondenti.

Il Tre del cavaliere all'inizio di ogni lobo deve incominciare con un Cross-roll. I tre devono essere eseguiti tra i piedi del partner.

Nella rotazione del tre il fianco è ruotato verso il partner ed è in linea con il pattino tracciante.

Il fianco libero è spinto dietro in modo tale che la punta del piede libero sia girata verso il basso ed extraruotata ed in linea, e poi nel tre leggermente dietro al piede portante (e non laterale). Successiva rotazione delle spalle nel tre e contemporanea distensione del ginocchio sul 3° battito, con il peso equamente distribuito sul pattino, e con torsione finale verso il fianco libero che porta le spalle in linea al pattino tracciante. Dopo l'inversione bisogna controllare spalle e fianchi per impedire una eccessiva rotazione. I tre devono essere puliti ed eseguiti all'interno del piede portante dei partner. Dopo il tre il piede libero deve essere appoggiato vicino (senza cadere) leggermente indietro rispetto al piede portante.

I pattinatori eseguono questa danza in posizione chiusa, e tutte le spinte devono essere eseguite perfettamente uno di fronte all'altro.

La rotazione reciproca di ciascun partner deve essere continua e fluida durante ciascun lobo e di direzione contraria all'inizio di ogni nuovo lobo.

EUROPEAN WALTZ

Punti essenziali per la valutazione.

- rispetto delle posizioni e del disegno obbligato;
- attenzione che i tre devono essere ruotati tra i piedi dei partners;
- attenzione ai cross roll del cavaliere ed ai roll della dama;
- rispetto del tempo.

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Valzer	1	SAE	DIE	3
	2	XR- DAE-3- DII	SIE	3
	3	SIE	DAE -3- DII	3
	4	DAE	SIE	3
	5	XR- SAE-3- SII	DIE	3
	6	DIE	SAE -3- SII	3
	7	SAE -3- SII	DIE	3
	8	DIE	SAE -3- SII	3
	9	SAE -3- SII	DIE	3
	10	DIE	SAE -3- SII	3
	11	SAE -3- SII	DIE	3
	12	DIE	SAE -3- SII	3

HARRIS TANGO

Inventori : Paul Krechow e Trudy Harris

Musica: Tango 4/4
Tenuta: Tango, Tango Reverse,
Foxtrot, Valzer

Tempo: 100 battiti
Schema: Obbligato

Note:

I passi di inizio devono essere in posizione esterna con la dama alla destra del cavaliere. Il primo passo parte in direzione della linea mediana della pista. Il cavaliere pattina un incrociato avanti DAE (passo 1) e un Cross-chassè DAI (passo 2), ognuno di un battito, mentre la dama esegue un incrociato indietro DIE e un Cross-chassè DII.

Questi passi veloci sono seguiti da un DAE di quattro battiti per il cavaliere e SIE per la dama (passo 3), alla fine del quale lei si sposta dalla destra del cavaliere alla sua sinistra.

Il lobo successivo consiste nella stessa sequenza per ogni partner (passi 4, 5 e 6), ma vengono eseguiti con il piede opposto.

Il terzo lobo inizia con un XA-DAE di due battiti in cui il cavaliere esegue una volta poco profonda (passo 7) seguita da un XI-SIE (passo 8) e da un DII Cross-chassè (passo 9), di un battito ciascuno. La dama pattina un XI-SIE di due battiti (passo 7) seguito da un DAE (passo 8) e da un XI-SAI (passo 9) di un battito ciascuno. Entrambi i partner poi, eseguono un SIE di quattro battiti (passo 10) per il cavaliere e un DAE per la dama, che si sposta dalla sua destra alla sua sinistra.

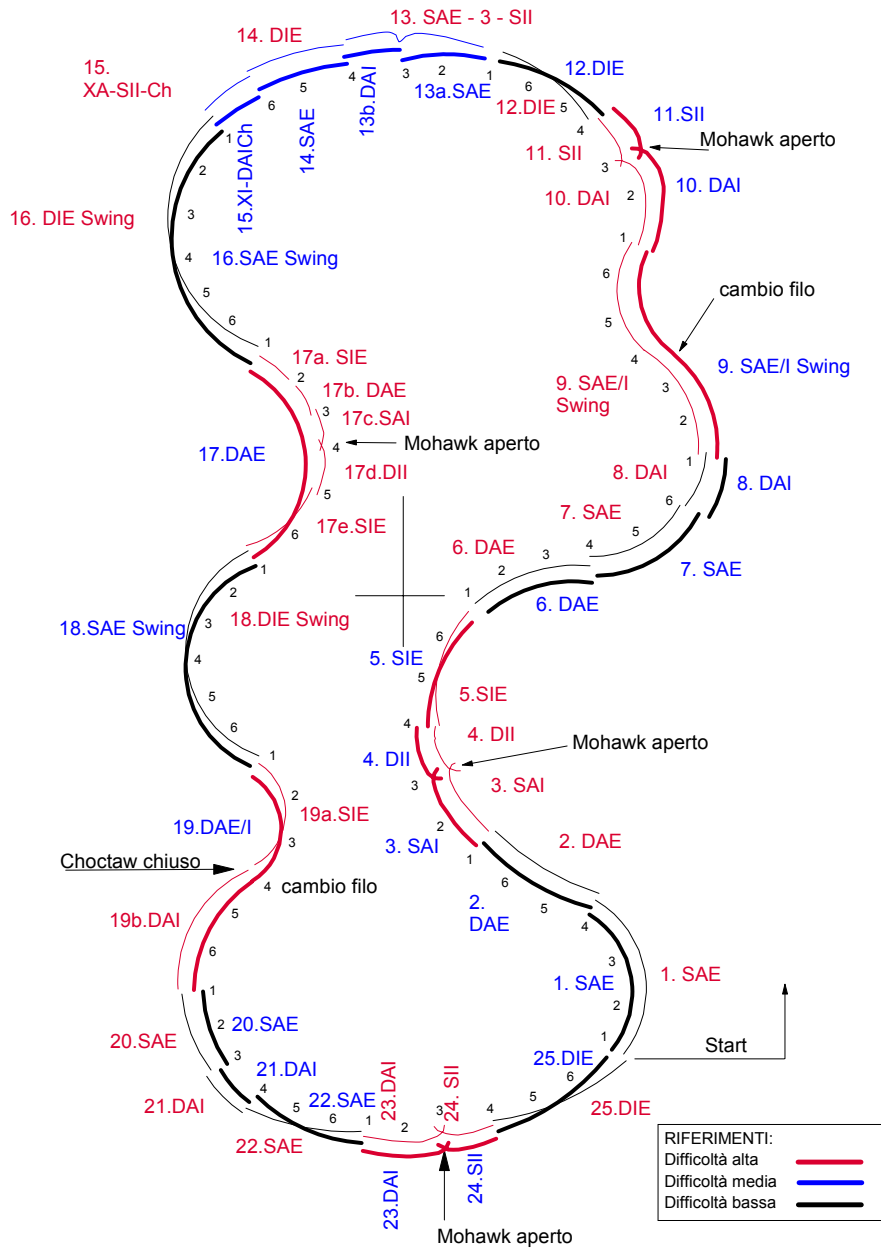
Segue un passo incrociato che è un Cross-chassè, ognuno di un battito (passi 11 e 12) quindi un filo di quattro battiti (passo 13) verso la barriera. Il passo 14 per la dama è un Cross-roll DAE - Tre di due battiti in direzione della linea mediana della pista, mentre il cavaliere pattina un Cross-roll poco profondo SIE di due battiti (passo 14). Il cavaliere poi si gira all' avanti per eseguire un filo DAE di quattro battiti (passo 15) corrispondente al SIE della dama.

Gli incroci ed i Cross-Chassè dei lobi precedenti dovrebbero essere pattinati con curve leggere mentre spesso la lunghezza e la profondità dei fili portano i danzatori verso il fondo della pista. Il tutto dipende dalle dimensioni della pista, di conseguenza i Cross.-Chassè possono essere a volte più angolati e perpendicolari alla barriera, ma in ogni caso la coppia non deve mai arretrare durante questi passi.

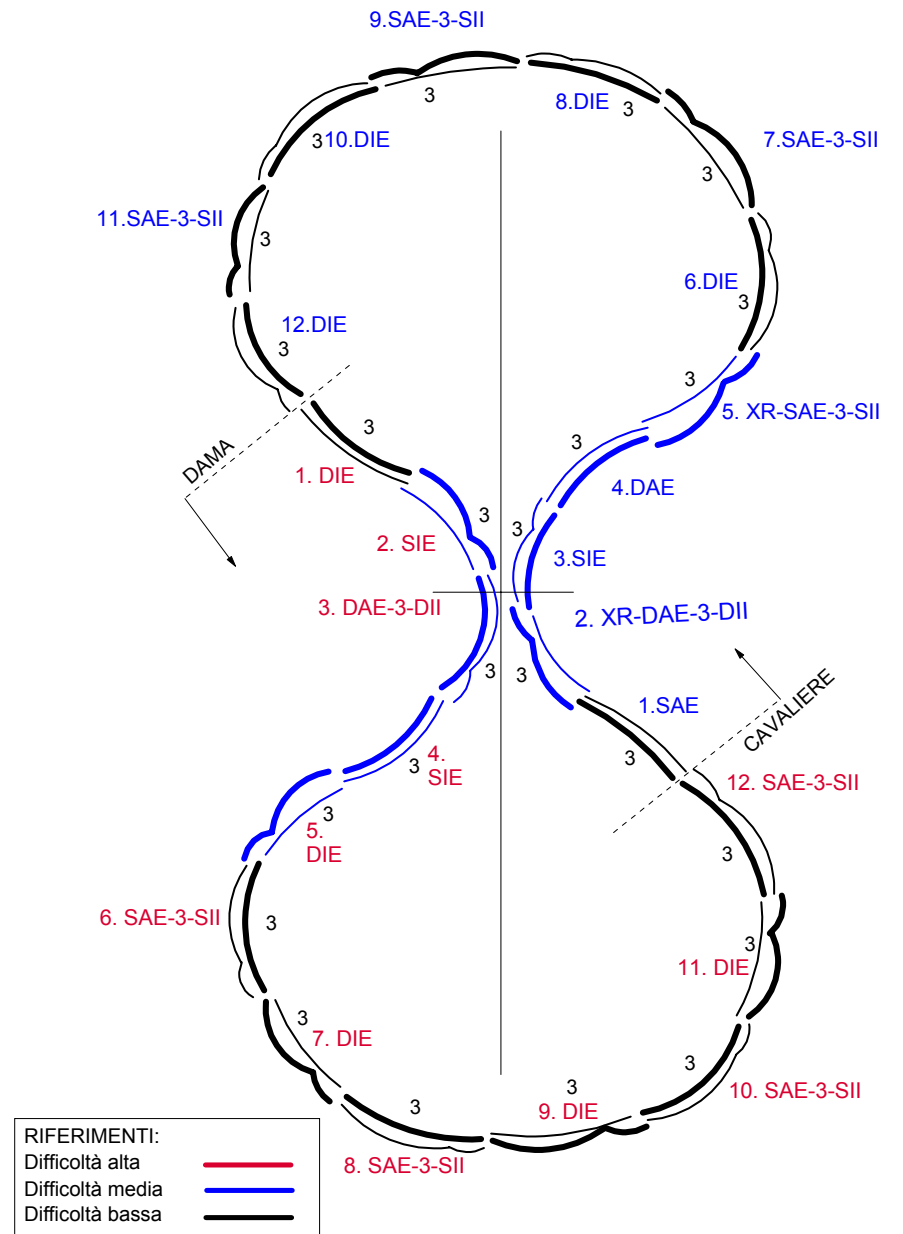
Nei passi 3, 6 e 10 di quattro battiti ciascuno, il piede libero, sia per la dama che per il cavaliere, deve rimanere esteso e in posizione almeno fino alla fine del al terzo battito, per poi chiudersi in posizione End in preparazione dello spostamento dei due partner.

I partner proseguono in posizione Foxtrot con due passi veloci e poco profondi di un battito ciascuno (passi 16 e 17) e con due passi più lenti di due battiti ciascuno (passi 18 e 19) su di un lobo che si dirige prima verso la linea mediana e poi si allontana da essa

FLIRTATION WALTZ



EUROPEAN WALTZ



IMPERIAL TANGO

Inventore : Ronald E.Gibbs

Musica: Tango 4/4
Tenuta: Foxtrot e Kilian

Tempo: 104 battiti
Schema: Obbligato

Note:
La danza inizia in posizione Aperta.

I passi 1, 2 e 3 sono una sequenza di passi progressivi diretti verso il centro della pista.

Il passo 3 è un SAE/I eseguito per due battiti sul filo esterno con la gamba libera tenuta dietro, per un battito in "piatto" (senza alcun filo) con la gamba libera tenuta di fianco al pattino tracciante in "and position" e per un battito sul filo interno con la gamba libera tenuta avanti.

Il passo 4 è un Mohawk aperto eseguito individualmente da entrambi i partner, senza Tenuta di mano seguito dal passo 5 che è un SIE.

Il passo 6 è un DAE di due battiti eseguito in posizione Kilian.

Il passo 7 (di due battiti) è un Cross-roll avanti SAE seguito da un Tre. In questo passo i partner rimangono in posizione Kilian; il Tre viene eseguito sul secondo battito.

Il passo 8 è un DIE seguito dal passo 9 (XA-SII Ch) che è un'incrociato avanti; il Cross-chassè viene completato dal passo 10 (DIE) di due battiti.

I passi 11 e 12 (SAE - DAI) formano un Cross-chassè eseguito all'indietro.

Il passo 13 è un SAE di due battiti seguito da un DIE (passo 14) pure di due battiti; questi passi formano un Mohawk chiuso nel quale le spalle devono essere tenute in linea con il tracciato.

La sequenza si conclude con i due passi finali della danza (passi 15 e 16), un XA-SII seguito da un DAI di un battito ciascuno.

Alla fine del passo 16, la posizione Kilian viene cambiata in Foxtrot per iniziare la nuova sequenza della danza. Questo cambio di posizione deve avvenire immediatamente prima dell'inizio del primo passo di danza.

FLIRTATION WALTZ

Punti essenziali per la valutazione:

- rispetto delle posizioni e del disegno obbligato;
- buona esecuzione dei Mohawk aperti i (passi 3 , 10 e 23);
- il ritmo e la cadenza del valzer deve essere enfatizzato;
- attenzione al tempo del passo 17;

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Battiti	Dama	Battiti
Kilian	1	SAE	3	SAE	3
	2	DAE	3	DAE	3
	3	SAI	2	SAI	2
Tandem	4	DII Mohawk aperto	1	DII Mohawk aperto	1
	5	SIE	3	SIE	3
Rev.Kilian	6	DAE	3	DAE	3
	7	SAE	2	SAE	2
	8	DAI	1	DAI	1
	9	SAE/I cambio filo Swing	6	SAE/I cambio filo Swing	6
	10	DAI	2	DAI	2
Tandem	11	SII Mohawk aperto	1	SII Mohawk aperto	1
	12	DIE	3	DIE	3
Optional	13A	SAE	2	SAE - 3 - SII	3
	13B	DAI	1		
	14	SAE	2	DIE	2
	15	XI-DAI-Ch	1	XA-SII-Ch	1
Chiuso	16	SAE Swing	6	DIE Swing	6
Vedi Note	17A	DAE	6	SIE	1
	17B			DAE	1
	17C			SAI	1
	17D			DII Mohawk aperto	1
	17E			SIE	2
Chiuso	18	SAE Swing	6	DIE Swing	6
	19A	DAE/I cambio filo	6	SIE	3
Kilian	19B			DAI Choctaw chiuso	3
	20	SAE	2	SAE	2
	21	DAI	1	DAI	1
	22	SAE	3	SAE	3
Tandem	23	DAI	2	DAI	2
Kilian	24	SII Mohawk aperto	1	SII Mohawk aperto	1
	25	DIE	3	DIE	3

FLIRTATION WALTZ

Inventore : Frieda Peterson

Musica: Valzer 3/4

Tenuta: Kilian, Tandem, Kilian Reverse, Valzer

Tempo:120 battiti

Schema : Obbligato

Note:

La danza inizia in posizione Kilian con il passo 1 (SAE di tre battiti) diretto verso la barriera.

I passi 4 e 5 sono pattinati in posizione tandem.

I passi 6,7,8 e 9 sono pattinate in Kilian Rovescio.

Il passo 9 è un SAE /I di sei battiti. Il cambiofilo si esegue sul quarto battito mentre il pattino libero passa accanto al pattino portante e completa l'estensione in avanti (Swing dall'indietro all'avanti).

Durante il passo 16, il cavaliere e la dama eseguono uno Swing , il cavaliere dall'indietro all'avanti e la dama dall'avanti all'indietro. Alla fine di questo filo di sei battiti, il cavaliere alza la mano destra della dama con la sua mano sinistra, tenendola sopra la sua testa in preparazione al passo 17.

Nel passo 17 la dama esegue una rotazione composta da cinque passi mentre il cavaliere pattina un DAE di sei battiti. La mano destra del cavaliere e la mano sinistra della dama sono libere fino al quinto passo della dama, quando la coppia riassume nuovamente la posizione Chiusa. La dama deve prestare molta attenzione durante questi cinque passi così che i primi tre passi (SIE - DAE - SAI) siano diretti al centro della pista.

Durante il passo 18 i partner eseguono all'unisono uno Swing, dall'indietro all'avanti per il cavaliere e dall'avanti all'indietro per la dama.

Passo 19 il cavaliere pattina un DAE / I di sei battiti mentre la dama esegue un Choctaw chiuso da SIE di tre battiti (passo 19a) a DAI pure di tre battiti (passo 19b). Quando la dama esegue il passo 19b, il cavaliere cambia il filo da esterno ad interno ed entrambi i partner eseguono uno Swing dall'indietro all'avanti.

A conclusione del passo 19a della dama (SAE di tre battiti), il cavaliere lascia la mano destra della dama e lei l'appoggia sulla sua anca destra.

Quando la dama si gira in avanti per eseguire il passo 19b, un DAI di tre battiti, i partner riprendono la posizione Kilian. Durante il passaggio dall'indietro all'avanti della dama, le mani dei due partner sono momentaneamente libere.

Punti essenziali per la valutazione:

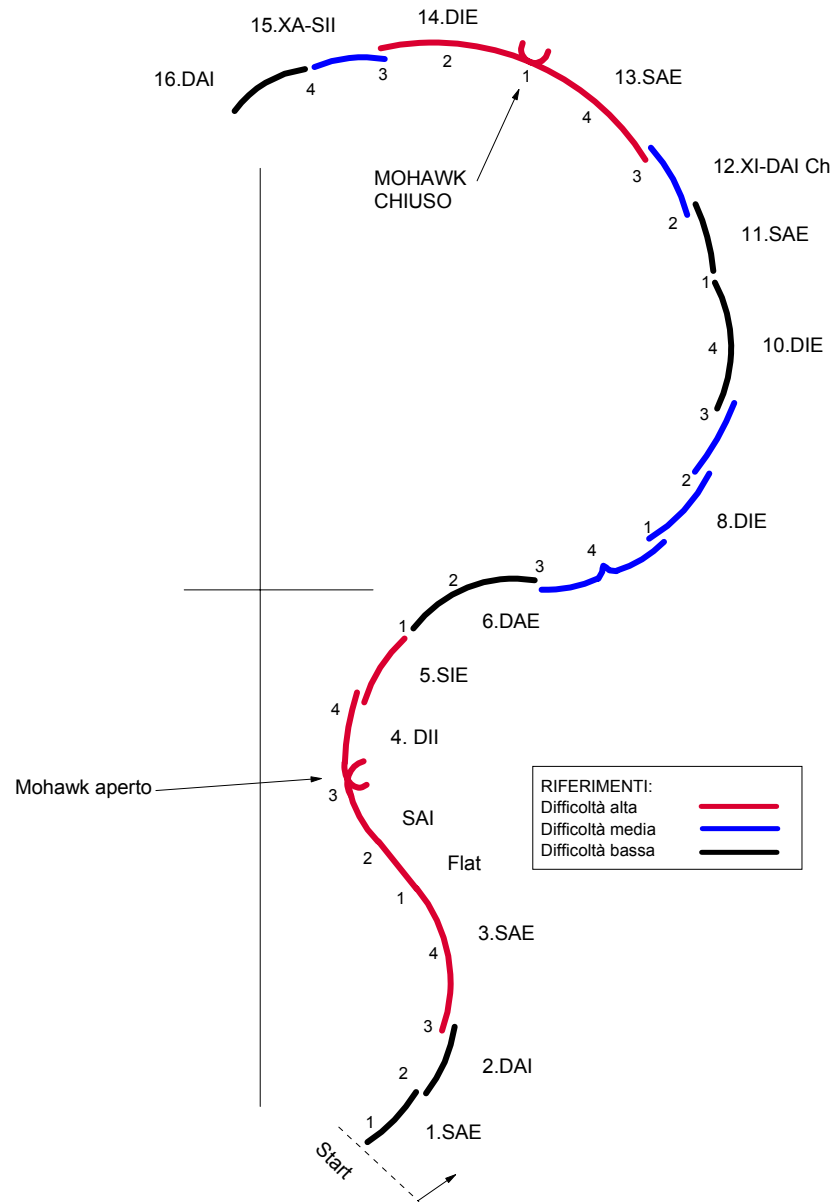
- rispetto delle posizioni richieste e del disegno.
- durante l'esecuzione di passi 3 e 6 la coppia deve stare vicina e tutti i passi devono essere chiari e a tempo.
- attenzione ai Cross chassè.
- il Mohawk Chiuso (passi 13 e 14) deve avere dei buoni fili.

IMPERIAL TANGO

Lista dei passi

Tenuta	Passi	Cavaliere	Dama	Battiti
Foxtrot	1	SAE	SAE	1
	2	DAI	DAI	1
	3	SAE	SAE	2
		FLAT	FLAT	1
		SAI	SAI	1
	4	DII Mohawk Aperto	DII Mohawk aperto	1
	5	SIE	SIE	1
Kilian	6	DAE	DAE	2
	7	XR - SAE - 3 - SII	XR - SAE - 3 - SII	2
	8	DIE	DIE	1
	9	XA-SII-Ch	XA-SII-Ch	1
	10	DIE	DIE	2
	11	SAE	SAE	1
	12	XI-DAI-Ch	XI-DAI-Ch	1
	13	SAE	SAE	2
	14	DIE Mohawk chiuso	DIE Mohawk chiuso	2
	15	XA-SII	XA-SII	1
	16	DAI	DAI	1

IMPERIAL TANGO



IMPERIAL TANGO

