



fidadanze@gmail.com www.fidadanza.it

REGOLAMENTO SALSA SOLO E SALSA DUO (Aggiornato luglio 2026)

SHINE - SALSA SOLO

E' una competizione DI PASITOS DI SALSA DI UN BALLERINO/A.

La musica sara' tipicamente portoricana e quindi l'esecuzione dei passitos dovra' essere attinente alla musica. Verranno quindi penalizzate eccessive azioni di afro (ammesse le gestualità); dovra' prevalere la parte ballata, limitando eventuali acrobazie. (dove concesse)

L'atleta dovra' saper gestire il proprio spazio in pista, se durante acrobazie o spostamenti si danneggia un altro atleta, verrà considerata PENALIZZAZIONE.

L'abbigliamento è libero, ma l'abito dovra' essere tipicamente da ballo. VIETATO ballare a petto nudo. OBBLIGATORIE le scarpe da ballo caraibiche (dame col tacco)

I Tempi di gara saranno da 1 minuto a 1 minuto e 45".

In pista ballano contemporaneamente più "SOLI", se necessario suddivisi in batterie.

E' consentito ballare sul Tempo 1, sul Tempo 2, Break on 2 purché mantenuto per l'intera performance. Sia dama che cavaliere dovranno partire con il passo CAVALIERE. (sinistro avanti)

CHI APPARTIENE AD UNA CLASSE DI SALSA SOLO/DUO, DOVRA' BALLARE NELLA STESSA CLASSE ANCHE IN BACHATA SOLO/DUO. GLI ATLETI DOVRANNO BALLARE AD UNA DISTANZA DI ALMENO 2 METRI DAL GIUDICE.

LE CLASSI (O LIVELLI) SARANNO LE SEGUENTI:

CLASSE C per gli iscritti in classe d – c oppure facenti parte dei team o principianti

Le categorie saranno suddivise in: UND 7 UND 9 – UND 12 - UND 15 - OVER 16 -OVER 30/OVER 40

IL SOLO POTRA' ESSERE FEMMINILE E/O MASCHILE unificato

VIETATE ACROBAZIE E PASSAGGI A TERRA(spaccate, ponte, inversione dell'asse del corpo ecc)

CLASSE B per gli iscritti nelle classi B o chi ritiene di avere maggiore esperienza rispetto alla C; atleti che hanno ottenuto il passaggio per merito del campionato dalla classe precedente

Nella classe B sarà divisa la sezione maschile da quella femminile. A discrezione del direttore di gara eventuali unificazioni masch. e femm. consentite fino alla under 12.

La gara si svolgerà in balli singoli: SALSA E BACHATA.

Le categorie saranno suddivise in: UND 7 - UND 9 – UND 12 - UND 15 - OVER 16 – OVER 30/OV.40 CONSENTITE AL MASSIMO TRE ACROBAZIE (o azioni EXTRA BALLO in genere).

CLASSE A (per gli iscritti nelle classi A oltre al passaggio per merito del campionato)

Nella classe A sarà divisa la sezione maschile da quella femminile.

La gara si svolgerà esclusivamente in combinata SALSA E BACHATA.

Le categorie saranno suddivise in: UND 12 - UND 15 - OVER 16 - OVER 30

CONSENTITE AL MASSIMO TRE ACROBAZIE (o azioni EXTRA BALLO in genere).

CLASSE A1 (per gli iscritti nelle classi A1– oltre al passaggio per merito del campionato)

Nella classe A1 sarà presente solo la sezione femminile.

La gara si svolgerà esclusivamente in combinata SALSA E BACHATA.

Le categorie saranno suddivise in: UND 15 - OVER 16

CONSENTITE AL MASSIMO TRE ACROBAZIE (o azioni EXTRA BALLO in genere).

SHINE - DUO SALSA

E' una competizione DI PASSITOS DI SALSA IN SINCRO DI DUE ELEMENTI.

La musica sarà tipicamente portoricana, ma potrà essere anche timba cubana, l'esecuzione dei pasitos dovrà essere attinente alla Salsa in generale, verranno penalizzate eccessive azioni di afro (ammessa gestualità); dovrà prevalere la parte ballata. Non sono mai ammessi CONTATTI di qualsiasi tipo tra i due componenti

- La posizione del "duo" dovrà essere: o in SIDE BY SIDE ovvero con entrambi i componenti del DUO posizionati uno di lato all'altro oppure in SHADOW POSITION con i componenti uno dietro l'altro. Non sono ammesse posizioni schiena schiena oppure uno di fronte all'altro/a, in generale vietata qualsiasi azione che cambi il sincro dei passi di uno dei 2 elementi **tranne che nelle 2 VARIANTI CONSENTITE:**

Limiti: È consentito un numero **massimo di 2 Varianti** per l'intera durata della performance. Ciascuna variante può avere una durata massima di **2 "otto"**.

Caratteristiche: Durante tali varianti, gli atleti potranno eseguire movimenti, passi o scambi di posizione non sincronizzati, a puro scopo coreografico.

Posizione di partenza: Qualora si decida di effettuare l'introduzione o la partenza della coreografia in posizione "Non Sincro", tale scelta graverà sul conteggio totale, occupando il **1° dei 2 slot** disponibili. Di conseguenza, resterebbe utilizzabile una sola ulteriore variante nel corso della performance.

Ripetizioni: Se il Duo ricomincia la coreografia, non è consentito ripetere le varianti già eseguite. L'inserimento delle varianti non è obbligatorio ed è rimesso alla totale discrezione del tecnico/insegnante in base alle classi e categorie di riferimento.

L'abbigliamento è libero, ma l'abito DOVRA' essere uguale tra i due componenti nel caso il duo sia Femminile che Maschile. Nel caso il DUO sia misto e' sufficiente il proprio vestito del ballo di coppia. (se lo si ha già, oppure un abito molto simile tra i due componenti) .

Obbligatorio l'utilizzo delle scarpe da ballo (la dama col tacco).

I Programmi dovranno essere amalgamati e costruiti seguendo per entrambi/e le stesse figure eseguite nello stesso identico modo, stesso piede, stesso ammontare di giro, stesse direzioni stesse azioni.

I Tempi di gara saranno da 1 minuto a 1 minuto e 45''.

In pista ballano contemporaneamente più "duo", se necessario suddivisi in batterie.

E' consentito ballare sul Tempo 1, sul Tempo 2, Break on 2, purché mantenuto per l'intera performance. Sia dama che cavaliere dovranno partire con il passo CAVALIERE. (SINISTRO AVANTI)

LE CLASSI (O LIVELLI) DEL DUO SALSA SARANNO TRE:

CLASSE C per gli iscritti in coppia in classe D o C oppure facenti parte dei team o principianti

Le categorie saranno: UND 7 UND 9 – UND 12 - UND 15 - OVER 16- Over 30-Over 40

IL DUO POTRA' ESSERE FEMMINILE E/O MASCHILE (in C non c'è la divisione maschile/femminile)

VIETATE ACROBAZIE E PASSAGGI A TERRA (spaccate, ponte, inversione dell'asse del corpo ecc)

CLASSE B per gli iscritti nelle classi B o chi ritiene di avere maggiore esperienza rispetto alla C, atleti che hanno ottenuto il passaggio per merito del campionato dalla classe precedente. Nella classe B sarà divisa la sezione maschile da quella femminile

Le categorie saranno suddivise in: UND 7-UND 9 – UND 12 - UND 15 - OVER 16 – OVER 30/OV.40 CONSENTITE AL MASSIMO TRE ACROBAZIE (o azioni EXTRA BALLO in genere),

CLASSE A per gli iscritti nelle classi A - INTERNAZIONALE o chi ritiene di avere maggiore esperienza, oltre al passaggio per merito del campionato. Nella classe A sarà divisa la sezione maschile da quella femminile

Le categorie saranno suddivise in: UND 12 - UND 15 - OVER 16- OVER 30/OV.40

CONSENTITE AL MASSIMO TRE ACROBAZIE (o azioni EXTRA BALLO in genere).

CLASSE A1 - SOLAMENTE PER LA OVER 16 sarà inserita la Classe A1 con i passaggi di classe presenti nel regolamento e ne dovranno far parte gli atleti di Classe A1/Intern. di Soli e Coppie

IL DUO dovrà saper gestire il proprio spazio in pista, se durante acrobazie o spostamenti si danneggia un altro atleta, verrà considerata PENALIZZAZIONE. (IL DUO MISTO VA INSERITO NELLA FEMMINILE)

CHI APPARTIENE AD UNA CLASSE DI SALSA SOLO/DUO, DOVRA' BALLARE IN QUELLA CLASSE ANCHE IN BACHATA SOLO/DUO.

Come riferimento (per la classe) considerare l'atleta con la classe più alta.