

# REGOLAMENTO

## settore divulgativo

**Stagione Sportiva  
2025/2026**



# regione Liguria

# REGOLAMENTO TECNICO

REGIONE: LIGURIA

STAGIONE SPORTIVA: 2025 – 2026

Il Consiglio Regionale FIDESM Liguria, con delibera del Consiglio Regionale del 05 dicembre 2026 ha aggiornato il Regolamento Tecnico Regionale sulla base delle norme di indirizzo contenute nell'appendice del Regolamento dell'Attività Sportiva Federale, art. 1.42.

## Art. 1 PREMESSA

La competizione è rivolta a tutti gli allievi delle scuole di ballo che, a titolo ludico, ricreativo, sociale, imparano a ballare e partecipano a gare di ballo e danza in cui i fattori "divertimento, coinvolgimento e promozione", hanno la priorità sul confronto tecnico agonistico. L'obiettivo è quello di incrementare un comparto dedicato a chi vuole divertirsi ballando, traendo quel benessere psico-fisico che la pratica sportiva della danza riesce ad esprimere in maniera maggiore rispetto ad altri sport, grazie al connubio tra movimento coordinato e musica. Essendo uno sport collettivo, praticabile tutto l'anno da entrambi i sessi e da persone di tutte le età, coinvolge le famiglie e risponde alla fondamentale esigenza formativa e sociale. La riforma del settore amatoriale della regione Liguria si è resa necessaria per un adeguamento alle direttive diramate dal Consiglio Federale, finalizzate alla strutturazione di un comparto ludico e ricreativo della danza sportiva italiana.

Il settore **DIVULGATIVO** è dedicato ad un pubblico che vuole mantenere l'attività ludica, ricreativa e sociale, svolta anche in forma competitiva, ma senza vincoli di passaggi di classe, di limitazioni di programmi che cagionerebbero una disparità rispetto agli amici che nelle sale da ballo, non partecipando alle gare, possono "sbizzarrirsi" nell'esecuzione delle figure considerate più divertenti, appaganti e performanti;

## Art. 2 AMBITI

La Federazione Italiana Danza Sportiva e Sport Musicali (di seguito FIDESM), con competenza sull'intero territorio nazionale, attraverso le proprie strutture centrali e territoriali provvede all'organizzazione delle attività relative a tutte le specialità e discipline di Danza Sportiva e ne regola lo svolgimento, la promozione e lo sviluppo tecnico, in rispetto del ruolo assegnato e dei principi stabiliti dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI).

La Federazione riconosce il ruolo primario e la competenza delle ASA e dei loro tecnici in materia di reclutamento e avviamento allo sport di base. Il presente regolamento si applica alle competizioni organizzate od autorizzate dal Consiglio Regionale Liguria della Federazione Italiana Danza Sportiva.

## Art. 3 ORGANIZZAZIONE ATTIVITA' AMATORIALE

L'attività divulgativa è organizzata dalle società sportive affiliate con sede nella provincia o regione di riferimento oppure a cura dei Comitati Territoriali FIDESM. L'autorizzazione a svolgere attività divulgativa può essere concessa solo dal Comitato Regionale FIDESM a mezzo di apposita delibera.

## Art. 4 TESSERAMENTO

Il tesseramento è individuale e va effettuato secondo le modalità previste annualmente dalla FIDESM. In occasione di attività e manifestazioni la tessera dell'atleta deve essere presentata al momento dell'accREDITO e ogni volta che ne facciano richiesta i rappresentanti federali, la segreteria o la direzione di gara. Le tessere comprendono la copertura assicurativa con i medesimi massimali stabiliti per l'attività agonistica. Per gli atleti che intendono partecipare alle competizioni organizzate è necessario il possesso del tesseramento FIDESM in qualità di socio DIVULGATIVO. Si ricorda che il Presidente dell'ASA è tenuto a conservare copia del certificato medico rilasciato secondo le norme sanitarie in vigore. L'ammissione alle competizioni è consentita agli atleti che risultino nel database nazionale FIDESM alla data della competizione. Le norme specifiche di partecipazione all'attività sportiva sono contenute nel Regolamento dell'Attività Sportiva Federale (RASf) deliberato dal Consiglio Federale. *È obbligo degli atleti e/o dei propri responsabili di ASA verificare la corretta iscrizione al momento dell'accREDITO alla competizione.*

## Art. 5 DISCIPLINE, CATEGORIE E CLASSI

Sia per il comparto delle Danze di Coppia sia per quello delle Danze Artistiche sono riportate tabelle esplicative per il settore divulgativo in termini di categorie, discipline e abbigliamento.

## Art. 6 DISPOSIZIONI GENERALI

Per quanto non espressamente citato e compatibile, valgono le disposizioni del Regolamento dell'attività sportiva federale deliberato e adottato dalla FIDESM nonché ogni altra disposizione federale in merito.

## Art. 7 ENTRATA IN VIGORE ED EMENDAMENTI

Il presente regolamento entra in vigore il **01 GENNAIO 2026** per tutte le competizioni divulgativo-promozionali sul territorio regionale. Eventuali emendamenti saranno pubblicati sul sito web regionale ed entreranno in vigore al momento della loro pubblicazione.

# SCHEDA TECNICA DANZE DI COPPIA

## Settore Divulgativo – cl. D

Il settore divulgativo è riservato a coloro che perseguono essenzialmente il piacere ludico della danza, anche attraverso confronti con altri danzatori di bassa difficoltà tecnico-fisica; pertanto, anche alla luce del dettato legislativo, l'impegno fisico richiesto da detta attività sportiva, che si svolge con tempi di gara ridotti, non richiede la certificazione medica di idoneità alla pratica agonistica ma solamente il certificato medico di idoneità **“non agonistica”**.

Settore Divulgativo – cl. D	
<b>Discipline</b>	<b>GARE SU SINGOLO BALLO e DISCIPLINA</b> Liscio Tradizionale: <b>Mazurka 1</b> , Liscio Unificato: <b>Mazurka 2</b> , Danze Standard: <b>Waltz, Tango</b> Ballo da Sala: <b>Foxtrot</b> Danze Latine Americane: <b>Cha Cha Cha, Rumba, Jive</b> Danze Caraibiche: <b>Bachata, Merengue, Salsa</b>
<b>Categorie</b>	<b>CATEGORIE</b> 04/07 – 08/09 – 10/11 – 12/15 – 16/18 – 19/34 – 35/44 – 45/54 – 55/60 – 61/64 – 65/69 70/oltre (in base al numero degli iscritti è facoltà del Direttore di gara accorpare più categorie)
<b>Programmi di gara</b>	Le Figurazioni sono libere.
<b>Tempi di gara</b>	<b>Tempi di gara:</b> da 1 minuto a 1 minuto e 20 secondi
<b>Abbigliamento</b>	L'abbigliamento è libero purché improntato a regole generali di sobrietà ed eleganza. Sono esclusi gli abiti definiti per le classi dell'agonismo. È necessario indossare scarpe idonee alla disciplina.

### CATEGORIE

L'accesso al settore divulgativo è possibile nel caso in cui l'atleta compia quattro anni nella stagione sportiva: l'attribuzione della categoria non sarà più determinata dall'anno di nascita, indipendentemente dal giorno e dal mese, come è accaduto nella stagione scorsa, **ma verrà assegnata in base al compimento degli anni nell'arco della stagione sportiva**, quindi, nel caso specifico, nell'arco di tempo compreso **tra il 1° settembre 2025 ed il 31 agosto 2026**.

**04/07 – 08/09 - 10/11 – 12/15 – 16/18 – 19/34 – 35/44 – 45/54 – 55/60 – 61/64 – 65/69 70/oltre**

### CARATTERISTICHE DEI BRANI MUSICALI

Le musiche di gara, scelte dal Responsabile delle musiche, devono avere la seguente durata musicale: da 1 minuto a 1:20. Il tempo di recupero previsto, tra un turno di gara e l'altro, è minimo 10 minuti. Nelle specialità in cui sono previste un numero preciso di parti musicali, la durata del brano è variabile a seconda del numero di parti previste. Le velocità metronomiche sono le medesime previste per la classe C.

### NORME DI SPECIALITA'

I programmi di gara sono liberi.

Qualora i tempi della competizione lo permettano è possibile, dopo aver fatto la semifinale da 12 a 6, fare la finale A (dal primo al sesto posto) e la finale B (dal settimo al dodicesimo posto)

### SISTEMA DI GIUDIZIO e ABILITAZIONI

SK – SKATING

### QUALIFICA TECNICA

La qualifica tecnica valida per giudicare la classe D durante le competizioni che si svolgono nella Regione Liguria per la classe D sono:

- Tecnico FIDESM abilitato per la disciplina

### ABBIGLIAMENTO

Vedi le disposizioni comuni riportate in appendice.

# SCHEDA TECNICA DANZE ARTISTICHE – SETTORE PARALIMPICO

Settore Divulgativo – cl. D

## DANZE DI GARA E CATEGORIE

Le competizioni si svolgono sulle seguenti danze:

DANZA ARTISTICHE		SETTORE PARALIMPICO Dir, Div, Du, Dfm	
Danza	Unità Competitiva	Danza	Unità Competitiva
Baby Dance	solo misto - gruppo	Rumba	solo – duo – combi
Danza Classica	solo misto - duo - gruppo	Cha cha cha	solo – duo – combi
Show Dance	solo misto - duo - gruppo	Bachata	solo – duo – combi
Modern	solo misto - duo - gruppo	Merengue	solo – duo – combi
Jazz Dance	solo misto - duo - gruppo	Waltz	combi – duo
Hip Hop	solo misto - duo - gruppo	Tango	combi – duo
Disco Dance	solo misto - duo - gruppo	Show Dance (anche diverse disabilità)	combi – duo – gruppo (almeno 50% componenti disabili)
Sincronizzato	gruppo	SETTORE PARALIMPICO WDS	
Freestyle	solo misto - duo - gruppo	Combinata V.lento/Samba	solo misto
Tap Dance	solo misto - duo - gruppo	Waltz	combi – duo
Latin Style cha cha cha	solo misto - duo	Tango	combi – duo
Latin Style rumba	solo misto - duo		
Latin Style samba	solo misto - duo		
Latin Style jive	solo misto - duo		
Bachata shine	solo femminile e solo maschile		
Merengue shine	solo femminile e solo maschile		
Salsa shine	solo femminile e solo maschile		

## CATEGORIE IN SOLO

DANZA		4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	OVER 35
Divulgativo cl. D	Baby Dance	D	-	-	-	-	-	-
	Danza Classica	D	D	D	D	-		-
	Show Dance	D	D	D	D	D	D	Over 35
	Modern	D	D	D	D	D	-	-
	Jazz Dance	D	D	D	D	D	D	-
	Hip Hop	D	D	D	D	D	-	-
	Disco Dance	D	D	D	D	D	D	-
	Sincronizzato	D	D	D	D	D	D	Over 35
	Freestyle Tecnica (musica fidesm)	D	D	D	D	D	-	-
	Tap Dance	D	D	D	D	D	D	Over 35
	Cheerleading	D	D	D	D	D	D	-
	Latin Style classe D							
	Cha cha cha	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35
	Rumba	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35
	Samba	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35
	Jive	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35
	Freestyle Show – Disco Dance (solo e duo misto)							
	Freestyle Show	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	-
	Disco Dance	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	-
	Danze Caraibiche classe D							
	Bachata shine	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35
	Merengue shine	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35
	Salsa shine	4/7	8/9	10/11	12/15	16/18	19/34	Over 35

## UNITA' COMPETITIVE

Le competizioni dei settori danze artistiche e danze paralimpiche prevedono vari tipi di unità competitiva:

danze artistiche: SOLO (gare individuali), GRUPPO (squadra formata da almeno 3 atleti).

danze paralimpiche categoria unica: SOLO (gare individuali), Duo (2 atleti disabili anche dello stesso genere, Combi (un atleta disabile ed uno normodotato anche dello stesso genere)

## CATEGORIE

L'accesso al settore divulgativo è possibile nel caso in cui l'atleta compia 4 anni durante l'anno solare in cui la stagione sportiva termina. Facendo riferimento all'età dei componenti, l'unità competitiva è inquadrata nelle seguenti categorie:

CATEGORIA GRUPPO	DISPOSIZIONI
4/7	Sono ammessi Atleti fino al 7° anno di età. Età massima Atleti fuori quota: 9 anni. *
UNDER 9	nessun fuori quota.
UNDER 12	nessun fuori quota.
UNDER 15	Sono ammessi Atleti fino al 15° anno di età. Età massima Atleti fuori quota: 17 anni. *
OVER 17	Sono ammessi Atleti dal 17° anno di età. Età minima Atleti fuori quota: 15 anni. *
OVER 35	Sono ammessi Atleti dal 35° anno di età. Età minima Atleti fuori quota: 25 anni. *

\* **FUORI QUOTA** - Nei gruppi è possibile inserire atleti più grandi o più piccoli di età, rispetto alla categoria di appartenenza, in misura di un atleta "fuori quota" ogni quattro di età regolare (es: quattro atleti e un "fuori quota", cinque-sei o sette atleti e un "fuori quota", otto atleti e due "fuori quota", etc....).

## UNIFICAZIONE CATEGORIE PER LE UNITA' SOLO

Nel caso non si raggiungano tre unità competitive in una specifica categoria e specialità, pur mantenendo la classe e la tipologia, a discrezione del Direttore di gara e sentiti i responsabili delle ASA interessate, è possibile unificare la categoria con quella contigua.

## UNIFICAZIONE CATEGORIE PER LE UNITA' GRUPPO

Nel caso non si raggiungano tre unità competitive in una specifica categoria e specialità, pur mantenendo la classe e la tipologia, a discrezione del Direttore di gara e sentiti i responsabili delle ASA interessate, è possibile unificare più categorie come segue:

- la categoria 4/7 può essere unificata solamente con la Under 12
- la categoria Under 12 può essere unificata solamente con la Under 15;
- la categoria Under 15 può essere unificata solamente con la Under 17;
- la categoria Over 17 può essere unificata solamente con la Over 35 e viceversa.

Nel caso in cui in una o in più categorie sia iscritta una sola unità competitiva, pur mantenendo la classe e la tipologia, queste possono confluire nella categoria Open a discrezione del Direttore di gara e sentiti i responsabili delle ASA interessate (es. una unità competitiva nella Over 16 e una unità competitiva nella Over 35 possono essere unificate nella categoria Open).

**Il Presidente dell'ASA è responsabile della corretta compilazione dei moduli di iscrizione alle competizioni ed in particolare in merito alle regole di composizione dei gruppi, categoria e dei relativi fuori quota.**

## PERFORMANCE SU MUSICA PROPRIA

Al momento dell'accREDITO il delegato della società sportiva deve consegnare il Compact Disk Audio, non riscrivibile e contenente un'unica traccia musicale, con il brano scelto per la prova. Ogni CD deve essere personalizzato con etichetta contenente obbligatoriamente: nome ASA, titolo del brano, spazio bianco sul quale annotare il proprio numero di gara. Una copia di riserva del CD deve essere disponibile in caso di problemi. Quando previsto, la gara può essere preceduta dalle prove ufficiali, a cui assiste un tecnico addetto al controllo e i rispettivi tecnici. In caso di violazione delle regole di gara durante le prove, l'unità competitiva deve essere avvisata e provvedere a modificare la performance per la competizione. In gara non possono essere coinvolte persone diverse dagli atleti iscritti e non sono consentite esibizioni contrarie alla morale e alle leggi. Qualora la traccia audio del CD risulti di lunghezza superiore al tempo consentito, il responsabile delle musiche ha l'obbligo di "sfumare" il brano allo scadere del limite fissato e di togliere completamente il volume entro i successivi 5 secondi. Oltre al tempo massimo stabilito per la specialità, è a disposizione un totale di 30 secondi per ogni gruppo/formazione, che possono essere utilizzati per entrata, posizionamento e uscita dalla pista. La ripetizione di una prova interrotta dopo un minuto dal suo inizio, causa malfunzionamento tecnico, potrà essere concessa anche solo in parte, unicamente a discrezione del Direttore di Gara.

## CARATTERISTICHE DEI BRANI MUSICALI

Le musiche di gara, scelte dal Responsabile delle musiche per le gare in solo/duo (ad eccezione del Modern solo/duo che danzerà con musica propria) o su musica propria per le gare in gruppo, devono avere la seguente durata musicale:

Tempi di gara singolo/duo: da 50 secondi a **1:30 minuti** – Tempi di gara gruppo: da **1:30 minuti a 2:00 minuti**.

Per la specialità Synchro Duo a tema le musiche sono scelte dalla FIDESHM e sono a disposizione delle associazioni sportive ad inizio stagione sportiva.

## NORME DI SPECIALITA'

I programmi di gara sono liberi.

Per le seguenti specialità valgono le disposizioni di seguito riportate:

- **Show Dance**: è possibile presentare qualsiasi tipo di coreografia.
- **Baby Dance**: è consentito al trainer del gruppo di sostare nella pista in apposito spazio predisposto a supporto degli atleti in pista.
- **Modern**: devono essere danzate le tecniche previste per la disciplina Modern Contemporary con le medesime indicazioni tecniche valide per la classe C
- **Jazz**: devono essere danzate le tecniche previste per la disciplina Jazz Dance con le medesime indicazioni tecniche valide per la classe C

Per le discipline nelle quali la competizione si svolge su musica propria, in base al numero di unità competitive iscritte, a discrezione del Direttore Gara e sempre che non si cagioni ritardo alla competizione, si potranno svolgere batterie di selezione. Per le discipline con musica del DJ è possibile fare finali fino a 9 unità.

## SISTEMA DI GIUDIZIO

MULTIPARAMETRICO e SK – SKATING

### QUALIFICA TECNICA

SD Street Dance

DC Danze coreografiche

LA Danze Latino-americane

ST Standard

LA Latino Americane

CB Caraibiche

LT Liscio Tradizionale

SN Stile Nazionale

AC Accademiche

**DD Disco Dance**

### ABBIGLIAMENTO

Vedi le disposizioni comuni riportate in appendice.



## APPENDICE - Abbigliamento, trucco e norme comuni

L'atleta tesserato FIDESM rappresenta la Federazione, non solo nelle competizioni ma anche nelle manifestazioni promozionali, in pubblico, in televisione o in altri contesti (campus, ritiri collegiali, attività federali in genere). E' pertanto fatto obbligo a tutti gli atleti di improntare il proprio abbigliamento (trucco compreso) a regole di sobrietà ed eleganza, pur nel rispetto della tradizione della singola specialità. Il Direttore di gara può richiedere al competitore di togliere i gioielli, decorazioni e trucco se ritiene che possano rappresentare un pericolo per l'atleta o per gli altri competitori. L'abbigliamento è libero. Le regole generali dell'abbigliamento sono quelle qui di seguito esposte:

- a) L'abbigliamento da gara deve essere sempre di buon gusto, sobrio e rispettare i canoni tradizionali della danza eseguita;
- b) Sia per gli abiti che per gli accessori degli atleti, come decorazione non è mai concesso l'uso di simboli con riferimenti religiosi, politici o offensivi della pubblica morale; inoltre non sono ammessi nomi e loghi riferiti all'ASA di appartenenza;
- c) Le calzature devono essere progettate per ogni specifica disciplina e costruite idoneamente;
- d) Non è permesso indossare abiti con caratteristiche relative al settore promozionale e agonistico;
- e) Di norma, l'abito pur rispettando le caratteristiche della disciplina per la quale è stato progettato, deve assicurare la copertura delle parti intime dell'atleta. Per questo motivo **sono vietate**: culottes sgambate, tanga e inserti trasparenti nella culotte;
- f) Tracciando una ideale linea orizzontale, la parte superiore della linea tra i muscoli delle natiche (linea dei glutei) **non deve** essere visibile; a culotte, nella parte posteriore deve coprire le natiche e nella parte anteriore, seguire la linea di flessione tra la gamba ed il corpo. La distanza tra la linea orizzontale superiore e la inferiore, deve essere maggiore di 5 cm
- g) Agli atleti può essere chiesto di cambiare abbigliamento e/o accessori nel caso in cui contravvengano al presente regolamento;
- h) Nel caso avvenga un inconveniente che renda inutilizzabile l'abito da gara - o una parte di esso - l'atleta dovrà segnalare l'esigenza al Direttore di Gara ed esserne autorizzato, prima di effettuare la sostituzione.

Il trucco è da ritenersi libero purché consono, decoroso, adeguato all'età ed alla disciplina.

Il direttore di gara, una volta accertata l'infrazione su regole relative all'abbigliamento, applica le disposizioni previste dall'art. 1.20.1. del Regolamento dell'Attività Sportiva Federale.

