

DANZE STANDARD

FIGURE DI BASE PER COMPORRE I PROGRAMMI ENTRATA IN VIGORE DAL 1 GENNAIO 2006

Verificati il buon andamento e lo sviluppo tecnico della disciplina delle danze standard negli ultimi anni, considerato che i "fuori programma" sono stati quasi completamente eliminati, la commissione tecnica ha deciso di limitare il proprio intervento proponendo un elenco di figure tratte dal libro *TECHNIQUE OF BALLROOM DANCING* scritto da GUY HOWARD ed edito dall'IDTA, suddivise nelle danze: valzer inglese, tango, slow foxtrot e quickstep che potranno essere eseguite dai competitori di classe B.

La commissione ha ritenuto, in questo modo, di dare a questa classe un ulteriore valore tecnico aggiunto che aiuterà poi il passaggio alle classi A, A1 e Internazionale, con la certezza che tecnici ed atleti sapranno farne il corretto uso per lo sviluppo.

Si ricorda che non si tratta di un elenco obbligatorio ma solo di figure che possono essere utilizzate per comporre una coreografia per gli atleti delle classi C e B.

Le figure possono essere amalgamate liberamente anche senza la restrizione dei "precede e segue" ed utilizzando le note.

Le figure previste sono elencate per ciascuna danza e suddivise per le classi C e B.

Le figure debbono essere eseguite rispettando fedelmente tecnica e ritmo riportati. (Ogni eventuale sviluppo in tal senso sarà oggetto di specifiche comunicazioni pubblicate).

Di seguito pubblichiamo gli elenchi delle figure delle danze standard.

VALZER INGLESE

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "C"

- Cambio Chiuso di destro
- Cambio Chiuso di sinistro
- Giro Naturale
- Giro Rovescio
- Giro Naturale Spin
- Whisk
- Chasse da P.P.
- Impetus Chiuso
- Cambio Esitato
- Cambio Esterno
- Cortè Rovescio
- Whisk Indietro
- Weave di Base
- Doppio Spin Rovescio
- Pivot Rovescio
- Lock Indietro
- Chasse Progressivo a Destra
- Weave da P.P.
- Telemark Chiuso
- Telemark Aperto seguito da Cross Esitato
- Telemark Aperto seguito da Ala
- Impetus Aperto seguito da Cross Esitato
- Impetus Aperto seguito da Ala
- Spin Esterno
- Turning Lock di Base
- Drag Esitato

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "B" **(IN AGGIUNTA A QUELLE GIA' ELENCAE SOPRA)**

- Whisk a Sinistra
- Contra Ceck
- Turning Lock a Destra
- Fallaway Reverse and Slip Pivot
- Hover Cortè
- Fallaway Whisk
- Ala Chiusa
- Quick Natural Spin Turn *
- Running Natural Spin Turn *
- Running Cross Chasse *
- Quick Natural Weave (Running Weave)*
- Passing Natural Turn *
- Fallaway Natural Turn *

TANGO

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "C"

- Passo Laterale Progressivo
- Link Progressivo
- Promenada Chiusa
- Giro Rock
- Giro Rovescio Aperto, Partner all' Esterno con Fine Aperta o Chiusa
- Back Cortè
- Giro Rovescio Aperto, Partner in Linea con Fine Chiusa
- Passo Laterale Progressivo con Giro Rovescio
- Promenada Aperta
- Rock Indietro sul P.D.
- Rock Indietro sul P.S.
- Giro Naturale Twist
- Giro Naturale in Promenade
- Giro Naturale in Promenade seguita da Fallaway in Promenada
- Promenade Link
- Quattro Passi
- Promenade Aperta Indietro
- Outside Swivel presa da una Promenade Aperta seguita da Promenade Link
- Outside Swivel, girando a sinistra dopo Fine Aperto terminato D.P.
- Reverse Outside Swivel
- Fallaway in Promenade
- Quattro Passi di Cambio
- Brush Tap

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "B" (IN AGGIUNTA A QUELLE GIA' ELENcate SOPRA)

- Oversway
- Chase
- Fallaway Reverse and Slip Pivot
- Cinque Passi
- Contra Check
- Passing Natural Turn *
- Open Telemark *
- Whisk *
- Back Whisk *
- Outside Spin *
- Reverse Pivot *
- Giro Rovescio Base *
- Quattro Passi in Fallaway *

SLOW FOXTROT

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "C"

- Passo Piuma
- Tre Passi
- Giro Naturale
- Giro Rovescio con Fine Piuma
- Impetus Chiuso e Fine Piuma
- Weave Naturale
- Cambio di Direzione
- Weave di Base
- Telemark Chiuso
- Telemark Aperto e Fine Piuma
- Top Spin
- Hover Feather, preso dopo un Tacco Tirato
- Hover Telemark
- Hover Telemark finito in P.P.
- Telemark Naturale
- Hover Cross
- Telemark Aperto, Giro Naturale in Outside Swivel e Fine Piuma
- Impetus Aperto
- Weave da P.P.
- Onda Rovescia

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "B" (IN AGGIUNTA A QUELLE GIÀ ELENcate SOPRA)

- Giro Naturale Twist seguito da Weave Naturale
- Giro Naturale Twist seguito da Impetus Chiuso e Fine Piuma
- Giro Naturale Twist seguito da Impetus Aperto
- Zig Zag Naturale da Posizione di Promenade
- Fallaway Reverse and Slip Pivot
- Natural Hover Telemark
- Bounce Fallaway con Fine Weave
- Quick Natural Weave from PP *
- Quick Open Reverse *
- Reverse Pivot *
- Extended Reverse Wave *
- Curved Three Step *
- Double Reverse Spin *
- Outside Spin *
- Giro Twist Naturale *
- Piuma Curvato e Piuma Indietro *
- Whisk *
- Back Whisk *

QUICKSTEP

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "C"

- Quarto di Giro Destra
- Giro Naturale
- Giro Naturale con Esitazione
- Giro Naturale e Pivot
- Giro Naturale Spin
- Chasse Progressivo
- Giro Rovescio Chasse
- Passo Lock Avanti
- Impetus Chiuso
- Passo Lock Indietro
- Pivot Rovescio
- Chasse Progressivo a Destra
- Tiple Chasse a Destra (in angolo)
- Tiple Chasse a Destra (lungo il lato della sala)
- Fine Corsa
- Giro Naturale Lock Indietro
- Doppio Spin Rovescio
- Quick Open Reverse
- Coda di Pesce
- Giro di Corsa a Destra (preso dopo 1-3 di Giro Naturale)
- Four Quick Run
- V6
- Telemark Chiuso
- Heel pivot (quarter turn to left)
- Cross Chasse
- Zig Zag Lock Indietro e Fine Corsa
- Cambio di direzione

ELENCO FIGURE UTILIZZABILI DALLA CLASSE "B" (IN AGGIUNTA A QUELLE GIA' ELENCAE SOPRA)

- Cross Swivel
- Six Quick Run
- Rumba Cross
- Topsy a Destra
- Topsy a Sinistra
- Open Impetus *
- Open Telemark *
- Passing Natural Turn *
- Outside change*
- Whisk*
- Back whisk*
- Outside Spin *
- Running Cross Chasse *
- Turning Lock to Right *
- Hover Cortè
- Tiple Chasse to Left *