



FASCICOLO SPECIALITÀ TECNICHE

In vigore da **SETTEMBRE 2023**

DISCIPLINE

Le discipline presenti al Campionato regionale/interregionale e nazionale di specialità tecniche sono le stesse della Federazione Internazionale IBTF:

<u>Specialità femminili</u>	<u>Specialità maschili</u>	<u>Specialità miste</u>
<ul style="list-style-type: none"> ● Solo ● Due Bastoni ● Tre Bastoni ● Artistic Twirl ● X-Strut 	<ul style="list-style-type: none"> ● Solo ● Due Bastoni ● Tre Bastoni ● Artistic Twirl ● X-Strut 	<ul style="list-style-type: none"> ● Duet ● Artistic Pair

Un Duet o un Artistic Pair possono essere composti da donna/donna, uomo/donna, uomo/uomo.

REQUISITI

SPECIALITA' TECNICHE						
	LIV B		LIV A		LIV ELITE	
	GRADI	SOLO STANDARD	GRADI	SOLO STANDARD	GRADI	SOLO STANDARD
SOLO/2B/3B/AT/FS						
CADETTI	3°	DEBUTTANTI	1°	INTERMEDIO	1°	AVANZATO
YOUTH/JR	2°	PRINCIPIANTI	1°	AVANZATO	1°	AVANZATO
SR/ADULT	2°	PRINCIPIANTI	1°	AVANZATO	1°	AVANZATO
X-STRUT						
CADETTI	-		-		-	
YOUTH/JR	-		-		-	
SR/ADULT	-		-		-	
ARTISTIC PAIR/DUET						
CADETTI	5°		4°			
JR/YOUTH/SR/ ADULT	4°		3°		1°	

LIVELLI

Per ogni specialità gli atleti vengono suddivisi in livelli di abilità (che si differenziano per le richieste tecniche descritte nelle Restrizioni)

- Livello B
- Livello A
- Livello Elite

La scelta del livello in cui gareggiare può essere:

- Libera (ponderata dal Tecnico sull'atleta e sulle sue reali abilità e non sottostimate)
- Per promozione dall'anno precedente

FASCE DI ETA' e CATEGORIE

IMP: l'età di un atleta è determinata dall'età al **31 dicembre dell'anno di gara internazionale e cioè il 2024.**

IMP: fare particolare attenzione a come vengono calcolate le categorie in maniera differente per Artistic Pair e Duet

CATEGORIE			
WOMENS SOLO, 2-BATON, 3-BATON, ARTISTIC TWIRL & X-STRUT			
CADETTI		8 – 11 anni	
YOUTH		12 – 14 anni	
JUNIOR		15 – 17 anni	
SENIOR		18 – 21 anni	
ADULT		22 anni +	
MENS SOLO, 2-BATON, 3-BATON, & ARTISTIC TWIRL & X-STRUT			
CADETTI		8 – 11 anni	
JUNIOR		12 – 17 anni	
SENIOR		18 anni +	
DUET		Età combinata dei due membri (somma delle età)	
CADETTI		16 – 23 anni	
JUNIOR		24 – 35 anni	
SENIOR		36 anni +	
ARTISTIC PAIR		Si deve inserire la fascia d'età che corrisponde all'età dell'atleta più anziano	
CADETTI		8 – 11 anni	
JUNIOR		12 – 17 anni	
SENIOR		18 anni +	

MUSICA

Gli atleti dovranno gareggiare con le musiche imposte dalla Federazione Internazionale IBTF che hanno le seguenti durate:

Solo	=	2:00 minuti
Due Bastoni	=	1:45 minuti
Tre Bastoni	=	1:30 minuti
Artistic Twirl & Artistic Pair	=	1:45 minuti
Duet	=	2:00 minuti
X-Strut	=	2:00 minuti
Twirl Team	=	3.00 minuti

IMP: Non c'è un tempo limite minimo in cui gli atleti devono completare i loro esercizi prima della fine della musica. I giudici non assegneranno penalità e non daranno credito ai movimenti eseguiti dopo il termine della musica. Il giudizio si interromperà al termine della musica

ORGANIZZAZIONE CAMPIONATO ITALIANO

La classifica al Campionato Italiano di specialità tecniche determinerà gli atleti che comporranno la delegazione per le competizioni internazionali. (il numero di selezionati e le specialità dipendono dal Regolamento della competizione Internazionale)

Il Campionato Italiano (e quindi la selezione) verrà organizzata in due ROUND (fase preliminare e fase finale). I round saranno così organizzati:

Fase preliminare	Fase finale
Da 0 a 20 partecipanti	6 in finale
oltre 21 partecipanti	10 in finale

REGOLE SPECIFICHE PER TUTTI GLI EVENTI DELLE SPECIALITA' TECNICHE

L'uso dell'acrobatica, anche se concesso, non avrà credito extra ed il suo utilizzo non contribuirà a determinare la valutazione e la classifica degli atleti. La filosofia IBTF per quello che riguarda la valutazione innanzi tutto dà priorità alla qualità ed alla tecnica dei lanci, dei rolls e del materiale di contatto con il lavoro di corpo. Tutte le altre aggiunte alla performance come l'acrobatica, il lavoro a terra, la danza, le novità ecc. non sostituiranno la qualità e l'abilità delle abilità sviluppate e raggiunte nella tecnica di bastone.

RESTRIZIONI SUL CONTENUTO DI ACROBATICA

Definizione di un movimento di acrobatica

Un movimento sarà definito acrobatico quando l'intento del movimento è che entrambi i piedi si stacchino dal pavimento passino sopra la testa e atterrino dal lato opposto. I piedi possono lasciare il pavimento o atterrare sia allo stesso tempo che uno dopo l'altro. Questo si applica quando il movimento è eseguito:

- Sulla/sulle mano/i (es. una ruota fatta sulla/e mano/i)
- Sul/sulle braccio/braccia (es. una ruota fatta sull'avambraccio)
- Sulla testa
- In aria con il supporto del corpo di un'altra persona (es. una ruota fatta sostenendosi sulla gamba di un'altra persona)

Esempi tipici sono: rovesciate avanti o indietro, ruote, ecc.

IMP: La capovolta è considerata movimento acrobatico

Definizione di movimento acrobatico aereo

Un movimento acrobatico nella quale l'atleta si gira completamente in aria senza essere sostenuto o senza toccare il suolo con le mani.

Esempi:

- In aria senza il supporto del corpo (es ruota senza mani, salto mortale indietro (back flip); rovesciata senza mani)

NOTA: La butterfly orizzontale (dove i piedi non salgono sopra la testa) non è considerato un movimento di acrobatica aerea. E' considerato un movimento di corpo maggiore

CONCESSIONI PER LE SPECIALITA'

LIVELLO ELITE

Un massimo di 2 (solo) movimenti acrobatici sono concessi nel Solo, con o senza lancio. I movimenti possono essere combinati o possono essere eseguiti separatamente.

I movimenti di acrobatica non sono concessi nei 2 Bastoni, 3 Bastoni, X-Strut, Duet,

I movimenti di acrobatica sono concessi negli Artistic Twirl, Artistic Pair

LIVELLO A & B

Vedere l'Appendice A per le restrizioni che si applicano agli eventi specifici.

Gli illusions sono concessi in tutte le specialità.

DEFINIZIONI IMPORTANTI RELATIVE ALLE TABELLE DELLE RESTRIZIONI SUL CONTENUTO IN APPENDICE A:

Ripresa Standard – si riferisce ai tipi di ripresa “a GRAB” Verticale o Orizzontale ripresa mano destra o mano sinistra

Lancio Standard– Lancio verticale al diritto con il pollice mano destra o mano sinistra. Lancio verticale a rovescio mano destra e mano sinistra o lancio orizzontale al diritto o al rovescio mano destra e mano sinistra.

Movimento di corpo maggiore: Un movimento che richiede un controllo significativo, flessibilità, forza, ampiezza ed estensione. Questa classificazione include ogni movimento di corpo desiderato e include movimenti come: illusions, rovesciate, salti (di ogni tipo), sauté arabesque, attitude, grand battement, sauté de basque, tour jeté, cabriole avanti o indietro. Per eseguire questi movimenti servono circa tre tempi.

Movimenti di corpo minori: Un movimento che non richiede controllo, flessibilità, forza, ampiezza o estensione significativi e in più non richiede un riorientamento orizzontale o verticale rispetto al bastone (nessuna rotazione del corpo) o muovere il corpo a testa in giù (illusions, ponti, ecc). Per eseguire questi movimenti serviranno circa due tempi. Questa classificazione include movimenti come: saltelli, skip, chassé, piqué step-step e coupé, sauté. Questa categoria viene spesso usata come preparazione o chiusura dei movimenti.

Fare riferimento alla definizione dei termini non elencati in questa tabella.

- **ATTENZIONE:** Il “giro chainé” è classificato come giro. Es. Singolo giro chainé=1 giro; doppio giro chainé= 2 giri

PROMEMORIA: L'Acrobatica è considerata nelle restrizioni sul contenuto nelle specialità dove non è concessa.

PENALITA'

NB: Le penalità vengono attribuite dal giudice di penalità e vengono dedotte dal punteggio di ciascun giudice.

Nel caso non ci fosse il giudice di penalità sarà compito di ogni giudice di attribuire la penalità e detrarla dal proprio punteggio.

La specialità viene giudicata su scala 100 pt.

X STRUT

10,0	Infrazione/superamento restrizioni Bastone non conforme
1,0	Caduta di bastone Caduta di corpo Mancato saluto Errato movimento sul suolo
0,5	Fuori passo Twirling Passo di marcia omesso* Contatto a terra del bastone/corpo Saluto improprio Esibizione dopo il saluto finale Abbigliamento indecoroso
0,2	Abbandono del campo

*0,50 per ciascuna sezione, per un max. di 4 x 0,50 in totale

SPECIFICHE PENALITA' dell'X-STRUT

- **Errato movimento sul suolo:** X non corretta, deviazione di oltre 1 metro dal modello di pavimento X definito
- **Fuori passo:** passi o esercizi liberi non a ritmo di musica
- **Twirling:** più di 2 rivoluzioni continue dal centro nella stessa mano, impugnatura non completa, lanci, rolls o dita
- **Passo di marcia omesso:** passi di base non eseguiti all'inizio delle linee richieste, passi/partenze sulla linea prima dell'inizio della marcia, meno di quattro passaggi di base richiesti eseguiti completamente (peso non trasferito al tallone ad ogni passo)
- **Contatto a terra del bastone/corpo:** il bastone o qualsiasi parte del corpo diversa dai piedi che tocca il pavimento intenzionalmente o meno. Il bastone può toccare il pavimento in modo intenzionale ma deve essere comunque controllato dalla mano dell'atleta (es. pose con pomello a terra).
- **Saluto improprio:** saluto eseguito in modo errato
- **Esibizione dopo il saluto finale:** movimenti del bastone o del corpo eseguiti dopo il saluto finale

SOLO/2-3 BASTONI/ARTISTIC TWIRL/ARTISTIC PAIR/DUET

Tutte queste specialità saranno giudicate su scala 10 pt.

1,0	Infrazione/superamento restrizioni Bastone non conforme
0,5	Abbigliamento indecoroso
0,2	Abbandono del campo
0,1	Caduta di bastone Caduta di corpo

La penalità potrà essere assegnata solo nei seguenti casi:

- Il floor monitor della giornata ha segnalato all'atleta/squadra l'irregolarità
- L'atleta/squadra ha ricevuto nelle precedenti competizioni della stagione per la stessa specialità una segnalazione per abbigliamento irregolare.

Se nessuna delle due condizioni sopra citate si sarà verificata il Presidente di giuria potrà solo segnalare ufficialmente all'atleta/squadra l'irregolarità e comunicarlo al floor monitor, in modo che quest'ultimo possa tenere traccia della segnalazione per le competizioni successive.

RESTRIZIONI SOLO		
Un massimo di 2 movimenti acrobatici sono permessi con o senza lancio		
CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-3 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione ● Corpo Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 	1-4 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione ● Corpo Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI ACROBATICI	E' permesso un singolo movimento acrobatico sotto il lancio per un massimo di solo 2 movimenti acrobatici. I movimenti acrobatici aerei non sono permessi con o senza lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 	Un massimo di 2 (soli) movimenti acrobatici sono permessi, con o senza lancio. I movimenti possono essere combinati o possono essere eseguiti separatamente. Solo 1 ruota senza mani è permessa sotto il lancio sia stazionario che in spostamento se selezionata come uno dei due acrobatici permessi Un movimento doppio sotto il lancio è permesso sia stazionario che in spostamento <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI COMPLESSI STAZIONARI & COMPLESSI IN SPOSTAMENTO	Un movimento di corpo maggiore singolo sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 	Un singolo movimento di corpo maggiore con due giri sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
ROLL	<ul style="list-style-type: none"> ● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione
MATERIALE DI CONTATTO	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto un lancio nel livello B. Due movimento di corpo maggiore sono permessi sotto il lancio nel livello A. Non è permesso aggiungere un movimento di corpo minore dopo il lancio o prima della ripresa in entrambi i livelli.

RESTRIZIONI 2 BASTONI		
CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1 giro <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	2 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI COMPLESSI STAZIONARI & COMPLESSI IN SPOSTAMENTO NB: I movimenti acrobatici non sono permessi	Un movimento di corpo maggiore singolo sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione Nota– I lanci a a mano aperta sono considerati “Standard”	Un singolo movimento di corpo maggiore con un giro sotto il lancio (non è considerato un movimento doppio) <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
ROLL	<ul style="list-style-type: none"> ● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Il mostro parziale è concesso, con il bastone che esegue una rotazione di 360° intorno ad un braccio
MATERIALE DI CONTATTO	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione
<ul style="list-style-type: none"> ● NOTA I giri possono essere eseguiti sotto 1 o 2 bastoni. Questo include sia i lanci singoli che i lanci doppi con 1 o 2 mani... alto/basso, alto/alto, piani diversi, direzioni diverse, in opposizione ● NOTA. I movimenti di corpo maggiore possono essere eseguiti sotto 1 o 2 bastoni. Questo include sia i lanci singoli che i lanci doppi, con 1 o 2 mani, bastoni. Questo include sia i lanci singoli che i lanci doppi con 1 o 2 mani... alto/basso, alto/alto, piani diversi, direzioni diverse, in opposizione 		

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto il lancio nel livello B. Due movimenti di corpo maggiore sono permessi sotto il lancio nel livello A. Non è permesso aggiungere movimenti di corpo minori dopo il lancio o prima della ripresa in entrambi i livelli

RESTRIZIONI 3 BASTONI I movimenti acrobatici non sono permessi		
CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1 giro • Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	2 giri • Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI COMPLESSI STAZIONARI & COMPLESSI IN SPOSTAMENTO NB: I movimenti acrobatici non sono permessi	E' permesso un singolo movimento di corpo maggiore sotto il lancio • Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione Nota: i lanci a mano aperta sono considerati standard Un lancio triplo è permesso	Un singolo movimento di corpo maggiore con un giro sotto il lancio (questo non è considerato un movimento doppio) • Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione - Due lanci tripli sono permessi - I lanci con doppi movimenti non sono permessi - I movimenti acrobatici non sono permessi
ROLL	<ul style="list-style-type: none"> • No roll gola continui (con o senza mani) • No fig 8 gola • No mostri (parziali o completi) 	<ul style="list-style-type: none"> • Il mostro parziale è concesso, con il bastone che esegue una rotazione di 360° intorno ad un braccio
MATERIALE DI CONTATTO	<ul style="list-style-type: none"> • Nessuna restrizione 	<ul style="list-style-type: none"> • Nessuna restrizione
<ul style="list-style-type: none"> • NOTA DEFINIZIONE DI LANCIO TRIPLO: tutti e tre i bastoni sono lanciati in sequenza uno per tempo prima che il primo sia ripreso, OR, tutti e tre i bastoni sono lanciati allo stesso tempo. Per entrambi i tipi di lancio triplo le riprese possono essere in qualsiasi ordine. 		

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto il lancio nel livello B. Un movimento di corpo maggiore con un giro è permesso sotto il lancio nel livello A. Non è permesso aggiungere un movimento di corpo minore dopo il lancio o prima della ripresa in entrambi i livelli.

RESTRIZIONI X STRUT per TUTTI i livelli

I movimenti acrobatici non sono permessi

Il contatto con il pavimento con parti del corpo che non siano i piedi non sono permessi

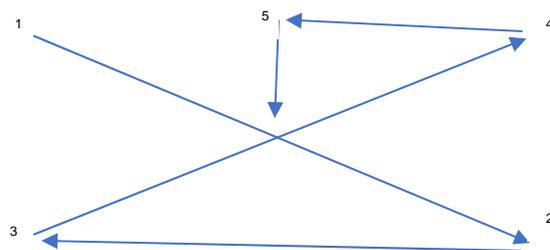
Intenzionali contatti con il suolo del bastone sono permessi

Lanci/rolls/dita/qualsiasi forma di lancio e ripresa non sono permessi

CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
MOVIMENTI DI CORPO	<p>Un singolo movimento di corpo maggiore sia stazionario che in movimento può essere eseguito ad ogni singolo tempo. Un singolo movimento di corpo maggiore (illusion, gran jètè, presa della gamba) non può essere combinato con se stesso o con gli altri (no doppio illusion ecc)</p> <p>La flessione dorsale (layback) se eseguita nel livello B deve essere presentata con entrambi i piedi a terra</p>	<p>Sono consentiti i doppi movimenti di corpoi eseguiti su un piede (es. un doppio illusion o illusion+ presa della gamba ecc)</p> <p>I tripli movimenti di corpo maggiore eseguiti su un piede o simultaneamente NON SONO consentiti da fermi o in spostamento (es. triplo illusion, illusion+ presa della gamba + altro illusion, doppio salto + illusione senza cambiare supporto o gamba o gamba di atterraggio ecc.)</p> <p>Gli elementi in cui viene modificata la gamba dell'equilibrio non sono limitati</p> <p>La flessione dorsale (layback) su un solo piede è permessa</p>
MOVIMENTI DI BASTONE	<p>Riferirsi alle regole generali</p> <p>I movimenti di bastone permessi sono gli stessi in tutti i livelli. Le scivolate sono permesse</p>	

NOTA:

I movimenti di base richiesti sono 4 passi di marcia con lavoro di bastone complementare che deve essere fatto all'inizio della 1^, 2^, 3^, 5^ diagonale della X



GIUDICI

RESTRIZIONI DUET		
I movimenti acrobatici non sono permessi		
CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-3 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	1-4 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI COMPLESSI STAZIONARI & COMPLESSI IN SPOSTAMENTO NB: I movimenti acrobatici non sono permessi	E' permesso un singolo movimento di corpo maggiore sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con 2 giri sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sia stazionari che in spostamento. Non ci sono limitazioni di numero. I movimenti tripli non sono permessi
ROLL	<ul style="list-style-type: none"> ● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione

RESTRIZIONI ARTISTIC TWIRL & ARTISTIC PAIR

I movimenti acrobatici sono permessi e considerati come movimenti di corpo maggiore

CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-3 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	1-4 giri <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI ACROBATICI AEREI	Non permessi con o senza lancio	Una sola RUOTA SENZA MANI è permessa sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione <ul style="list-style-type: none"> ● Corpo Modo di lanciare: sono permessi movimenti di corpo minore Modo di riprendere: nessuna restrizione <ul style="list-style-type: none"> ● Le ruote senza mani non possono essere combinate con nessun altro movimento ● Non sono permessi altri movimenti acrobatici aerei
MOVIMENTI COMPLESSI STAZIONARI & COMPLESSI IN SPOSTAMENTO	Un movimento di corpo maggiore singolo sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con due giri sotto il lancio <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento <ul style="list-style-type: none"> ● Bastone Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti di corpo maggiore doppi sono permessi sia stazionari che in spostamento, in numero illimitato
ROLL	<ul style="list-style-type: none"> ● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nessuna restrizione

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto un lancio nel Livello B. Due movimenti di corpo maggiore sono permessi sotto il lancio nel livello A. **NON** è permesso aggiungere movimenti di corpo minore dopo il lancio o prima della ripresa in entrambi i livelli.

RICORDA SEMPRE

- **TECNICA:** È la corretta esecuzione di tutti i movimenti sia di corpo che di bastone. Questa è la base con cui si valuta la qualità di ogni movimento.
- **COMPETENZA:** Il livello di abilità allenate e raggiunte dall'atleta. Un acuto riconoscimento della competenza di un atleta aiuterà a determinare un range di punteggio.
- **LA QUALITÀ SUPERA LA QUANTITÀ:** «di più» non è migliore.

SOLO

- Il focus dell'evento è sul bastone
- La tecnica del bastone deve essere corretta, precisa e leggibile
- Si deve fare attenzione al controllo dei piani, delle direzioni e al mantenimento di una velocità costante e di conseguenza alla fluidità dei movimenti
- Deve essere presentato un contenuto vario e intricato che comprenda tutte le tre aree del twirling
- Non potendo essere inseriti più di due movimenti acrobatici in qualsiasi livello, bisogna stare attenti alla varietà degli elementi inseriti
- Fare attenzione all'uso eccessivo degli illusion
- La densità e l'intrico del contenuto tecnico sono il focus principale della specialità

Scala di giudizio su 10 punti.

2-3 BASTONI

- Ambidestrisimo
- Bastoni in continuo e simultaneo movimento
- Fluidità
- Rappresentazione delle 3 aree (lanci, rolls, materiali di contatto)
- Piani corretti
- Utilizzo di cambi direzionali
- Varietà di modi di lanciare e riprendere
- Utilizzo sia del piano orizzontale che verticale
- Creazione contrasto e interesse con movimenti alti e bassi
- Unione equilibrata di bastone e lavoro di piedi

Scala di giudizio su 10 punti.

X-STRUT

- L'X-Strut incorpora tutte le forme di movimento e di danza e di pose e include dimostrazioni di equilibrio, ampiezza e flessibilità.
- I movimenti di corpo scelti, sia stazionari che in movimento ci si aspetta che siano eseguiti con tecnica corretta e adeguata. L'unione equilibrata di questi con l'uso del bastone sarà quello che dà credito all'atleta per quello che riguarda difficoltà, varietà, tempismo e intricatezza.
- I movimenti del bastone possono migliorare il movimento di corpo essendo un'estensione di quest'ultimo o dando il tocco finale all'immagine che si sta creando o aggiungendo ulteriori dettagli.
- I movimenti di corpo con una corretta tecnica di esecuzione uniti al corretto maneggio del bastone riceveranno più credito che gli stessi movimenti eseguiti senza usare il bastone.

Scala di giudizio su 100 punti.

SCALA DI GIUDIZIO XSTRUT

MEDIocre DEBUTTANTE	MEDIocre BASSO	55,0/59,99	L'atleta è nuovo all'evento e vengono inserite nuove abilità
	MEDIocre ALTO	60,0/64,99	
SUFFICIENTE PRINCIPIANTE	SUFFICIENTE BASSO	65,0/69,99	SCOPERTA: L'atleta scopre le abilità, le automatizza con la pratica e implementa la memoria muscolare
	SUFFICIENTE ALTO	70,0/74,99	
BUONO INTERMEDIO	BUONO BASSO	75,0/79,99	CONOSCENZA: L'atleta conosce fisicamente e mentalmente le abilità presentate e può cominciare a eseguire con semplicità e precisione.
	BUONO ALTO	80,0/84,99	
ECCELLENTE AVANZATO	ECCELLENTE BASSO	85,0/89,99	COMPREDERE: L'atleta sa utilizzare le abilità per esecuzioni ad alto livello. Sa utilizzare queste capacità per esprimere e comunicare il sentimento della performance
	ECCELLENTE ALTO	90,0/94,99	
SUPERIORE MASTERY	SUPERIORE	95,0/100,0	L'atleta APPLICA SEMPRE: le abilità con originalità e creatività per eseguire performance con la tecnica perfetta

ARTISTIC TWIRL

- Varietà e difficoltà di bastone e corpo sulla musica
- Lavoro simultaneo di corpo e bastone sulla musica
- Precisione
- Chiarezza
- Utilizzo dello spazio
- Interpretazione ed intrattenimento

Scala di giudizio su 10 punti.

ARTISTIC PAIR

- Interrelazione ed interdipendenza
- Varietà dei movimenti di bastone e corpo parametrati all'abilità delle 2 atlete
- Utilizzo dello spazio
- Interpretazione ed intrattenimento
- Precisione ed insieme del lavoro di coppia

Scala di giudizio su 10 punti.

DUET

- Il focus della routine è basato su lanci, rolls e materiale di contatto e scambi inseriti in una presentazione INTERRELATA e INTERDIPENDENTE. Il twirling sincronizzato, side-by-side è il primo passo nella composizione, ma la profondità del DUET va oltre.
- Il Duet è una specialità NON MUSICALE e NON INTERPRETATIVA in cui i due componenti vengono valutati per l'abilità tecnica raggiunta che deve essere adeguato al livello scelto, deve essere equilibrato fra i componenti e deve presentare interrelazione e interdipendenza.
- Il Duet viene giudicato in base a:
 - Compatibilità/coordinazione delle abilità
 - Controllo costante della velocità, continuità e fluidità
 - Densità del materiale fra le richieste di lanci, rolls, materiale di contatto e scambi
 - Coreografia interconnessa che risulta come una sola entità e non come due solisti.
- **Interrelazione** = Interrelazione è l'uso del contributo di entrambi gli atleti per creare un'UNICA immagine (es. staging/movimenti dei due atleti per creare una sola immagine, velocità unificata per dare senso di unità).
- **Interdipendenza** = L'interdipendenza si verifica quando dei movimenti/abilità vengono create ed eseguiti da entrambi gli atleti che DIPENDONO uno dall'altro per eseguire questi movimenti. (es. scambi, movimenti che richiedono contatto fisico).
- Tutte le aree del twirling (lanci, rolls, materiale di contatto) nel Duet devono essere interpretate in ottica di interrelazione e interdipendenza.
- I giudici devono dare più credito al twirling in syncro eseguito in movimento che a quello statico.

Scala di giudizio su 10 punti.