



**Federazione
Italiana
Twirling**

Fascicolo

CONTEST DI PRIMAVERA 2021

Elaborazione Commissione Settore Promozionale
DTN Pro - Germana Zanini

Approvato CF - Aprile 2021

DESCRIZIONE	<p>Gara on line a carattere individuale con classifica a settore e a società</p> <p>Video registrati (per ogni singola atleta) ed inviati in FITW secondo info segreteria</p> <p>Diretta FB - Composizione offline dei video per "diretta FB" in data 20.06.21</p>
TESSERAMENTO anno 2020/2021	<p>Settore promozionale</p> <p>Settore agonismo (atleti che non hanno gareggiato o che hanno gareggiato solo nel campionato Coppa Italia Principianti)</p>
FINALITA' e CONSIDERAZIONI	<p>Offrire l'opportunità agli atleti dei settori sopra specificati di lavorare con un obiettivo semplice e a breve termine in considerazione del periodo di pausa da attività sportiva causa pandemia</p> <p>Video da realizzare in ambienti chiusi o all'aperto con preghiera di massima attenzione alla messa in sicurezza degli atleti. Scelta della tipologia coreografica più adatta all'ambiente in cui la stessa viene svolta</p> <p>Gara non competitiva ma con finalità sociale</p>
REGOLE	<p>Ogni atleta potrà partecipare scegliendo una tra le tre tipologie di coreografia proposte</p> <p>Esercizio con musica libera</p> <p>Tempo min. 30" max 45" per coreografie tipologia A e B</p> <p>Tempo min. 45" max 1.0' per coreografia tipologia C</p> <p>Composizione coreografica libera che dovrà però contenere i movimenti di bastone e corpo richiesti</p> <p>Ogni tipologia di coreografia avrà richieste progressive</p> <p>I video dovranno iniziare con la ripresa ravvicinata dell'atleta che pronuncia nome, cognome, nome società e, di seguito, esegue la coreografia</p> <p>I video dovranno essere nominati nel modo seguente: Società_Cognome_Nome_settore_creditiX esempio: Roma_Rossi_Maria_promozionale_crediti5</p> <p>Non obbligatorio: nel limite del possibile ogni società dovrà inviare una foto-collage dei partecipanti correlata da logo societario; l'immagine verrà usata durante la "diretta FB"</p> <p>Abbigliamento: body con o senza gonna, accademico, fuseaux e canotta/t-shirt; scarpe sportive a mezza punta, a suola intera o scarpe da ginnastica da esterno (se la pavimentazione lo richiede)</p>

VALUTAZIONE	<p>I crediti saranno riconosciuti se nella coreografia verranno soddisfatte tutte le richieste sia in termini di quantità sia di qualità e se la ripresa video sarà ben visibile</p> <p>I movimenti abbozzati/non riconoscibili e le cadute di bastone, essendo errori importanti, non daranno diritto al credito dell'intera coreografia</p> <p>Non sono previste restrizioni ma la presenza di eventuali grandi difficoltà non concorrerà all'acquisizione dei crediti; si richiede qualità delle richieste</p> <p>Ogni atleta con coreografia a cui sono stati riconosciuti i crediti concorrerà a formare un monte crediti per la propria società</p> <p>Non verrà data importanza al taglio della musica, è richiesto il rispetto della durata;</p>
-------------	--

CLASSIFICHE	<p>Classifica settore promozionale - verranno menzionati nella "diretta FB" i nominativi delle prime 3 società classificate</p> <p>Classifica settore agonismo - verranno menzionati nella "diretta FB" i nominativi delle prime 3 società classificate</p> <p>Classifica generale (podio vincitori) - verranno menzionate nella "diretta FB" le prime 3 società classificate</p>
-------------	---

PREMIAZIONE	<p>Diploma di partecipazione a tutti gli atleti partecipanti</p> <p>Diploma alle prime tre società in classifica nel settore promozionale</p> <p>Diploma alle prime tre società in classifica nel settore agonismo</p> <p>Diploma alle prime tre società in classifica generale (podio vincitori)</p>
-------------	---

RICHIESTE	
COREOGRAFIA TIPOLOGIA "A" - crediti 5 - Durata min 30 " max 45"	
CORPO	BASTONE
1 Equilibrio in appoggio su 2 piedi in relevè o su 1 piede non in relevè (tenuta 2 secondi)	2 fig. 8
1 salto (eseguito sul posto)	1 lancio a mano aperta (senza rivoluzioni in volo)
1 slancio arto inferiore (ampiezza minima 90°)	1 passaggio roll su polso o su gomito

COREOGRAFIA TIPOLOGIA "B" - crediti 10 - Durata min 30 " max 45"	
CORPO	BASTONE
1 Equilibrio in appoggio su 1 o 2 piedi in relevè (tenuta 2 secondi)	Una mini sequenza composta da: 1 fouettè + 2 fig. 8
1 salto (sul posto o in spostamento)	1 lancio a mano aperta (con rivoluzioni in volo)
1 slancio arto inferiore (ampiezza superiore a 90°)	1 roll su polso/mano o su gomito
1 movimento di corpo maggiore	1 flip

COREOGRAFIA TIPOLOGIA "C" - crediti 15 - Durata min 45 " max 1.0'	
CORPO	BASTONE
1 Equilibrio in appoggio su 1 piede in relevè (tenuta 2 secondi)	1 sequenza composta da: ruota al rovescio + fouettè + movim frontale
1 salto scelto tra: biche, sforbiciata, jetè	2 flip consecutivi
1 slancio arto inferiore (ampiezza superiore a 90°)	1 roll 1/2 gomito al diritto
1 movimento di corpo maggiore	1 lancio (con pollice al diritto o torsione polso al rovescio - minimo 2 rivoluzioni in volo)
1 illusion	