FASCICOLO
SPECIALITÀ TECNICHE

In vigore da SETTEMBRE 2026

DISCIPLINE

Le discipline presenti al Campionato regionale/interregionale e nazionale di specialità tecniche sono le seguenti:

Specialità femminili	Specialità maschili	Specialità miste
• Solo • Due Bastoni • Tre Bastoni • Artistic Twirl • X-Strut	• Solo • Due Bastoni • Tre Bastoni • Artistic Twirl • X-Strut	• Duet • Artistic Pair • Twirl Team

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

Le specialità DanceTwirl Team e TwirlingCorps saranno offerte nel Campionato Italiano di Serie A.

REQUISITI

SPECIALITA' TECNICHE						
	LIV B		LIV A		LIV ELITE	
	GRADI	SOLO STANDARD	GRADI	SOLO STANDARD	GRADI	SOLO STANDARD
SOLO/2B/3B/AT						
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/SR	4°		3°		1°	
TEAM (TWIRL)						
CATEGORIA UNICA	3°		2°		1°	
DANCETWIRL TEAM						
CATEGORIA UNICA					2°	
TWIRLING CORPS						
CATEGORIA UNICA					2°	

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 2027.**

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

CATEGORIE

WOMEN & MEN'S 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 +
DUET	**Età combinata dei due membri (somma delle età)**
CADETTI	16 – 23 anni
YOUTH	24 – 29 anni
JUNIOR	30 – 35 anni
SENIOR	36 – 41 anni
ADULT	42 anni +
ARTISTIC PAIR	**Si deve inserire la fascia d'età che corrisponde all'età dell'atleta più anziano**
CADETTI	8 – 11 anni
YOUTH	12 – 14 anni
JUNIOR	15 – 17 anni
SENIOR	18 – 21 anni
ADULT	22 anni +
TEAM TWIRL/ DANCETWIRL TEAM/ TWIRLING CORPS	
CATEGORIA UNICA	12+

EVENTI OFFERTI IN ITALIA

EVENTO	CATEGORIA	LIV B	LIV A	LIV ELITE
WOMEN & MEN'S SOLO, 2 BATON, ARTISTIC TWIRL, 3 BATON, X-STRUT	CADETTI	X*	X*	X*
	YOUTH	X (no men)	X (no men)	
	JUNIOR	X	X	X
	SENIOR	X	X	X
	ADULT	X (no men)	X (no men)	X
DUET & ARTISTIC PAIR	CADETTI	X*	X*	X*
	JUNIOR	X	X	X
	SENIOR	X	X	X
TWIRL TEAM	CAT UNICA	X	X	X

X* CATEGORIA OFFERTA IN ITALIA MA NON ALL'EUROPEO/EURO CUP

DanceTwirl Team e TwirlingCorps saranno offerti in Categoria unica nel Campionato Italiano Serie A.

MUSICA

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

Solo	=	Livello B/A 1':45'' minuti **NCSolo** Livello Elite 2':00 minuti **WCSolo**
Due Bastoni	=	1:30 minuti
Tre Bastoni	=	1:30 minuti
Artistic Twirl & Artistic Pair	=	1:45 minuti
Duet*	=	Livello B/A 1':45'' minuti **NCDuet** Livello Elite 2':00 minuti **WCDuet**
X-Strut	=	1:45 minuti
Twirl Team	=	Musica IBTF
Dance Twirl Team	=	da 2'00" a 3'00"
Twirling Corps	=	da 3'00" a 3'30"

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

* La musica del Duet livello B/A/E è una traccia unica della durata di 2 minuti. Al minuto 1':45" è presente una variazione che corrisponde alla fine della durata della musica per i livelli B e A.

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 4 partecipanti	SOLO FINALE
Da 5 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

Un movimento sarà definito acrobatico in un programma di twirling 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 un 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

ALTRE DEFINIZIONI PER L' ACROBATICA: (applicabili alle discipline di coppia, team, gruppi artistici e twirlingcorps)

Lift (Sollevamento): Un elemento in cui un'atleta viene sollevata, elevata o sostenuta da una o più atlete.

Mount (Salita/Discesa dal sollevamento): L'azione o il metodo utilizzato da un'atleta per entrare o uscire da un sollevamento.

Assisted Acrobatic Movement (Movimento Acrobatico Assistito): Un movimento acrobatico eseguito sopra, intorno o mediante il contatto con un'altra atleta, senza che l'atleta venga sollevata o elevata.

Pyramid (Piramide): Una formazione in cui un'atleta è sostenuta da un'altra atleta che, a sua volta, è sostenuta da una o più altre atlete.

Body Toss (Lancio del corpo): Un elemento in cui un'atleta viene lanciata in aria da altre atlete e, mentre si trova in fase di volo prima di essere afferrata, non è in contatto con nessun'altra atleta.

One story (Una storia o piano/Un livello): Un'atleta in piedi sul campo di gara.

One and a half stories (Una storia o piano e mezzo/Un livello e mezzo): Due atlete posizionate una sopra l'altra, dove l'una o l'altra atleta si trova in una delle seguenti posizioni:

- seduta o in ginocchio
- una in piedi e una sollevata verticalmente all'altezza della vita
- una in piedi e una sollevata orizzontalmente in posizione orizzontale all'altezza delle spalle o a braccia completamente distese

Two stories (Due storie o piani/Due livelli): Due atlete in posizione eretta, una direttamente sulle spalle dell'altra: non è consentito.

Gli elementi acrobatici sono considerati delle Restrizioni di Contenuto in quelle discipline che ne autorizzano solo un numero specifico o non li consentono affatto, e sono soggetti a una penalizzazione per superamento delle restrizioni.

Lift, Mount e Movimenti acrobatici assistiti
I sollevamenti (Lift), le entrate/uscite (Mount) e i movimenti acrobatici assistiti sono anch'essi considerati una Restrizione di Contenuto nelle discipline che ne autorizzano solo un numero specifico o non li consentono affatto, e sono soggetti a una penalizzazione per violazione delle restrizioni di contenuto. Sono limitati nei livelli B e A.
Non sono ammessi nei Duet, TwirlTeam e Twirling Corps in tutti I livelli (compreso l'Elite).
L'atleta sollevata o assistita deve rimanere in contatto continuo con almeno un'altra atleta e non deve essere elevata oltre un piano e mezzo (un livello e mezzo).

Le piramidi e i lanci del corpo (body toss) non sono consentiti in tutti I livelli (compreso l'Elite) e in tutte le discipline.

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

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.

Caduta di bastone: si verifica quando in modo involontario il bastone perde il contatto con la mano dell’atleta e allo stesso tempo almeno una delle estremità del bastone (pomello piccolo e/o grande) tocca il pavimento. Se il bastone è in mano all’atleta e uno dei pomelli tocca il pavimento NON VIENE rilevata una caduta.

Caduta di persona: chiara perdita di equilibrio e appoggio obbligato di una parte dl corpo al suolo. La penalità per la caduta di persona può essere attribuita per ogni caduta avvenuta in qualsiasi parte dell’esercizio

X STRUT

La specialità viene giudicata su scala 100 pt.

10,0	Infrazione/superamento restrizioni Bastone non conforme Twirling Passo di marcia omesso
1,0	Caduta di bastone Caduta di corpo Mancato saluto
Regola FiTW – 0,5	Abbigliamento indecoroso
Squalifica	Abbandono del campo senza giustificato motivo

DEFINIZIONE DI SALUTO

Impugnare il bastone con la mano destra facendolo salire verso la spalla sinistra con il pomello grosso rivolto verso l'alto. Gomito all'altezza della spalla. Le nocche toccano le cavità della spalla o la clavicola. Il corpo deve essere in posizione eretta con entrambi i piedi a terra (la posizione dei piedi è facoltativa), mantenendo la posa per un minimo di due tempi. Il saluto iniziale deve essere rivolto verso la prima diagonale, mentre il saluto finale deve essere rivolto verso la giuria.

MANCATO SALUTO (FAILURE TO SALUTE)

- Il saluto è obbligatorio dopo la presentazione iniziale/prima dei primi passi di marcia richiesti e al termine dell’esercizio.

- Se un saluto viene omesso, verrà applicata una **penalità di 1,0 punto** per ogni infrazione.

TWIRLING

- La penalità “Twirling” viene equiparata al superamento restrizioni.
- La penalità assegnata sarà di 10 punti.
- *«Non sono consentite più di due rotazioni continue del bastone quando questo è impugnato sull’asta. I riccioli quando il bastone è impugnato sul pomello sono illimitati. Il bastone deve rimanere in una o l’altra mano per tutta la durata dell'esibizione.»*
- *«Le scivolate del bastone sono consentite (se eseguite mantenendo il bastone impugnato da una o due mani). Lanci, Rolls, dita o rilascio del bastone in aria non sono consentiti.»*
- Gli unici movimenti di twirling consentiti sono i grandi cerchi, riccioli e un **massimo di 2 rotazioni continue** quando il bastone è impugnato dal centro.
  Esempio: 2 rotazioni = massimo 1 figura otto completa oppure massimo 2 mezze figure. Questo vale sia per il piano di lavoro verticale che per quello orizzontale.

PASSO DI MARCIA OMESSO (OMITTED REQUIRED STEP)

- Sono richiesti un **minimo di 4 passi di marcia consecutivi** in posizioni specifiche all'interno della struttura a "X" (all'inizio della 1°, 2°, 3° e 5° LINEA del percorso a X).
- In caso di mancanza di tutti e quattro i passi di marcia sarà applicata una penalità per **RESTRIZIONE DI CONTENUTO**
- **Penalità = 10,0 punti** per ogni sezione di marcia mancante.

- Questa penalità può verificarsi in 4 diverse parti obbligatorie della struttura dell'X-Strut. Verrà applicata **1 penalità per sezione**.

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
Regola FiTW – 0,5	Abbigliamento indecoroso
0,5	Abbandono del campo
0,1	Caduta di bastone Caduta di corpo
Squalifica	Abbandono del campo senza giustificato motivo

DANCETWIRL TEAM

10,0	Bastone non conforme Superamento restrizioni
5,0	Abbandono del campo
3,0	Abbigliamento indecoroso
1,0	Caduta di bastone
1,0	Caduta di corpo
5,0	Tempi musicali errati
Squalifica	Abbandono del campo senza

TWIRL TEAM

10,0	Infrazione/superamento restrizioni Bastone non conforme
5,0	Abbandono del campo
3,0	Abbigliamento indecoroso
1,0	Caduta di bastone Caduta di corpo Mancato Saluto
5,0	Tempi musicali errati
Squalifica	Abbandono del campo senza giustificato motivo

TWIRLING CORPS

10,0	Infrazione/superamento restrizioni Bastone non conforme
5,0	Abbandono del campo
3,0	Abbigliamento indecoroso
0,5	Caduta di bastone Caduta di corpo
5,0	Tempi musicali errati

ABBIGLIAMENTO INDECOROSO

La penalità per abbigliamento indecoroso 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.

APPENDICE A RESTRIZIONI CONTENUTO LIVELLO B E LIVELLO A

RESTRIZIONI SOLO **Un massimo di 2 movimenti acrobatici sono permessi con o senza lancio**		
CATEGORIA	**LIVELLO B**	**LIVELLO A**
GIRI	1-2 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard	1-3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 4 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard
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 ● **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 se selezionata come uno dei due movimenti acrobatici permessi **Le ruote senza mani non possono essere combinate con nessun altro movimento** Un movimento doppio sotto il lancio è permesso sia stazionario che in spostamento ● **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 ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con due giri sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
ROLL	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● Nessuna restrizione
MATERIALE DI CONTATTO	● Nessuna restrizione	● 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 ● **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**	Un movimento di corpo maggiore singolo sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione Nota– I lanci a a mano aperta sono cosiderati "Standard"	Un singolo movimento di corpo maggiore con un giro sotto il lancio (non è considerato un movimento doppio) ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi NON sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento
ROLL	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● Il mostro parziale è concesso, con il bastone che esegue una rotazione di 360° intorno ad un braccio
MATERIALE DI CONTATTO	● Nessuna restrizione	● Nessuna restrizione
LANCI DOPPI**	● E' possibile presentare al massimo due lanci doppi	● Nessuna restrizione
● 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 lasci 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. Un movimento di corpo maggiore con un giro è permesso 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

** Lancio doppio: un lancio si definisce doppio quando entrambi i bastoni vengono lanciati in contemporanea con la stessa mano o con entrambe le mani.

Riprese:
Livello B: L'esecuzione di qualsiasi ripresa non deve comportare l'esecuzione di 2 o più giri sotto uno dei lanci. Eseguire 1 giro e mezzo sotto un lancio è tollerato per quelle riprese che richiedono ½ rotazione del corpo per essere eseguite.
Livello A: L'esecuzione di qualsiasi ripresa non deve comportare l'esecuzione di 3 o più giri sotto uno dei lanci. Eseguire 2 giri e mezzo sotto un lancio è tollerato per quelle riprese che richiedono ½ rotazione del corpo per essere eseguite.

RESTRIZIONI 3 BASTONI I movimenti acrobatici non sono permessi		
CATEGORIA	**LIVELLO B**	**LIVELLO A**
GIRI	1 giri • **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	1 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**	I movimenti di corpo maggiore **NON** sono ammessi sotto il lancio • **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I lanci a mano aperta sono considerati "Standard"	Un singolo movimento di corpo maggiore sotto il lancio • **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione - **I lanci con doppi movimenti non sono permessi** - **I movimenti acrobatici non sono permessi**
ROLL	• No roll gola continui (con o senza mani) • No fig 8 gola) No mostri (parziali o completi)	• Il mostro parziale è concesso, con il bastone che esegue una rotazione di 360° intorno ad un braccio
MATERIALE DI CONTATTO	• Nessuna restrizione	• Nessuna restrizione
LANCIO TRIPLO (TRIPLE TOSS)	• Non Ammessi	• Sono permessi due Sequential Triple toss (sia Basic Triple Toss, sia High Triple Toss) • **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
• 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. **Sequential Triple Toss** – In rilascio dei tre bastoni avviene in modo sequenziale(uno alla volta) (prima che uno dei tre venga ripreso. Le riprese possono avvenire in qualsiasi ordine **Basic Triple Toss** – Medio, basso, alto. **High Triple Toss** – alto, alto, alto **Simultaneous Triple Toss** – Il rilascio dei 3 Bastoni in aria avviene simultaneamente prima che uno venga ripreso. Le riprese dei tre bastoni possono essere in qualsiasi ordine		

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto il lancio nel livello A. Non è permesso aggiungere un movimento di corpo minore dopo il lancio o prima della ripresa.

RESTRIZIONI X-STRUT **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	Massimo 2 giri puri. Non possono essere combinati con movimenti di corpo maggiore. Singoli movimenti di corpo maggiore (stazionari o in spostamento) possono essere eseguiti uno alla volta I singoli movimenti di corpo maggiore non possono essere combinati tra loro (es, no doppio illusion) Deep Lunges Non sono ammessi Chiarimento: Il peso dell'atleta deve cambiare tra un movimento e l'altro quando i movimenti sono eseguiti uno di seguito all'altro	Massimo 3 giri puri. Non possono essere combinati con movimenti di corpo maggiore. Massimo 2 giri puri possono essere combinati con un movimento di corpo maggiore Movimenti doppi sono concessi (sia stazionari che in spostamento). Possono essere combinati lo stesso movimento di corpo maggiore (es. 2 illusion) o 2 diversi movimenti di corpo maggiore (illusion + battment hold) Deep Lunges sono ammessi. Movimenti tripli/multipli di movimenti di corpo maggiore non sono ammessi
MOVIMENTI DI BASTONE I movimenti di bastone ammessi/non ammessi sono gli stessi per tutti i livelli (B/A/Elite)	Qualsiasi forma di rilascio del bastone (lanci, flip, dita, rolls) NON è AMMESSA. Le scivolate sono permesse; deve rimanere sempre saldamente impugnato in una mano o nell'altra (o in entrambe le mani). Non ci sono restrizioni sul numero di grandi cerchi e riccioli eseguiti quando il bastone è tenuto per il pomello. Un massimo di due rotazioni continue del bastone (2 rotazioni complete) quando il bastone è tenuto sull'asta	
MARCIA	Minimo 4 passi di marcia consecutivi sono richiesi all'inizio di specifiche sezioni della X (1ª/2ª3ª e 5ª linea della X)	

DEFINIZIONE DI DEEP LUNGE: è un movimento fondamentale utilizzato come equilibrio, dimostrazione di forza e come movimento di transizione.
Caratteristiche tipiche di un deep lunge:

- Posizione: una gamba è piegata all'altezza del ginocchio (angolo di 90° o superiore). L'altra gamba è estesa dietro, a lato o di fronte, con il ginocchio sollevato da terra
- Bacino: frontale e basso, spinge verso il pavimento per approfondire l'allungamento della gamba e stabilizzare il baricentro
- Busto: Verticale o leggermente inclinato in avanti, a seconda del movimento eseguito

Saluto: il saluto è obbligatorio dopo la presentazione iniziale/prima della prima marcia e alla fine dell'esercizio.
NOTA: Nessun movimento di corpo o bastone è ammesso dopo il saluto finale

RESTRIZIONI DUET **applicabili ad uno o ad entrambi i membri del Duet** **I movimenti acrobatici non sono permessi** **Sollevamenti/Mount/acrobatica assistita/2 Storie/Lanci del corpo non sono ammessi in nessun livello (Elite compreso)**		
CATEGORIA	**LIVELLO B**	**LIVELLO A**
GIRI	1-2 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard	1-3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 4 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard
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	Un singolo movimento di corpo maggiore con 2 giri sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento ● **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	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● Nessuna restrizione

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

RESTRIZIONI ARTISTIC TWIRL

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

CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-2 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard	1-3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 4 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard
MOVIMENTI ACROBATICI AEREI	Non permessi con o senza lancio	Una sola **RUOTA SENZA MANI** è permessa sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione ● **Corpo** Modo di lanciare: sono permessi movimenti di corpo minore Modo di riprendere: nessuna restrizione ● **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 ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con due giri sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento ● **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	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● 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.

RESTRIZIONI ARTISTIC PAIR

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

Sollevamenti di 2 Storie/Piramidi/Lanci del corpo non sono ammessi in nessun livello (Elite compreso)

CATEGORIA	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-2 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard	1-3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione 4 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: standard Modo di riprendere: standard
MOVIMENTI ACROBATICI AEREI	Non permessi con o senza lancio	Una sola **RUOTA SENZA MANI** è permessa sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione ● **Corpo** Modo di lanciare: sono permessi movimenti di corpo minore Modo di riprendere: nessuna restrizione ● **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 ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con due giri sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione I movimenti doppi sono permessi sotto il lancio sia stazionari che in spostamento ● **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
SOLLEVAMENTI(LIFT)/ MOUNT E ACROBATICA ASSISTITA	• L'atleta sollevato o assistito deve rimanere in contatto continuo con almeno un altro atleta e non può essere sollevato per più di una storia e mezza. • Piramidi e lanci del corpo non sono ammessi	• L'atleta sollevato o assistito deve rimanere in contatto continuo con almeno un altro atleta e non può essere sollevato per più di una storia e mezza. • Piramidi e lanci del corpo non sono ammessi
ROLL	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● 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.

RESTRIZIONI DANCETWIRL TEAM

Applicate a uno o tutti i componenti del Team

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

Sollevamenti di 2 Storie/ Piramidi/ Lanci del corpo non sono ammessi in nessun livello (incluso l'Elite)

CATEGORI	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-2 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	1-3 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI AEREI ACROBATICI (Considerati Movimenti di corpo maggiore)	Non permessi con o senza il lancio	Non permessi con o senza il lancio
SOLLEVAMENTI(LIFT)/ MOUNT E ACROBATICA ASSISTITA	• L'atleta sollevato o assistito deve rimanere in contatto continuo con almeno un altro atleta e non può essere sollevato per più di una storia e mezza. • Piramidi e lanci del corpo non sono ammessi	• L'atleta sollevato o assistito deve rimanere in contatto continuo con almeno un altro atleta e non può essere sollevato per più di una storia e mezza. • Piramidi e lanci del corpo non sono ammessi
MOVIMENTI COMPLESSI STAZIONARI & COMPLESSI IN SPOSTAMENTO	Un movimento di corpo maggiore singolo sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con un giro sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI DOPPI	Non permessi sotto il lancio	Non permessi sotto il lancio
ROLL	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● Nessuna restrizione
MATERIALE DI CONTATTO	● Nessuna restrizione	● Nessuna restrizione

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto un lancio nel Livello B. Un movimento di corpo maggiore più un giro 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.

RESTRIZIONI TWIRL TEAM (TEAM TECNICI)

Applicate a uno o tutti i componenti del Team (I movimenti acrobatici non sono permessi)

Sollevamenti/Mount/acrobatica assistita/Piramidi/ Sollevamenti di 2 Storie/Lanci del corpo non sono ammessi in nessun livello (Elite compreso)

CATEGORI	LIVELLO B	LIVELLO A
GIRI	1-2 giri ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	1-3 giri ● **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 ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione	Un singolo movimento di corpo maggiore con un giro sotto il lancio ● **Bastone** Modo di lanciare: nessuna restrizione Modo di riprendere: nessuna restrizione
MOVIMENTI DOPPI	Non permessi sotto il lancio	Non permessi sotto il lancio
ROLL	● No roll gola continui (con o senza mani) ● No fig 8 gola ● No mostri (parziali o completi)	● Nessuna restrizione
MATERIALE DI CONTATTO	● Nessuna restrizione	● Nessuna restrizione

CHIARIMENTO: Un movimento di corpo maggiore è permesso sotto un lancio nel Livello B. Un movimento di corpo maggiore più un giro 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.

RESTRIZIONI TWIRLING CORPS

I movimenti acrobatici non sono permessi con o senza lancio
Sollevamenti/Mount/acrobatica assistita/Piramidi/ Sollevamenti di 2 Storie/Lanci del corpo non sono ammessi

Nota: la penalità “Twirling time” non esiste più in quanto sarà valutata l’abilità dell’intero gruppo nell’eseguire lo stesso contenuto di bastone.

APPENDICE B FOCUS SUL METODO DI GIUDIZIO

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 QUALITA' SUPERA LA QUANTITA'**: «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

- Ambidestrismo
- 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 da 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.

100.0 Scoring Range		
Fair	Low	0.0 – 9.9
	Mid	10.0 – 19.9
	High	20.0 – 29.9
Average	Low	30.0 – 36.9
	Mid	37.0 – 42.9
	High	43.0 – 49.9
Good	Low	50.0 – 56.9
	Mid	57.0 – 62.9
	High	63.0 – 69.9
Excellent	Low	70.0 – 76.9
	Mid	77.0 – 82.9
	High	83.0 – 89.9
Superior	Low	90.0 – 93.9
	Mid	94.0 – 93.9
	High	97.0 – 100.0

SALUTO IMPROPRIO (IMPROPER SALUTE)

- Se il saluto non è eseguito correttamente verrà considerato un errore di esecuzione tecnica
- Sarà valutato dal giudice nella determinazione dell'abilità dell'atleta e riflesso nel punteggio assegnato dal giudice

ESIBIZIONE DOPO IL SALUTO FINALE (PERFORMING AFTER SALUTE)

- *Nessun elemento di corpo o di bastone è consentito dopo il saluto finale. Riportare il bastone fuori dalla posizione di saluto non è considerato un elemento*
- Verrà valutato come errore tecnico, allo stesso modo del saluto improprio
- Sarà valutato dal giudice nella determinazione dell'abilità dell'atleta e riflesso nel punteggio assegnato dal giudice

CONTATTO A TERRA DEL BASTONE/CORPO (FLOOR CONTACT)

- *Nessuna parte del corpo diversa dai piedi deve toccare il pavimento durante tutto l'esercizio. Il contatto del bastone con il pavimento è consentito se intenzionale e non derivante da una perdita di controllo, la quale comporterebbe invece un punteggio inferiore nel grado di eccellenza.*
- Si tratta di un errore diverso dalla **CADUTA di bastone o corpo** (penalità di 1,0 punto), che si verifica quando l'atleta cade a terra con la maggior parte o la totalità del corpo.
- Il **contatto a terra (Floor Contact)** è un errore tecnico dovuto a una perdita di equilibrio con tocco del suolo da parte di qualsiasi parte del corpo (dito, mano, polso, gomito, gamba, ginocchio...) ad eccezione dei piedi.
- Si verifica di solito (ma non solo) quando si tocca il pavimento con la mano durante un'illusion, quando si tocca il pavimento con la mano o il ginocchio in un affondo (deep lunge) per mancanza di equilibrio... questi sono gli esempi più comuni di contatto del corpo con il pavimento. Solo una parte del corpo tocca il pavimento. Un altro esempio è quando un atleta fa scivolare il bastone sul pavimento, rischiando di toccare il suolo con la mano. Ricordiamo che nell'X-Strut le uniche parti del corpo autorizzate a toccare il pavimento sono i piedi.

- Si considera anche il **contatto del bastone con il pavimento**, ovvero il tocco involontario del suolo con il bastone su cui viene scaricato il peso del corpo, causato sempre da mancanza di equilibrio.
- Trattandosi di un errore tecnico, sarà valutato dal giudice nella determinazione dell'abilità dell'atleta e riflesso nel punteggio assegnato dal giudice

FUORI TEMPO/FUORI PASSO (OUT OF STEP)

- Si verifica il fuori tempo quando l'esercizio non è a tempo con la musica/i passi di marcia non sono sulle battute corrette della musica.
- È richiesto che i passi di marcia inizino su un numero dispari, partendo con la gamba sinistra.
- Si tratta di un errore tecnico. Sarà preso in considerazione dal giudice nella valutazione dell'abilità dell'atleta e quindi nella determinazione del punteggio
- In caso di fuori tempo, l'atleta avrà una tolleranza di **8 tempi** per rimettersi in tempo/passo, prima che venga considerato un ulteriore errore di fuori tempo.

PASSO DI MARCIA NON CORRETTO (INCORRECT MARCHING STEP)

- Può essere rilevato a causa di diversi problemi come l'altezza delle ginocchia, le punte non stese, il mancato avanzamento, l'inizio della marcia con la gamba sbagliata, l'appoggio non corretto del piede, camminare, non eseguire uno dei passi di marcia richiesti
- Si tratta di un errore tecnico. Sarà preso in considerazione dal giudice nella valutazione dell'abilità dell'atleta e quindi nella determinazione del punteggio

ERRATO MOVIMENTO SUL SUOLO (INCORRECT X PATTERN)

- Anche questo sarà valutato come un errore tecnico, solitamente dovuto a una scarsa percezione dello spazio o a un errato bilanciamento della routine.

- Si tratta di un errore tecnico. Sarà preso in considerazione dal giudice nella valutazione dell'abilità dell'atleta e quindi nella determinazione del punteggio

RIEPILOGO GENERALE X-Strut - Penalità specifica vs Valutazione dell'abilità dell'atleta

PENALITÀ SPECIFICA

- **CADUTA BASTONE / CORPO (DROP / FALL)** = 1,0 punto di penalità per infrazione
- **MANCATO SALUTO (FAILURE TO SALUTE)** = 1,0 punto di penalità per infrazione
- **RESTRIZIONE DI CONTENUTO (CONTENT RESTRICTION)** = 10,0 punti di penalità
- **TWIRLING** = 10,0 punti di penalità
- **PASSO DI MARCIA OMESSO** = 10,0 punti di penalità

ERRORE TECNICO DA CONSIDERARE NELLA DETERMINAZIONE DEL PUNTEGGIO:

- **SALUTO IMPROPRIO**
- **ESIBIZIONE DOPO IL SALUTO FINALE**
- **CONTATTO A TERRA DEL BASTONE/CORPO**

- **FUORI TEMPO/FUORI PASSO**
- **PASSO DI MARCIA NON CORRETTO**
- **ERRATO MOVIMENTO SUL SUOLO**

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.

TWIRL TEAM

- Staging chiaro e leggibile, uniformità, lavoro di squadra, consistenza, fluidità e controllo della velocità.
- Varietà di contenuto in tutte le aree, scambi, cambi di formazione, bastoni multipli, twirling in syncro, alti/bassi e lavoro interdipendente e correlato.
- Uniformità di stile e di esecuzione fra tutti i componenti del team, devono essere un'unica entità.

- Focus sulla qualità rispetto alla quantità.

Scala di giudizio su 100 punti. Il giudice esprime un punteggio unico. La classifica viene determinata con il metodo place points.

TWIRLING CORPS

- Tecnica corretta di corpo e bastone.
- Precisione, insieme e lavoro di squadra all'unisono, interrelazione ed interazione.
- Performance, maestria nel lavoro, abilità dimostrate senza soluzione di continuità.
- Staging, copertura del campo, forme e relative evoluzioni, coreografia ritmata e di impatto
- Coesione con la musica e con il suo stile.

CAPTIONS:

1. VARIETA' E DIFFICOLTA' DEL CONTENUTO DI TWIRLING 20 PUNTI
- Riguarda l'effettivo materiale completato da 12 membri in tutte e tre le aree
- Tecnica corretta di bastone e corpo
- Enfasi sul twirling all'unisono
- Lavoro di twirling stazionario e in movimento in combinazione al lavoro di corpo e alla musica

2. VARIETA' E DIFFICOLTA' DEL LAVORO DI SQUADRA □ 20 PUNTI
- Totale coesione di tutti i membri
- Varietà degli scambi eseguiti dalla totalità o da gruppetti, varietà nei modi di lanciare e riprendere, altezze uniformi dei lanci
- Perfezione e controllo del lavoro di bastone

3. ESECUZIONE 20 PUNTI
- Complessiva esecuzione eccellente
- Precisione di tecnica, coordinazione, tempismo, unità di stile
- Padronanza di tutti gli elementi essenziali del programma

4. MOVIMENTI 20 PUNTI
- Varietà e difficoltà degli elementi di danza, movimenti e spostamenti
- Stile e coesione musicale
- Formazioni efficaci, creatività e lavoro all'unisono di corpo e bastone

5. EFFETTO GENERALE E PRODUZIONE 20 PUNTI
- Esecuzione con successo di tutti gli elementi del programma
- Twirling all'unisono, messa in scena adeguata, staging
- Si deve considerare il «pacchetto completo»

Scala di giudizio su 100 punti. Il giudice esprime un punteggio unico. La classifica viene determinata con il metodo place point

DANCETWIRL TEAM

- Il movimento e la danza sono il focus centrale, il bastone serve da accompagnamento
- Ricercare e premiare lo sviluppo dello staging e coreografie originali, realizzate attraverso qualsiasi stile di danza (balletto, jazz, contemporaneo, hip-hop, moderno e lirico).
- Qualità tecnica del movimento
- Fusione corpo e bastone in una composizione artistica senza soluzione di continuità che riflette la scelta e lo stile musicale.
- La musica scelta, la coreografia e l'interpretazione sono fondamentali.

CAPTIONS:

1. **Coreografia**: Varietà di danza e di Movimenti di Corpo – 30 PUNTI
- Ampio spettro di movimento
- Qualità degli elementi di corpo
- Ampiezza di stile
- Difficoltà dei movimenti di corpo eseguiti insieme
- Arrangiamento dei passi di danza che riflettono lo stile della musica/tema
- Approccio coesivo agli elementi del corpo privilegiando varietà ed eccellenza
- Movimento bilanciato
- Caratterizzazione
- Uso efficace della musica

2. **Effetto Generale del disegno e del progetto** - 30 punti
- Costruzione della Routine
- Effetto Generale
- Progetto del Disegno – Composizione
- Interpretazione Musicale/Musicalità Visiva
- Utilizzo di tempo e spazio
- Utilizzo di tutti i membri per creare il disegno
- Staging
- Continuità e sviluppo delle forme
- Abilità nello stile
- Valore di intrattenimento
- Qualità del disegno
- Innovazione
- Creatività
- Appeal sul pubblico
- Progetto
- Professionalità
- Sicurezza di stile

3. **Unione del Corpo con il Bastone** - 20 punti
- Fusione continua del corpo e del bastone in ogni momento della routine
- Fluidità
- Sequenze stazionarie e in spostamento
- Logica
- Elevare la qualità del disegno e della musicalità
- Accentuare la presentazione tridimensionale
- Armonia visiva

4. **Esecuzione- Precisione e Insieme** - 20 punti
- Tecnica corretta di corpo e bastone
- Conforme alla forma corretta
- Controllo del corpo
- Esecuzione accurata
- Morbidezza e grazia
- Uniformità delle posizioni di corpo

- Unisono
- Movimenti precisi
- Teamwork
- Tempismo

Scala di giudizio su 100 punti. Il pannello giudici viene suddiviso per caption e ogni giudice esprimerà il solo il punteggio relativo alla caption a cui è stato assegnato. Il punteggio finale del team è dato dalla somma dei punteggi delle caption, dedotte le penalità. La classifica finale viene determinata in base al punteggio finale, ordinato in modo decrescente.