

IDF

REGOLAMENTO EVENTI

2026 / 2027

ITALIAN DANCE FEDERATION

AGGIORNATO AL 1° SETTEMBRE 2026

INDICE GENERALE

1. Principi generali, competenze e Direzione di Gara
2. Membership, iscrizioni, assicurazione e upgrade
3. Specialità, categorie e classi
4. Danze Latino Americane
5. Danze Standard
6. Ballo da Sala
7. Liscio Unificato e Liscio Tradizionale
8. Danze Argentine
9. Danze Caraibiche
10. Choreographic Team
 - 10.1 Sincronizzato
 - 10.2 Coreografico
 - 10.3 Free Style
 - 10.4 Show Dance Team
 - 10.5 Open
 - 10.6 Ballo Sociale
11. Assolo Show
12. Danza Classica
13. Modern / Modern Jazz / Contemporanea
14. Pizzica & Culture Competition
15. Danze Orientali
16. Hip Hop
17. Solo & Duo
 - 17.1 Solo Latin Combine
 - 17.2 Solo Standard Combine
18. Pro-Am
19. Teacher & Student
20. Show Dance Coppie
21. Penalità e provvedimenti
22. Privacy, immagini e risultati
23. Syllabus tecnico 2026/27

1. PRINCIPI GENERALI, COMPETENZE E DIREZIONE DI GARA

Il Regolamento disciplina gli eventi a marchio IDF - Italian Dance Federation e le piattaforme/eventi protocollati. Il calendario IDF decorre dal 1° settembre al 31 agosto e comprende eventi nazionali, internazionali, ranking, campionati europei e mondiali.

Gli organi competenti revisionano periodicamente il Regolamento, possono emanare norme supplementari o autorizzare eccezioni, ne controllano l'applicazione, nominano staff tecnico e giurie secondo i protocolli adottati e assumono le decisioni sulle fattispecie non espressamente previste.

Il Direttore di Gara può, su propria valutazione o su indicazione della Commissione/Coordinamento Tecnico, applicare ammonizioni, penalizzazioni o esclusioni. Le iscrizioni tardive possono essere accettate con maggiorazione e secondo disponibilità organizzativa.

I risultati ufficiali sono conservati nei sistemi indicati da IDF. La documentazione di voto e gara è gestita secondo il sistema utilizzato e gli obblighi applicabili.

2. MEMBERSHIP, ISCRIZIONI, ASSICURAZIONE E UPGRADE

Per partecipare agli eventi IDF è richiesta Membership valida 1 settembre-31 agosto oppure, quando previsto, accesso esterno/una tantum. La Membership Premium acquisita tramite Club consente l'accesso ai progetti riservati IDF.

I partecipanti italiani devono inoltre essere in regola con tesseramento assicurativo e normativa applicabile. Alla prima registrazione la classe segue le condizioni della stagione; al rinnovo è ammesso il passaggio superiore nei casi previsti. I campioni di una specifica classe non possono continuare nella stessa competizione/classe, salvo Open e Rising Stars. I passaggi di classe sono inerenti ai risultati dei Italian Open Championship Assoluti.

ASSOLUTI - NUMERO UNITÀ	UPGRADE OBBLIGATORIO
Finale diretta 2-6	1° classificato
Finale a 7 / derivata da 7-9	Primi 2
Semifinale 7-11	Primi 2
12-16	Primi 3
Oltre 16	Tutti i finalisti
Coppie 5 Dance Syllabus	Solo 1° verso Open/Classe A

3. SPECIALITÀ, CATEGORIE E CLASSI

SETTORE	DISCIPLINE
Internazionale	Danze Standard, Danze Latino Americane, Solo Latin, Solo Ballroom
Nazionale/Sociale	Choreographic Team, Liscio Unificato, Ballo da Sala, Caraibiche, Argentine, Accademiche, Artistiche, Liscio Tradizionale, Folk, Jazz, Kizomba, Latin Hustle, Orientali, Ballo Sociale
UNITÀ	CATEGORIE
Coppie	U10 U12 U14 U16 U19 U21 O16 O18 O35 O40 O50 O60
Choreographic Team / Assolo Show	U8 U12 U16 U21 O16 O30 O40 Sociale
Solo / Duo Latin	U8 U10 U12 U14 U16 U19 U21 O16 O30

La categoria della coppia è determinata dal maggiore dei due componenti. Per le categorie senior si applica la regola specifica sulla differenza d'età. Il Direttore di Gara può unificare categorie per numero insufficiente di partecipanti o esigenze di timetable.

4. DANZE LATINO AMERICANE

BALLO	BARS/MIN	DURATA
Cha Cha Cha	29-31	1:05-1:40
Samba	50-52	1:05-1:40
Rumba	23-26	1:05-1:40
Paso Doble	54-60	1:05-1:40
Jive	42-44	1:05-1:40

Abbigliamento: divisa obbligatoria per le Classi Syllabus U8/U10/U12; libero nelle norme della disciplina per le altre classi. Nelle classi Syllabus sono ammesse introduzioni con figurazioni Platino, non libere, entro i limiti tecnici stabiliti. Una sola figura open in tutta la routine.

CAVALIERE

Camicia: camicia bianca oppure maglia dolcevita/lupetto monocolore bianco o nero, maniche lunghe, indossata dentro i pantaloni. Vietate maniche arrotolate e camicia sbottonata. Con camicia: papillon nero o cravatta nera.

Pantalone: esclusivamente nero, vita normale, con o senza pince, taglio classico; possibile bustino/fascia laterale in raso nei limiti previsti; no zampa d'elefante. Cintura nera facoltativa con fibbia classica.

Materiali: vietati tessuti trasparenti, metallizzati, a rete e trame elaborate; ammessa lycra lucida. **Scarpe:** nere da specialità in scamosciato o verniciato; calzini neri lunghi. **Capelli:** lunghi raccolti in coda; vietati gioielli/accessori non previsti.

DAMA

Abito: gonna nera + camicetta/body bianco, oppure abito semplice monocolore con culotte dello stesso colore, oppure body e gonna dello stesso colore. Bottoncini posteriori ammessi se dello stesso colore/materiale. Non sono ammessi tessuti fantasia compresi animalier.

Gonna: tessuto liscio o plissettato, massimo 2 ruote; drappeggi moderati; una balza; lunghezza da 5 cm sopra a 5 cm sotto il ginocchio; piccole arricciature sui fianchi; semplice sottogonna non ampia; fino a 6 inserti triangolari.

Body: trasparenze ammesse solo nelle maniche e nello stesso colore/tonalità dell'abito. Vietati materiali color carne. Materiali differenti dello stesso colore possono essere combinati se sovrapposti nelle aree dove la trasparenza non è consentita.

Decorazioni: vietati nastri, brillantini, nodi, lustrini, piume, lacci e simili; ammesso bordino finale della gonna fino a 1 cm e dello stesso colore.

Scarpe: U10/U12 tacco rigido massimo 3,5 cm; colore libero salvo specifiche di eventi internazionali, senza brillantini/applicazioni, calze corte bianche. U16+: tacco stretto/cubano libero, colori ammessi secondo disciplina, calze corte o collant carne non a rete.

Acconciatura: chignon, coda o treccia, raccolti e ordinati; vietati capelli sciolti, mezze code, trecce, capelli artificiali, ornamenti, spray coloranti e brillantini nelle classi soggette a divisa.

B/A/Internazionale: abbigliamento libero; per la dama body/coulotte non sostituiscono la gonna. Pantaloncino ammesso entro il limite di decenza. Nelle Open sono ammessi due pezzi ma non bikini.

5. DANZE STANDARD

BALLO	BARS/MIN	DURATA
Valzer Inglese	28-30	1:05-1:40
Tango	31-33	1:05-1:40
Valzer Viennese	60	1:05-1:40
Slow Fox Trot	28-30	1:05-1:40
Quick Step	50	1:05-1:40

Abbigliamento: divisa obbligatoria per tutte le categorie nelle Classi Syllabus; libero per le altre classi.

CAVALIERE

Camicia bianca o nera a maniche lunghe, dentro i pantaloni. Vietati colletto da cerimonia, maniche arrotolate e polsini con gemelli. Pantalone esclusivamente nero, taglio classico, no zampa. Cravatta nera. Gilet nero facoltativo, massimo sotto la linea dei glutei. Vietati tessuti lucidi e decorazioni. Scarpe nere specifiche per la disciplina Standard, calzini neri lunghi. Capelli preferibilmente corti e ordinati.

DAMA

Gonna nera con camicetta/body bianco oppure abito semplice monocolore con culotte dello stesso colore, oppure body con gonna dello stesso colore. Lunghezza tra 5 cm sotto il ginocchio e 5 cm sopra la caviglia, retta o obliqua.

U10/U12: niente balze, cerchi rigidi/semi-rigidi o filo di nylon nell'orlo. Da U16: gonna fino alla caviglia; inserti triangolari trasparenti/pizzo dello stesso colore; finiture, balze e strutture nei limiti previsti.

Decorazioni non ammesse nelle classi Syllabus. Scarpe approvate: U10/U12 tacco rigido massimo 3,5 cm; da U16 tacco stretto libero. Calze corte bianche o collant carne non a rete. Capelli raccolti: chignon, coda o treccia; niente capelli sciolti/mezze code/treccine e decorazioni non ammesse.

Classi B/A/Internazionale: abbigliamento libero nelle norme della disciplina; acconciature e accessori consentiti secondo il testo tecnico, trucco sobrio.

6. BALLO DA SALA

BALLO	BARS/MIN	DURATA
Valzer Lento	30	1:10-1:40
Tango	32	1:10-1:40
Fox Trot	46	1:10-1:40

Divisa obbligatoria per tutte le categorie nelle Classi Syllabus; abbigliamento libero nelle altre classi. Per la divisa obbligatoria si applica la sezione Danze Standard.

7. LISCIO UNIFICATO E LISCIO TRADIZIONALE

SETTORE	MAZURKA	VALZER	POLKA	DURATA
Liscio Unificato	44-46	58-59	52-54	1:10-1:40
Liscio Tradizionale	46-47	58-59	46	1:10-1:40

Divisa obbligatoria per tutte le categorie nelle Classi Syllabus; abbigliamento libero nelle altre classi. Per la divisa obbligatoria si applica la sezione Danze Standard.

BALLO SOCIALE

COLLOCAZIONE

Il Ballo Sociale è inserito tra le discipline nazionali/sociali e, nel presente regolamento, viene richiamato anche nel settore del Liscio Unificato.

CATEGORIA

Riservato alla categoria Over 40. Non sono ammessi professionisti né ex danzatori provenienti dalle Classi B, A o Internazionale di coppia, secondo la disciplina prevista.

MUSICA E PROGRAMMA

Per il settore Liscio Unificato i balli di riferimento sono Mazurka, Valzer Viennese e Polka. Le modalità della singola competizione sono indicate nella scheda evento.

8. DANZE ARGENTINE

Tango de Pista: musiche di differenti epoche; i ballerini devono riconoscere e interpretare lo stile. Durata massima 3 minuti. Le coppie eseguono la ronda antioraria mantenendo distanze e linea. Vietato rompere l'abbraccio, separarsi anche con una mano, eseguire salti e figure incompatibili con la connessione. Valutazione: musicalità, abbraccio, tecnica, connessione, interpretazione, eleganza e movimento nella ronda.

Combinata: Tango, Milonga e Vals per le classi previste; programma libero con applicazione delle regole tecniche del Tango di Pista ove richiamate.

Tango de Escenario: maggiore libertà scenica. Uomo: abito classico/doppio petto/smoking, con eleganza e decoro. Donna: abito unico oppure gonna con top/corpetto, stoffe libere; trasparenze mai sulle parti intime.

Trucco e parruccho: uomo ordinato; donna con chignon per Pista/Combinata, chignon o capelli liberi per Escenario; applicazioni semplici o piccoli punti luce ammessi.

Categorie specifiche storiche: Ninos U16, Joven U21, Amateur O16.

9. DANZE CARAIBICHE

CLASSE	CATEGORIE	BALLI	FIGURE
1 Dance Syllabus	U10-U12-U16-U21-O16-O35-O46-O56-O63	Salsa P./C., Bachata, Merengue	Bronze/Argento/Oro
3 Dance Syllabus	U12-U16-U21-O16-O35-O46-O56-O63	Salsa, Bachata, Merengue	Bronze/Argento/Oro
A	U16-U21-O16-O35-O46-O56-O63	Salsa, Bachata, Merengue	Libere
Professionisti	O18-O35-O56	Salsa, Bachata, Merengue	Libere
BALLO		BARS/MIN	
Salsa		45-60	
Bachata		30-40	
Merengue		70-80	

Classe A/Internazionale: prese in piedi, a terra o in sollevamento per massimo una battuta musicale. Durata 1:10-1:40. Abbigliamento coerente con la disciplina: vietati jeans e tute sociali; parti intime coperte; scarpe specifiche. Acconciature, trucco sobrio, gioielli e decorazioni ammessi secondo il testo tecnico.

10. CHOREOGRAPHIC TEAM

Il Direttore di Gara può unificare categorie nella sezione Open quando il numero di gruppi o il timetable lo richiedono, privilegiando il settore di iscrizione e informando al ritiro numeri.

Dimensione gruppi: Piccolo Gruppo 3-8; Grande Gruppo da 9. Fuori quota secondo i rapporti previsti (1 ogni 4 in regola). I partecipanti del gruppo devono essere il 100% dei ballerini con la Membership IDF. U8: il Coach può dare indicazioni durante l'esibizione.

Musica: scelta dal gruppo e consegnata secondo le modalità dell'evento. Un ballerino non può competere contro se stesso nella stessa classe/categoria/disciplina; gruppi dello stesso Club non possono presentare la stessa coreografia.

Abbigliamento: libero nel limite della decenza. Body/coulotte non sostituiscono la gonna. Due pezzi ammessi ma non bikini.

SOTTO-SPECIALITÀ	MINIMO	REGOLE PRINCIPALI
Sincronizzato	3	Stessi passi/movimenti/direzione; schieramento mantenuto; niente elementi scenici o rimozione indumenti; niente acrobazie.
Coreografico	4	Primi 15-20 sec sincronizzati; poi moduli di almeno 2; moduli con passi/direzioni differenti; ultimi 15-20 sec liberi; niente scenografia/acrobazie.
Free Style	2	Tema e tecnica liberi nelle discipline accademiche/artistiche ammesse; niente oggetti di scena; niente contatto; nessuna divisione piccolo/grande gruppo.
Show Dance Team	2	Schema libero; prese ammesse ma non esecuzione prettamente di coppia; niente acrobazie; elementi scenici ammessi, pista da lasciare sgombra; nessuna divisione piccolo/grande.
Open	3	Nessuna divisione piccolo/grande gruppo; niente contatto; nessun limite sulle classi di provenienza;
Ballo Sociale	3	Solo O40; non professionisti e non ex B/A/Internazionale di coppia; quota ridotta secondo regolamento/scheda evento.

11. ASSOLO SHOW

Sono ammesse figure acrobatiche ed elementi scenici; a fine esibizione la pista deve essere lasciata sgombra e pulita. Tema e abbigliamento devono essere adeguati al brano scelto. Durata massima 2 minuti.

12-16. DISCIPLINE ARTISTICHE E ACCADEMICHE

Danza Classica: tecniche e stili propri della disciplina; gruppi sono inclusi nelle competizioni Freestyle, assoli secondo Solo Show.

Modern / Modern Jazz / gruppi sono inclusi nelle competizioni Freestyle, assoli secondo Solo Show.

Contemporanea: libertà coreografica coerente con lo stile, con sequenze, prese, spaccate, virtuosismi e lavoro a terra; gruppi secondo Show.

Pizzica & Culture: musica/coreografia libera, piccoli elementi scenici se portati e rimossi dagli atleti.

Danze Orientali: Raqs Sharqi, bellydance e folklore; Fusion con contaminazione non oltre il 50%; attrezzi solo se inerenti.

Hip Hop: street dance e stili hip-hop, con coerenza di look, musica, atteggiamento, postura e stile.

17. SOLO & DUO

LIVELLO	CATEGORIE	STANDARD	LATIN	RESTRIZIONI
L1	U8-U10-U12-U14-U16-U19-U21-O16-O30	SW	CC	U8/U10/U12 Syllabus; no L3/L4/A
L2	stesse	SW-T	CC-RU	U8/U10/U12 Syllabus; no L3/L4/A
L3	stesse	SW-T-QS	CC-RU-SA	U10/U12 Syllabus no L1/L2/L4/A
L4	stesse	SW-T-VV-QS	CC-RU-SA-J	U10/U12 Syllabus no L1/L2/L3/A
A	U14-U16-U19-U21-O16-O30	SW-T-VV-SF-QS	CC-RU-SA-PD-JI	no L1-L4

Dal 1/09/26 Il Solo avrà anche il livello professionista. Musiche scelte dal DJ in stile internazionale Latin/Standard. Durata 1:05-1:40; con oltre 13 atleti contemporaneamente in pista, durata minima 1:15. U8/U10/U12: divisa obbligatoria; autoabbronzante e trucco leggero ammessi. Nel Paso Doble non è consentita la gonna lunga. La categoria Novice è consentita la partecipazione solo a chi non ha partecipato negli ultimi 6 mesi a competizioni IDF. Sia Nelle Latine che nelle Standard non sono ammessi ballerini di classe superiore a Syllabus nelle categorie I1,I2,I3, ma Nel I4 non è ammessa la A.

17.1 SOLO LATIN COMBINE

L1: Cha Cha Cha. L2: Cha Cha Cha + Rumba. L3: Cha Cha Cha + Samba + Rumba. L4: Cha Cha Cha + Samba + Rumba + Jive. Classe A: Cha Cha Cha, Samba, Rumba, Paso Doble, Jive. l'Accesso alle Open/Single Dance è consentito solo dopo iscrizione al livello di appartenenza; Open International: U12 Syllabus, da U14 Open Program, salvo 5 Dance.

17.2 SOLO STANDARD COMBINE

L1: Valzer Lento; niente atleti provenienti dalle coppie e massimo 2 anni Membership. L2: Valzer-Tango, stessi limiti di provenienza/anzianità. L3: Valzer-Tango-Viennese, niente coppie e massimo 4 anni Membership. L4: Valzer-Tango-Viennese-Slow Foxtrot; l'Accesso alle Open/Single Dance è consentito solo dopo iscrizione al livello di appartenenza;

18. PRO-AM

FASCIA	ETÀ
Teen	U19
A	19-35
B	36-50
C	50+
D	65+

DISCIPLINA	BALLI
International Standard	Valzer Lento, Tango, Valzer Viennese, Slow Fox, Quickstep
International Latin	Cha Cha Cha, Samba, Rumba, Paso Doble, Jive
Caraibici	Salsa, Bachata, Merengue
Argentine	Tango Argentino, Milonga, Vals
American Rhythm	Cha Cha Cha, Rumba, Bolero, Mambo, Swing
American Smooth	Valzer Lento, Tango, Valzer Viennese, Fox Trot

Unità: Professional/Teacher + Amatore. Livelli Bronze, Silver, Gold con Close/Open. Nelle Open possono essere eseguiti passi della categoria superiore secondo il programma. Single Dance, Multidance, Scholarship, Championship. Programma Close secondo BDSA. Brani 1:00-1:40; Gli show possono durare max 2:30.

19. TEACHER & STUDENT

Unità Professional/Teacher + Amatore. Fasce U12, U16, O16. Discipline: International Standard, International Latin, Caraibici, Argentine, American Rhythm, American Smooth. Livelli Bronze, Silver, Gold, Open International/National. Single Dance, Multidance, Scholarship, Championship. Programma Close secondo BDSA. Brani 1:00-1:40; Show max 2:30.

20. SHOW DANCE COPPIE

Categorie U16 e O16. Ballroom Show Dance: da uno a tutti i cinque balli; Latin Show Dance: da uno a tutti i cinque. La giuria valuta anche il carattere dello stile. Durata massima 4 minuti. Sono consentite tre prese/lifts nell'intera performance. Brano a tema scelto dalla coppia. Condizioni, inclusa illuminazione, uguali per tutti; prova ufficiale facoltativa; nessun oggetto scenico durante entrata, performance e uscita; minimo 30 minuti fra i round; sistema Skating.

PENALITÀ, PRIVACY E SYLLABUS

PENALITÀ E PROVVEDIMENTI

Qualunque penalizzazione durante un evento IDF è nella decisione ultima del Direttore di Gara o, se designato, del Coordinatore Tecnico, in rapporto al regolamento, alla specialità e al caso concreto. Le misure possono andare dalla penalizzazione di posizione alla completa esclusione dall'evento.

MEMBERSHIP PREMIUM

I possessori di Membership Premium, aderenti tramite Club affiliato, sono tenuti a rispettare le condizioni accettate e gli eventuali obblighi di nullaosta per eventi non IDF. Le conseguenze disciplinari sono valutate dalla Direzione competente.

GIUDICI E INSEGNANTI

Giudici e insegnanti devono rispettare regolamento e norme del proprio ruolo. Penalizzazioni o esclusioni da eventi futuri sono adottate dalla Direzione competente, anche su segnalazione del Direttore di Gara.

PRIVACY, IMMAGINI E RISULTATI

Foto e video possono essere realizzati per cronaca, archivio e comunicazione dell'evento nel rispetto dell'informativa privacy e della normativa applicabile. Classifiche e risultati sportivi possono essere pubblicati nei limiti necessari alla documentazione dell'evento.

SYLLABUS TECNICO 2026/2027

Il Syllabus è parte integrante del Regolamento. Comprende Coppie, Pro-Am, Teacher & Student e Solo. Le figurazioni e i livelli tecnici devono essere rispettati secondo le tabelle ufficiali.

ALLEGATO TECNICO

SYLLABUS COMPLETO

Coppie • Pro-Am • Teacher & Student • Solo

Parte integrante del volume regolamentare IDF 2026/2027

SYLLABUS • COPPIE / PRO-AM / TEACHER & STUDENT INTEGRATO

CHA CHA CHA

N.	FIGURAZIONE
1	Alemanà
2	Cha Cha Cha Chasse di PD
3	Cha Cha Cha Chasse di PS
4	Cha Cha Cha Lock avanti di PD
5	Cha Cha Cha Lock avanti di PS
6	Cha Cha Cha Lock indietro di PD
7	Cha Cha Cha Lock indietro di PS
8	Close Basic
9	Fan
10	Hand to Hand
11	Hockey Stick girato in CPP (Argento)
12	Hockey Stick
13	Natural Top
14	New York da Open CPP
15	New York da Open PP
16	Open Basic
17	Shoulder to Shoulder
18	Spot Turn a Dx
19	Spot Turn a Sx
20	Sviluppo del ChaChaCha Chasse (Argento)
21	Time Step
22	Under Arm Turn a Dx
23	Under Arm Turn a Sx
24	Close Hip Twist
25	Cross Basic
26	Open Hip Twist
27	Opening Out from Reverse Top
28	Reverse Top
29	Cambio di piede METODO 1-2-3
30	Close Hip Twist Spiral
31	Cuban Break in Open CPP
32	Cuban Break in Open Position
33	Curl
34	Follow my Leader
35	Open Hip Twist Spiral
36	Split Cuban Break da Open CPP e Open PP
37	Split Cuban Break in Open Position
38	Sweetheart
39	Syncopated Open Hip Twist
40	Turkish Towel
41	Overturned Forward Locks
42	Syncopated time step
43	Close hip twistin position
44	Travelling from open c.p.p. a open p.p
45	Turkish Towel whit seat line ending
46	Whip in natural top
47	Box in doppia presa
48	Box in shadow position
49	Runaway three cha cha cha

SAMBA

N.	FIGURAZIONE
1	Close Rocks

N.	FIGURAZIONE
2	Corta Jaca
3	Natural Basic Movement
4	Natural Roll
5	Outside Basic Movement
6	Progressive Basic Movement
7	Promenade Samba Walk di PD
8	Promenade Samba Walk di PS
9	Reverse Basic Movement
10	Reverse Turn
11	Samba Chasse
12	Samba Whisk a Dx
13	Samba Whisk a Sx
14	Side Samba Walk
15	Stationary Samba Walk di PD
16	Stationary Samba Walk di PS
17	Travelling Botafogos
18	Argentine Crosses
19	Backward Rocks
20	Continuous Voltas Spot Turn a Sx
21	Continuous Voltas Spot Turn a Dx
22	Open Rocks
23	Plait
24	Promenade Botafogos
25	Shadow Botafogos
26	Travelling Voltas a Dx
27	Travelling Voltas a Sx
28	Volta Action
29	Volta Spot Turn a Dx
30	Volta Spot Turn a Sx
31	Cambi di piede
32	Carioca Runs
33	Circular Voltas a Dx
34	Circular Voltas a Sx
35	Contra Botafogos
36	Corta Jaca in Shadow Position
37	Cruzados Locks in Shadow Position
38	Cruzados Walks
39	Promenade e Counter Promenade Runs
40	Rolling off the Arm
41	Rythum Bounce
42	Samba Locks in Open PP
43	Samba Locks
44	Three Step Turn
45	Volta Break
46	Running walks in handshake
47	Foot changes da shadow pos a open pos
48	Open shadow hands rocks
49	Travelling samba
50	Reverse turn i shadow position
51	Amalgamazione rool
52	Doble rolling of the arm
53	Rotary backdrop from rolling of the arm

RUMBA

N.	FIGURAZIONE
1	Alemana
2	Basic Movement
3	Close Hip Twist
4	Fan
5	Hand to Hand
6	Hockey Stick
7	Natural Top
8	New York da Open CPP
9	New York da Open PP
10	Open Hip Twist

N	FIGURAZIONE
11	Shoulder to Shoulder
12	Side Steps
13	Spot Turn a Dx
14	Spot Turn a Sx
15	Under Arm Turn a Sx
16	Under Arm Turn a Dx
17	Curl
18	Opening Out a Dx e Sx
19	Opening Out from Reverse Top
20	Reverse Top
21	Spiral
22	Abanera Rhythm
23	Continuous Circular Hip Twist
24	Continuous Hip Twist
25	Cuban Rocks
26	Fallaway
27	Fencing
28	Hip Twist Action
29	Rope Spinning
30	Runaway Alemana
31	Sliding Doors
32	Syncopated Hip Twist
33	Three Alemanas
34	Three Threes
35	Camminata indietro con giro della dama
36	Open promenade e counter prom walks
37	Telespin with ending
38	Rope spinning con doppia presa
39	Overturned swivel
40	Advanced sliding doors
41	Extended line
42	Three spiral

JIVE

N	FIGURAZIONE
1	Amerincan Spin
2	Basic in Fallaway
3	Basic in Place
4	Change of Hands Behind Back
5	Change of Place da Dx a Sx
6	Change of Place da Sx a Dx
7	Jive Chasse a Dx
8	Jive Chasse a Sx
9	Link
10	Promande Walks (Quick)
11	Promenade Walks (Slow)
12	Whip
13	Ball Change
14	Curly Whip
15	Double Cross Whip
16	Fallaway Throwaway
17	Reverse Whip
18	Stop and Go
19	Throwaway Whip
20	Chicken Walks
21	Flick into Break
22	Hip Bump
23	Rolling off the Arm
24	Simple Spin
25	Spanish Arm
26	Toe Heel Swivel
27	Windmill
28	Advanced stop and go
29	Advanced simple spin
30	Kick in chicken walks

N.	FIGURAZIONE
31	Turned fallaway throwaway
32	Fliks in open position
33	Tuhuck and go in handshake
34	Hip bump whit flicks ball change
35	Combinazione flicks in shadow position
36	Cambio di piede da open a shadow position
37	Cambio di piede da shadow a open position

PASO

N.	FIGURAZIONE
1	Attack
2	Basic Movement
3	Chasse a Dx
4	Chasse a Sx
5	Huit
6	Promenade Close
7	Promenade e Counter Promenade
8	Promenade
9	Separation with Fallaway Ending
10	Separation
11	Sixteen
12	Sur Place
13	Twist Turn
14	Banderillas
15	Fallaway Reverse
16	Fallaway Whisk
17	Grand Circle
18	La Passe
19	Spanish Line
20	Syncopated Separation
21	Cambi di Piede
22	Chasse Cape
23	Coup de Pique da PD a PS
24	Coup de Pique da PS a PD
25	Entrate alternative in PP
26	Farrol
27	Flamenco Taps
28	Fregolina
29	Left Foot Variation
30	Separation whit Lady's Caping Walks
31	Syncopated Coup de Pique
32	Travelling Spins da CPP
33	Travelling Spins da PP
34	Twists
35	Chasse Cape
36	Coup de Pique da PD a PS
37	Coup de Pique da PS a PD
38	Entrate alternative in PP
39	Farrol
40	Flamenco Taps
41	Fregolina
42	Left Foot Variation
43	Separation whit Lady's Caping Walks
44	Syncopated Coup de Pique
45	Travelling Spins da CPP
46	Travelling Spins da PP
47	Twists
48	Locks in twists
49	Variazione di piede destro
50	Uscita fronte parete dai twists
51	Amalgamazione spagnola
52	Sevillanas
53	Spanish promenade
54	Walking matadoer
55	Chassè sincopato s sx

N.	FIGURAZIONE
56	Flamenco arms
57	Chassè con doppia presa

VALZER INGLESE

N.	FIGURAZIONE
1	Cambio di P.D.
2	Cambio di P.S.
3	Giro a Destra
4	Giro a Sinistra
5	Giro Spin
6	Giro Spin girato di 5/8
7	Whisk
8	Whisk girato di 1/4
9	Whisk girato di 1/8
10	Whisk Indietro
11	Chasse in P.P. lungo il lato della Sala
12	Impetus Chiuso
13	Giro a Destra con Esitazione
14	Cambio Esterno
15	Cambio Esterno finito in P.P.
16	Cortè Rovescio
17	Weave a Sinistra
18	Doppio Spin Rovescio
19	Pivot a Sinistra
20	Lock Indietro
21	Chasse a Destra
22	Chasse a Destra girato 1/2 giro
23	Weave in P.P.
24	Telemark Chiuso
25	Telemark Aperto
26	Impetus Aperto
27	Cross Esitato
28	Ala
29	Spin Esterno
30	Spin Esterno girato 3/4 oppure 4/4
31	Spin Esterno girato di 1/2 giro
32	Spin Esterno girato di 1 giro e 1/2
33	Giro Lock a Sinistra
34	Drag Esitato
35	Chasse in P.P. in D.C
36	Whisk a Sinistra in P.P.
37	Whisk a Sinistra con P.D. indietro
38	Whisk a Sinistra sul primo battito
39	Contra Check
40	Ala Chiusa
41	Giro Lock a Destra
42	Fallaway Reverse e Slip Pivot
43	Fallaway Whisk
44	Hover Cortè
45	Hover Cortè in 2 battute musicali
46	Spin Sincopato
47	Giro Lock a Destra finito chiuso Fronte D.C.
48	Giro Lock a Destra finito chiuso Spalle L.D.B.
49	Fallaway Whisk in P.P.
50	Fallaway Naturale
51	Weave con Dama in linea
52	Doppio Spin Naturale
53	Spin Veloce
54	Spin in Corsa
55	Spin finito in P.P
56	Chasse in Corsa
57	Weave Veloce a Destra in P.P
58	Giro a Destra in P.P.
59	Piuma Curvato
60	Fallaway Whisk da P.P.

TANGO

N.	FIGURAZIONE
1	Fine Aperto
2	Passo Laterale Progressivo
3	Link Progressivo
4	Promenade Chiusa
5	Promenade Aperta
6	Giro Rock
7	Giro a Sinistra Aperto, Dama a Lato
8	Giro a Sinistra Aperto, Dama in Linea
9	Back Cortè
10	Passo Laterale Progressivo con Giro a Sx
11	Rock di P.D.
12	Rock di P.S.
13	Giro Twist
14	Promenade Pivot
15	Promenade Link
16	Promenade Aperta Indietro
17	Quattro Passi
18	Promenade Fallaway
19	Quattro Passi di Cambio
20	Outside Swivel finito D.P.
21	Outside Swivel finito D.C
22	Outside Swivel a Sinistra
23	Brush Tap
24	Quattro Passi in Fallaway
25	Oversway
26	Giro a Sinistra Veloce
27	Chase
28	Fallaway Reverse e Slip Pivot
29	Cinque Passi
30	Contra Check
31	Fallaway Whisk
32	Giro a Destra in P.P.
33	Telemark Aperto
34	Whisk
35	Whisk Indietro
36	Spin Esterno
37	Pivot a Sinistra
38	Fallaway Whisk da P.P.

QUICK STEP

N.	FIGURAZIONE
1	Passo di P.D. Avanti
2	Passo di P.S. Indietro
3	Quarto di Giro a Destra
4	Pivot di Tacco
5	Giro a Destra
6	Giro a Destra con Pivot
7	Giro Spin
8	Giro a Destra con Esitazione
9	Chasse a Sinistra
10	Giro Sinistra Chasse
11	Doppio Spin Rovescio
12	Lock Avanti
13	Lock Indietro
14	Impetus Chiuso
15	Pivot a Sinistra
16	Chasse a Destra
17	Tipple Chasse a Destra
18	Tipple Chasse girato meno
19	Tipple Chasse a Dx lungo L.D.B.
20	Fine Corsa
21	Giro a Destra e Lock Indietro
22	Zig Zag e Lock Indietro

N.	FIGURAZIONE
23	Cross Chasse
24	Cambio di Direzione
25	Quick Open Reverse
26	Coda di Pesce
27	Giro di Corsa a Destra
28	4 Quick Run V 6
29	Telemark Chiuso
30	Cross Swivel
31	6 Quick Run
32	Rumba Cross
33	Tipsy di P.D.
34	Tipsy di P.S.
35	Hover Cortè
36	Giro a Destra in P.P.
37	Chasse in Corsa
38	Whisk
39	Whisk Indietro
40	Impetus Aperto
41	Telemark Aperto
42	Cambio Esterno
43	Giro Lock a Destra
44	Tipple Chasse a Sinistra
45	Ala
46	Spin Esterno
47	Outside Swivel
48	Fine Corsa in P.P
49	Ala Chiusa
50	Three Step

VIENNESE

N.	FIGURAZIONE
1	Cambio Avanti di P.D. e P.S.
2	Cambio Indietro di P.S. e P.D
3	Giro a Destra
4	Giro a Sinistra
5	Fleckerl a Destra
6	Fleckerl a Sinistra
7	Contra Chek
8	Whisk a Sinistra
9	Pivots a Destra
10	Pivots a Sinistra

SLOW FOX

N.	FIGURAZIONE
1	Passo Piuma
2	Fine Piuma
3	Tre Passi
4	Giro a Destra
5	Giro a Sinistra e Fine Piuma
6	Impetus Chiuso e Fine Piuma
7	Weave a Destra
8	Cambio di Direzione
9	Weave a Sinistra
10	Finito Piuma
11	Telemark Chiuso
12	Telemark Aperto
13	Top Spin
14	Hover Piuma
15	Hover Telemark
16	Hover Telemark in P.P.
17	Telemark a Destra
18	Hover Cross
19	Outside Swivel
20	Impetus Aperto

IN	FIGURAZIONE
21	Weave in P.P.
22	Onda Rovescia
23	Giro Twist
24	Giro Twist, Weave a Dx o Weave Veloce a Dx
25	Giro Twist, Impetus Chiuso e Fine Piuma
26	Giro Twist e Impetus Aperto
27	Piuma Curvato, Piuma Indietro
28	Zig Zag in P.P.
29	Fallaway Reverse e Slip Pivot
30	Hover Telemark a Destra
31	Bounce Fallaway con fine intreccio
32	Weave Veloce a Destra
33	Weave Veloce a Destra in P.P.
34	Pivot a Sinistra
35	Piuma Indietro dopo 6 passi di Onda Rovescia
36	Tre Passi Curvati
37	Whisk
38	Whisk Indietro
39	Doppio Spin Rovescio
40	Doppio Spin Naturale
41	Spin Esterno
42	Quick Open Reverse
43	Metodi alternativi del Quick Open Reverse
44	Giro a Destra in P.P.
45	Contra Check Progressivo

Syllabus - LISCIO / BALLO DA SALA

VALZER LENTO

N	FIGURAZIONE PRESENTE NELLA TABELLA ORIGINALE
1	Cambio Chiuso di Piede Destro
2	Cambio Aperto di Piede Destro
3	Cambio Chiuso di Piede Sinistro
4	Cambio Aperto di Piede Sinistro
5	Giro Naturale Chiuso
6	Giro Naturale Aperto finito Chiuso
7	Giro Rovescio Chiuso
8	Giro Rovescio Aperto finito Chiuso
9	Giro Naturale Spin
10	Doppio Chasse Sincopato girato a Destra
11	Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra
12	Hesitation Avanti
13	Hesitation Indietro
14	Balance
15	Uscite Esterne sul Posto
16	Uscite Esterne Progressive
17	Camminata Indietro di piede Sx Donna F.P.
18	Cam. Indietro di p. Dx Donna in linea
19	Pivot a Destra Avanti
20	Pivot a Destra Indietro
21	Drag Esitato
22	Hover Telemark
23	Intreccio
24	Giro Rovescio Veloce finito in P.P
25	Giro Naturale con Pivot a Sinistra
26	Giro Rovescio con Pivot a Destra
27	Giro Naturale Chasse
28	Giro Rovescio Chasse
29	Pivots Sincopati a Destra Avanti
30	Pivots Sincopati a Destra Indietro

TANGO - BALLO DA SALA

N.	FIGURAZIONE PRESENTE NELLA TABELLA ORIGINALE
1	Passo di Piede Destro
2	Passo di Piede Sinistro
3	Passo Argentino
4	Argentino Laterale
5	Argentino Chiuso
6	Passo Laterale Progressivo
7	Promenade Chiusa
8	Promenade Aperta
9	Giro Rovescio Aperto
10	Medio Corte
11	Promenade con Pivot
12	Promenade Chiusa con Chasse Sincopato
13	Giro Rovescio Chiuso
14	Giro Rovescio Aperto con fine chiusa
15	Medio Corte girato
16	Abanera di Piede Sinistro
17	Abanera di Piede Destro
18	Chiocciola
19	Bandiera
20	Pivot Esterno
21	Mayer
22	Pivots a Destra
23	Promenade Chasse con Twist
24	Promenade Aperta in Linea
25	Promenade in Fallaway con Chiocciola

N.	FIGURAZIONE PRESENTE NELLA TABELLA ORIGINALE
26	Passo incrociato di piede Sx finito in P.P.
27	Promenade in Fallaway con Pivot

FOX TROT

N.	FIGURAZIONE PRESENTE NELLA TABELLA ORIGINALE
1	Quarto di Giro a Destra
2	Quarto di Giro a Sinistra
3	Doppio Chasse di Piede Sx girato a Dx
4	Doppio Chasse di Piede Sx girato a Sx
5	Giro a Destra con Pivot
6	Giro Rovescio Aperto
7	1-3 Innominata
8	Balancè
9	Chasse Progressivo
10	Zig Zag
11	Giro Naturale Aperto
12	Doppio Chasse di Piede Dx girato a Dx
13	Doppio Chasse di Piede Dx girato a Sx
14	Pivots a Destra Avanti
15	Pivots a Destra Indietro
16	Giro Naturale Spin in promenade con Doppio Chasse di Piede Sinistro
17	Giro Naturale Chasse
18	Giro Rovescio Chasse
19	Giro Rovescio iniziato in P.P.
20	Pivot Rovescio
21	Hover Telemark

MAZURKA

N.	FIGURAZIONE PRESENTE NELLA TABELLA ORIGINALE
1	Camminata Progressiva
2	Giro Naturale
3	Giro Rovescio
4	Passo Stop
5	Camminata Bilaterale
6	Camminata Indietro di piede Sx
7	Camminata Indietro di piede Dx
8	Giro Naturale Aperto finito in Promenade
9	Spin Esterno
10	Giro Rovescio in Fallaway finito aperto
11	Intreccio a Destra iniziato in P.P.
12	Intreccio a Sinistra iniziato in P.P.
13	Hover Telemark
14	Chasse in Corsa
15	Pivots a Destra
16	Pivots a Sinistra
17	Zig Zag
18	Giro Naturale Chasse
19	Giro Rovescio Chasse
20	Lock Avanti
21	Lock Indietro

VIENNESE - LISCI

N.	FIGURAZIONE PRESENTE NELLA TABELLA ORIGINALE
1	Giro Naturale
2	Giro Rovescio
3	Cambio in Avanti di piede Sinistro
4	Cambio Indietro di piede Sinistro
5	Cambio in Avanti di piede Destro
6	Cambio Indietro di piede Destro
7	Pivots a Destra
8	Pivots a Sinistra

POLKA

N.	FIGURAZIONE Camminata
1	Progressiva
2	Giro Naturale
3	Giro Rovescio
4	Cambio Avanti
5	Cambio Indietro
6	Doppio Chasse Sincopato girato a Destra COMPLETO
7	Doppio Chasse Sincopato girato a Sinistra COMPLETO
8	Camminata in Promenade
9	Pivots a Destra Avanti
10	Pivots a Destra Indietro
11	Pivots a Sinistra Avanti
12	Pivots a Sinistra Indietro
13	Chasse girato a Destra
14	Chasse girato a Sinistra
15	Quattro passi indietro di Sinistro
16	Quattro passi indietro di Destro

IDF

REGOLAMENTO EVENTI 2026/2027

AGGIORNATO AL 1° SETTEMBRE 2026