



**FREESTYLE  
MUSICAL FORMS**

# **REGOLAMENTO FREESTYLE - MUSICAL FORMS**

## **Art. 1 - Definizione**

Una forma musicale è una sorta di lotta immaginaria contro uno o più avversari in cui l'esecutore si avvale di tecniche provenienti da arti marziali orientali.

La scelta della musica è personale e OPZIONALE.

## **Art. 2 - Ritmo**

Per tutte le forme che sono accompagnate da una musica, le tecniche devono andare secondo il ritmo, devono ben uniformarsi con essa. Anche le forme SOFT se accompagnate da una Musica dovranno seguire questo parametro.

## **Art. 3 -Presentazione e durata della prova**

L'atleta deve far precedere la prova vera e propria dalla Presentazione. Durante la Presentazione – che può durare al massimo 30 secondi - l'Atleta dichiarerà ai Giudici il proprio Nome, Cognome, Nazionalità, Società di Appartenenza. Quindi Inizierà l'esecuzione della forma.

Le forme Hard non possono durare più di 1 minuto e 30 secondi,(presentazione esclusa).

Nelle forme Soft invece le prestazioni non possono eccedere i 2 minuti,(presentazioni escluse). In caso di una violazione della regola, l'arbitro centrale chiederà una penalità di 0.5 punti per ogni arbitro . Se una forma dura meno di 30 secondi (presentazione esclusa) l'arbitro principale chiederà una deduzione di 1.0 punto per Ogni Arbitro.

## **Art. 4 -Fasce di età**

Per le Musical Forms le fasce di età sono:

- Pulcini - 7, 8 9 anni
- Speranze - 10,11 e 12 anni
- Cadetti - 13,14 e15 anni
- Juniors - 16,17 e 18 anni
- Seniors – da 19 a 45 anni

- le categorie sono le stesse sia per i maschi che per le femmine;

- le categorie delle speranze e dei cadetti possono essere fuse;

- Ogni Atleta può partecipare anche nella Cat. successiva.

**( Le Categorie di Gara/Fasce di età possono subire Variazioni in base alle esigenze ed al Numero di Iscrizioni della Manifestazione stessa.)**

## Art. 5 - CATEGORIE

Nelle gare musical forms ci sono quattro divisioni sia per gli uomini che per le donne:

- Hard styles (derivano dal Karate o dal Taekwondo)
- Soft Styles (derivano dal Kung Fu e Wu-Shu)
- Hard styles con armi\* (kama, sai, tonfa, nunchaku, bo, katana, ventagli,..NO ARMI DA FUOCO)
- Soft Styles con armi\* (naginata, nunchaku, katana, spada da tai chi chuan, catena, lancia da wushu, sciabola, etc... NO ARMI DA FUOCO)

[ \*=**IL TIPO DI ARMA UTILIZZATA NON INFILISCE SUL TIPO DI FORMA PRESENTATA (HARD - SOFT) ].**

**Ogni atleta può partecipare in più categorie in ogni torneo.**

## Art. 6 - Uniformi

Non c'è un'uniforme specifica per gli atleti delle competizioni Freestyle-Musical forms.

Possono portare qualunque genere di uniforme, la quale deve essere pulita e in ordine.

Negli stili duri (Hard Styles), gli atleti devono essere scalzi e possono effettuare la forma anche a torso nudo.

Negli stili morbidi( Soft Styles) gli Atleti possono indossare scarpe sportive.

## Art. 7 - Stato delle armi

Ogni atleta è responsabile del perfetto stato della sua arma, che è specifica e che non può essere scambiata durante la gara. E' facoltà dell'arbitro principale chiedere di controllare l'arma Prima dell'Inizio della performance. Nessuna Arma considerata "Tagliente/Affilata" può essere utilizzata per la gara.

Non Sono consentite le Armi da fuoco, o riproduzioni di esse.

## Art. 8 - Movimenti Ginnici

Sia nelle Forme Hard che nelle Forme Soft NON sono consentiti più di 4 Movimenti Ginnici.

Un Movimento di Ginnastica è un Movimento senza un preciso "scopo Marziale", ovvero che Non presenta al suo interno Tecniche di Pugno o di Calcio.

Alcuni Movimenti Ginnici possono esser modificati aggiungendo pugni o calci al movimento stesso; in tal caso non è considerato movimento di Ginnastica, e prende il nome di **Trick**.

## Art. 9 - Criteri arbitrali

Ogni giudice deve prendere in considerazione, prima di ogni voto:

- **Basi** (posizioni, pugni, calci in accordo con le tecniche base degli stili originari)
- **Equilibrio, forza, kimè** (perfetto equilibrio e i movimenti fatti con energia)
- **Grado di difficoltà** (trick, calci, salti, combinazioni\*, movimenti di ginnastica)
- **Sincronizzazione** (nelle forme hard, la perfetta tempistica, la relazione tra movimento e musica; nelle forme soft, la relazione tra movimento e musica)
- **Manipolazione** Per quanto riguarda le armi\*\*, naturalmente.L'atleta deve mostrare un perfetto controllo e padronanza dell'arma Usandola correttamente. Il corretto uso dell'arma deve essere il primo criterio da considerare nella categoria delle armi.
- **Presenza scenica** (presenza e atteggiamento dell'atleta e presentazione della coreografia)
- \*=  
Nelle Forme l'Atleta deve Mostrare la capacità di Eseguire "Combo" (combinazioni) di Pugni e di Calci.
- \*\*=L'Atleta può "Lanciare" l'Arma(=arma che perde il contatto con il corpo) al Max **4** Volte nella propria Forma.
- L'Atleta puo' far roteare l'arma ed eseguire movimenti a contatto del proprio corpo (collo, braccia, mani) senza limitazioni. In tal caso questi Movimenti non sono considerati "Lanci".

## **Art. 10 - Punteggio**

Dopo l'esecuzione della forma i giudici classificheranno la performance come segue:

Pulcini, speranze, cadetti: da 5.0 a 7.0

Juniors: da 6.0 a 8.0

Seniors: da 8.0 a 10.0 nelle competizioni mondiali

( Il Punteggio Arbitrale può Variare in base alle esigenze ed al Numero di Iscrizioni della Manifestazione stessa.)

## **Penalizzazioni:**

- 1.0 - se l'atleta cade
- 1.0 – se l'atleta interrompe la sua forma per ricominciarla dall'inizio
- 0.5 – in caso di perdita della sincronizzazione con la musica
- 0.5 – se l'atleta perde l'equilibrio
- 0.5 – se l'atleta esegue movimenti non concessi (esempio Numero di movimenti ginnici / Lanci , superiore a quello consentito.)
- 0.3-0.5 - se l'atleta indossa gioielli o piercing di qualsiasi tipo (anelli, collane, orecchini, piercing, ..)

## **PUNTEGGIO MINIMO:**

- Se l'atleta interrompe la sua performance prima della fine.
- Se l'atleta perde o lascia la sua arma a terra, durante l'esecuzione di una forma, il giudice assegnerà il punteggio minimo.
- Se la Musica contiene espressioni volgari o comunque offensive di qualsiasi genere, il giudice assegnerà il punteggio minimo.

## **Art. 11 – Movimenti di danza**

Non è accettato, tollerato o permesso nessun movimento di danza durante l'esecuzione di una forma. L'atleta che sceglie di inserire qualche passo di danza come "break dance", "modern jazz" o "classica", quindi non finalizzati ad uno Scopo Marziale, riceverà il punteggio minimo.