



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

1° livello 5 anni - età minima

Obiettivi del primo livello C1

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica e Discussione figure tecniche

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passettini
5. Saltata
6. Passo stop



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

2° livello 6 anni - eta' minima

Obiettivi del secondo livello C2

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passettini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta fine parte



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

3° livello 8 anni - età minima

Obiettivi del terzo livello C

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti
8. Tempo e musicalità della polca

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passetini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx
10. Azione di rimbalzo
11. Pivot a sx Psx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta fine parte
7. Pivot a dx
8. Pivot a sx
9. Camminata Pdx

Polca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Azione di rimbalzo
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Passettini
7. Pivot a dx
8. Saltata dx
9. Passo stop



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

4° livello 10 anni - eta' minima

Obiettivi del quarto livello B2

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti
8. Tempo e musicalità della polca

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passetini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx
10. Azione di rimbalzo
11. Pivot a sx Psx
12. Marcata
13. Pivot dx Psx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta
7. Pivot a dx
8. Pivot a sx
9. Camminata Pdx

Polca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Azione di rimbalzo
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Passettini
7. Pivot a dx
8. Saltata dx
9. Passo stop
10. Azione di molleggio
11. Saltata sx



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

5° livello 11 anni - eta' minima

Obiettivi del quinto livello B1

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti
8. Tempo e musicalità della polca

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passetini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx
10. Azione di rimbalzo
11. Pivot a sx Psx
12. Marcata in linea
13. Pivot dx Psx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta
7. Pivot a dx
8. Pivot a sx
9. Camminata Pdx
10. Giro a sx sul posto

Polca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Azione di rimbalzo
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Passetini
7. Pivot a dx
8. Saltata dx
9. Passo stop
10. Azione di molleggio
11. Saltata sx
12. Pivot sx
13. Passo di cambio sx Psx



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

6° livello 13 anni - eta' minima

Obiettivi del sesto livello A/A2

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti
8. Tempo e musicalità della polca

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passettini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx
10. Azione di rimbalzo
11. Pivot a sx Psx
12. Pivot a sx Pdx
13. Marcata in linea
14. Giro sx sul posto
15. Saltata variata
16. Passo esitato
17. Marcata variata
18. Pivot dx Psx
19. Pivot dx Pdx
20. Piroetta dx
21. Piroetta sx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta
7. Pivot a dx
8. Pivot a sx
9. Camminata Pdx
10. Giro a sx sul posto
11. Piroetta dx
12. Passo esitato

Polca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Azione di rimbalzo
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Passettoni
7. Pivot a dx
8. Saltata dx
9. Passo stop
10. Azione di molleggio
11. Saltata sx
12. Pivot sx
13. Piroetta sx
14. Piroetta dx
15. Giro sx sul posto
16. Variati
17. Passo di cambio sx Pdx
18. Passo di cambio sx Psx
19. Passo di cambio dx Pdx
20. Passo di cambio dx Psx



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

7° livello 15 anni - eta' minima

Obiettivi del settimo livello A1

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica
- Conoscenza dei programmi di gara C/B/A

Conoscenza della terminologia tecnica di base

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti
8. Tempo e musicalità della polca
9. Ammontare di giro
10. Coreografia
11. Rotazione
12. Elevazione
13. Andamento
14. Azione
15. Varianti
16. Amalgamazione
17. Movimento

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passettini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx
10. Azione di rimbalzo
11. Pivot a sx Psx
12. Pivot a sx Pdx
13. Marcata in linea
14. Giro sx sul posto
15. Saltata variata
16. Passo esitato
17. Marcata variata
18. Pivot dx Psx
19. Pivot dx Pdx
20. Piroetta dx
21. Piroetta sx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta
7. Pivot a dx
8. Pivot a sx
9. Camminata Pdx
10. Giro a sx sul posto
11. Piroetta dx
12. Passo esitato

Polca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Azione di rimbalzo
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Passettini
7. Pivot a dx
8. Saltata dx
9. Passo stop
10. Azione di molleggio
11. Saltata sx
12. Pivot sx
13. Piroetta sx
14. Piroetta dx
15. Giro sx sul posto
16. Variati
17. Passo di cambio sx Pdx
18. Passo di cambio sx Psx
19. Passo di cambio dx Pdx
20. Passo di cambio dx Psx



LYCEUM DANZA SPORTIVA

DANZE FOLK ROMAGNOLE

8° livello 18 anni - età minima

Obiettivi ottavo livello U

Prove d'esame

- Colloquio con commissione
- Dimostrazione coreografica
- Conoscenza dei programmi di gara C/B/A

Conoscenza della terminologia tecnica di base e concetti generali

1. Figura di Ballo
2. Linea di Ballo
3. Piede di partenza
4. Appoggio del piede
5. Tempo e musicalità della mazurca
6. Tempo e musicalità del Valzer
7. Allineamenti
8. Tempo e musicalità della polca
9. Ammontare di giro
10. Coreografia
11. Rotazione
12. Elevazione
13. Andamento
14. Azione
15. Varianti
16. Amalgamazione
17. Movimento
18. Midas
19. Storia del folk romagnolo
20. Storia del valzar, della mazurca e della polca
21. Linguaggio e comunicazione
22. Biomeccanica del movimento
23. Ordinamento sportivo nazionale e internazionale

Mazurca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Passettini
5. Saltata
6. Passo stop
7. Camminata Pdx
8. Giro a dx
9. Giro a sx
10. Azione di rimbalzo
11. Pivot a sx Psx
12. Pivot a sx Pdx
13. Marcata in linea
14. Giro sx sul posto
15. Saltata variata
16. Passo esitato
17. Marcata variata
18. Pivot dx Psx
19. Pivot dx Pdx
20. Piroetta dx
21. Piroetta sx

Valzer

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Camminata Psx
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Piroetta
7. Pivot a dx
8. Pivot a sx
9. Camminata Pdx
10. Giro a sx sul posto
11. Piroetta dx
12. Passo esitato

Polca

1. Base Psx
2. Base Pdx
3. Azione di rimbalzo
4. Giro a dx
5. Giro a sx
6. Passettini
7. Pivot a dx
8. Saltata dx
9. Passo stop
10. Azione di molleggio
11. Saltata sx
12. Pivot sx
13. Piroetta sx
14. Piroetta dx
15. Giro sx sul posto
16. Variati
17. Passo di cambio sx Pdx
18. Passo di cambio sx Psx
19. Passo di cambio dx Pdx
20. Passo di cambio dx Psx