

CORPO LIBERO - CONDIZIONI GENERALI

- GRUPPI DI ELEMENTI CORPOREI

- EQUILIBRI
- GIRI
- SALTI
- ONDE-SOUPLESSE
- ELEMENTI ACROBATICI

- MUSICA

la musica è obbligatoria. Per ogni serie è prevista una musica federale per il corpo libero i cui tempi indicativi sono i seguenti:

SERIE C1-C2 1'15''

SERIE B-A2 1'30''

- COMPOSIZIONE FICHE

	N° ELEMENTI	VALORE	RESTRIZIONI	EQUILIBRI	GIRI	SALTI	ONDE/ SOUPLESSE	ELEMENTI ACROBATICI	LIBERI
SERIE C2	7	A-B-C	MAX 2 di D	1	1	1	1	1	2
SERIE C1	8	A-B-C- D	MAX 2 di E	1	1	1	1	1	3
SERIE B	8	B-C-D- E	MAX 2 di F	1	1	1	1	1	3
SERIE A2	10	B-C-D- E-F	MAX 2 di G	2	2	2	2	2	/

- Nella composizione della coreografia deve esserci equilibrio nella presenza di tutti i gruppi di elementi corporei (equilibri- giri- salti- onde/souplesse- elementi acrobatici)
- La coreografia e la scelta di disposizione dei movimenti nel tempo e nello spazio è libera