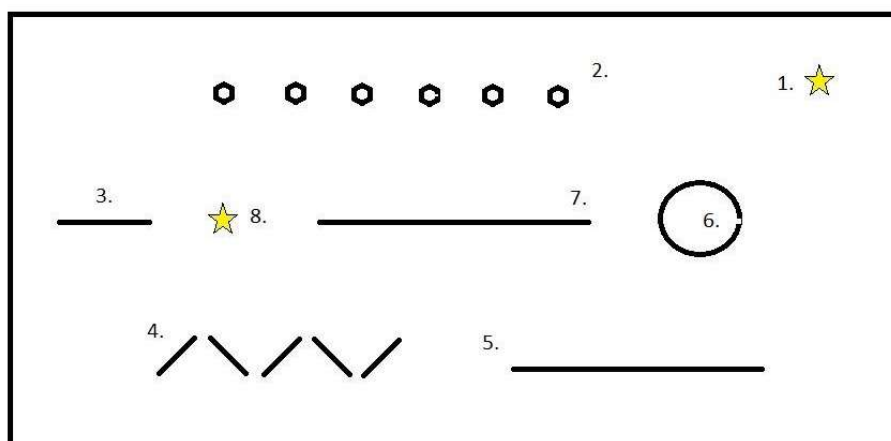


## REGOLAMENTO BRAVO BRAVISSIMO 2025 - 2026

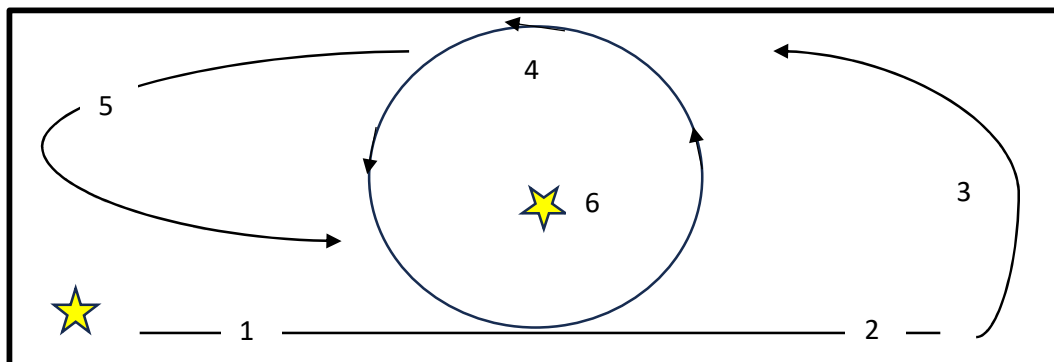
- Possono partecipare alle categorie Bravo Bravissimo solo gli atleti che non abbiano preso parte a campionati nazionali, regionali o provinciali di qualsiasi ente. Sono ammessi atleti che abbiano partecipato a trofei societari o simili.
- I percorsi possono essere rinominati a discrezione dell'organizzatore della gara
- Le categorie Bravo Bravissimo nascono per offrire l'opportunità agli atleti, che non abbiano mai effettuato gare promozionali, di confrontarsi in un contesto puramente amatoriale
- Ogni atleta partecipante porterà 1 punto alla classifica società.
- Sarà a discrezione della società organizzatrice stilare una classifica o decretare l'atleta più meritevole, Fondamentale è che tutti gli atleti siano premiati alla fine della competizione
- Gli atleti possono gareggiare con body personale o divisa societaria o altro abbigliamento senza alcuna penalizzazione.
- Gli atleti di ogni percorso verranno suddivisi in categorie per fascia d'età, come indicato nel regolamento AICS in vigore al paragrafo 41.

### PERCORSO BASIC (GUIDATO CON CINESINI) *Solo per categorie primi passi*



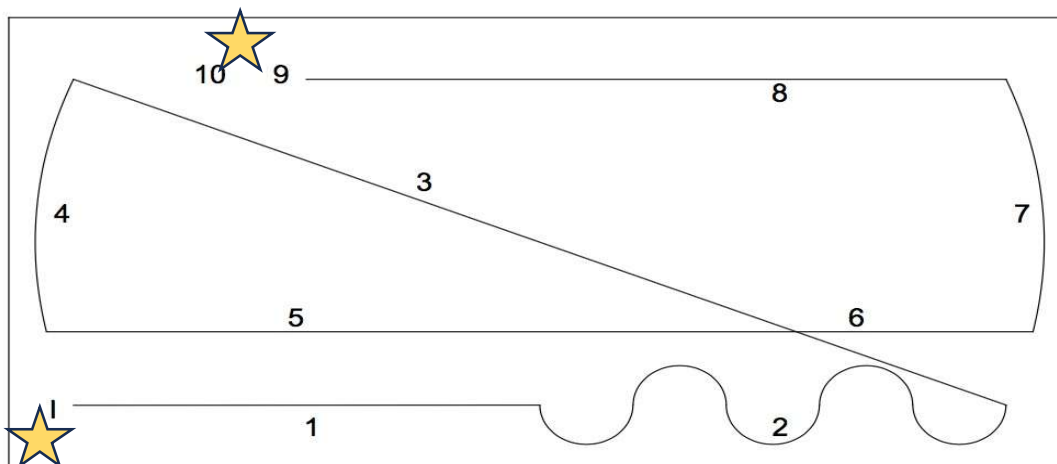
1. Partenza con movimenti da fermi
2. Limoni sui cinesini
3. Piegamento sotto l'asticella
4. Slalom sui cinesini
5. Bilanciato avanti gamba flessa (Figurina/cestino/madonnina...)
6. Saltino da fermi nel cerchio
7. Gattino/ragnetto
8. Finale a terra con movimenti figurati

### PERCORSO MEDIUM



1. Passi spinta in linea retta
2. Saltino a piedi pari
3. Bilanciato avanti gamba flessa in curva (Figurina/cestino/madonnina...)
4. Piegamento su due gambe avanti in cerchio
5. Curva di limoni avanti
6. Frenata e finale con movimenti figurati

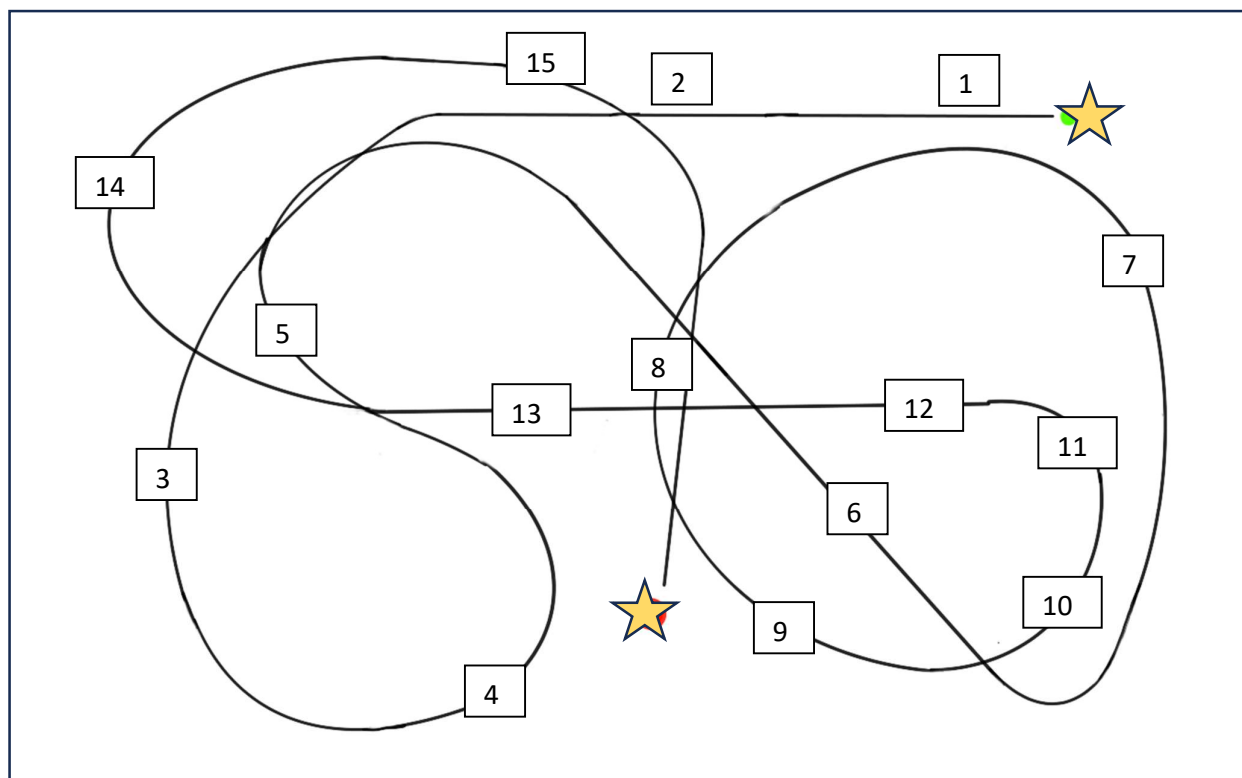
### PERCORSO PLUS



1. Passi spinta (minimo 4) anche figurati
2. Slalom a 2 piedi o a 1 piede avanti ( minimo 4 curve)
3. Piegamento su due gambe o carrellino avanti anche figurato (minimo 5 secondi)
4. Bilanciato esterno avanti con gamba libera tesa dietro (minimo 5 secondi)
5. Limoni (apro e chiudo) indietro ( minimo 3)
6. Fare 2 salti a piedi pari all'indietro
7. Up position (anforina / ponticello) (minimo 5 secondi)
8. Fare 2 salti piedi pari
9. Frenata (fermarsi completamente)
10. Trottola a piedi pari ( minimo 1 giro)

## PERCORSO DIFFICULT

Verrà giudicato con punteggio tecnico a fine del percorso



1. Passi spinta (minimo 4) anche figurati
2. Slalom a 2 piedi o a 1 piede avanti ( minimo 4 curve)
3. Passo Incrociato Avanti
4. Bilanciato avanti gamba flessa in curva (Figurina/cestino/madonnina...)
5. Piegamento su due gambe o carrellino avanti anche figurato (minimo 5 secondi)
6. Salto mezzo giro – salto piedi pari – salto mezzo giro
7. Passo incrociato avanti
8. Tre destro o sinistro
9. Passo incrociato indietro
10. Papera
11. Trottola a piedi pari ( minimo 1 giro)
12. Passi spinta Avanti
13. 2 balzi
14. Passo incrociato avanti
15. Up position (anforina / ponticello) (minimo 5 secondi)