



Roma, 07.03.2024

Prot.n. 1608

Ai Comitati Provinciali AICS  
Ai Comitati Regionali AICS  
Alle Società di Fitness Musicale AiCS  
Loro Sedi

**Oggetto: Campionato Nazionale AiCS Fitness Musicale – Riccione 14 aprile 2024.**

La Direzione Nazionale AICS, Dipartimento Sport, con la competente CTN di disciplina in collaborazione con il Comitato Regionale Emilia-Romagna ed il Comitato Provinciale di Rimini, organizza a Riccione il 14 aprile p.v. il Campionato Nazionale AiCS Fitness Musicale presso la Palestra Scolastica – Via Capri.

Il Campionato è aperto alle Società che svolgono l'attività di Fitness Musicale affiliate AICS, per la stagione in corso, ed ai relativi atleti regolarmente tesserati nonché alle Società ed agli atleti delle Società affiliate agli altri EPS trattandosi di una manifestazione "OPEN". Inoltre, tutti gli atleti devono avere la certificazione medica valida per l'anno in corso.

Le iscrizioni, redatte sull'apposito modulo, con le relative quote di seguito indicate, dovranno pervenire a: AICS DIREZIONE NAZIONALE – Dipartimento Sport e-mail [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info) ed a Valentina Russo e-mail [valentinarusso.bmi@gmail.com](mailto:valentinarusso.bmi@gmail.com). Il presidente delle ASD/SSD o l'istruttore dovrà comunicare la partecipazione della propria squadra alla gara **entro e non oltre il 5 aprile p.v.** Le quote d'iscrizione alla gara per gli atleti **AICS sono di € 10,00 (dieci/00)** ad atleta mentre per gli atleti **OPEN** è di € **12,00 (dodici/00)** ad atleta, da versare tramite bonifico bancario intestato a: **AICS DIREZIONE NAZIONALE – CAUSALE: QUOTA ISCRIZIONE CAMPIONATO NAZIONALE DI FITNESS MUSICALE – Codice IBAN: IT 75 I 01030 03271 000061460833 (allegare all'iscrizione copia del bonifico effettuato).**

L' AICS, tramite il settore dedicato, sta organizzando le gare di Fitness musicale per aggiungere agli aspetti dell'aggregazione, del divertimento e dell'allenamento, tipici di questa disciplina, anche quello COMPETITIVO e per questo motivo sottolineiamo il carattere dilettantistico della gara.

## PROGRAMMA GARA

h. 14.00 Registrazione squadre;

h. 15.00 Inizio competizione;

- Masterclass: una lezione dedicata ai partecipanti della competizione, tenuta da tutti gli istruttori/caposquadra
- Premiazione

## REGOLAMENTO GARE ANNO 2024

### • **CATEGORIA: FITNESS COREOGRAFICO**

Il presente Regolamento Gare è uno strumento di importanza fondamentale per lo sviluppo e l'organizzazione del FITNESS MUSICALE e verrà aggiornato periodicamente dalla commissione tecnica del settore.

### Sezione 1. REGOLE GENERALI

**Articolo 1.** Il presente Regolamento regola il sistema delle competizioni provinciali, regionali e nazionali del Settore di FITNESS MUSICALE di AICS (categoria: fitness coreografico).

**Articolo 2.** La Commissione tecnica è l'organismo che ha emanato questo Regolamento e ne cura l'applicazione. Inoltre, procede alla revisione periodica, inserendo, ove necessario, norme supplementari ed infine nomina la giuria di gara

**Articolo 3.** Per poter partecipare come atleta alle gare, è necessario essere possesso di un certificato medico rilasciato per attività sportiva agonistica per l'anno in corso.

### Sezione 2. PARTECIPANTI

**Articolo 4.** La squadra partecipante dovrà essere formata da un minimo di 5 componenti ad un massimo di 15. La squadra partecipante dovrà avere un capitano/istruttore/istruttrice che non avrà l'obbligo di esibirsi durante la gara con i propri atleti. Un capitano potrà accompagnare più di una squadra. Nessun atleta potrà gareggiare in due squadre nello stesso evento.

**Articolo 5.** La squadra potrà essere composta da donne, uomini e ragazzi (dai 14 anni)

### Sezione 3. DISCIPLINE di FITNESS MUSICALE

**Articolo 6.** Essendo il mondo del fitness musicale così vario ed esteso, al momento, potranno gareggiare nella stessa categoria, tutte le diverse discipline di fitness musicale (a corpo libero e non) che possono essere valutabili per le voci previste nella sezione 7: Giuria e punteggi. La commissione tecnica si riserva la facoltà di dividere la gara in diverse categorie di fitness qualora ce ne sia l'esigenza e la possibilità

#### Sezione 4. MUSICA

**Articolo 7.** La performance dovrà essere eseguita su un brano musicale della durata minima di 2:30 min e la durata massima di 4:30 min.

**Articolo 8.** La musica utilizzata potrà essere strumentale, italiana o straniera. Non potrà essere un medley di più brani. Potranno essere utilizzati brani di qualunque genere e ritmo musicale. In caso in cui due squadre scelgano lo stesso brano, verrà chiesto alla squadra che ha inviato alla commissione il brano in data successiva alla prima squadra, di cambiare brano.

**Articolo 9.** Le tracce dovranno pervenire alla Commissione Tecnica 10 gg prima della data prevista per la gara; si precisa che in mancanza dei requisiti richiesti, non verranno accettate.

#### Sezione 5. ABBIGLIAMENTO

**Articolo 10.** L'abbigliamento dei componenti del gruppo è libero (tinte unite, fantasie, pantaloncini corti, lunghi, canotte, top, ecc.). I componenti potranno essere vestiti anche in maniera diversa tra di loro.

**Articolo 11.** Non sono ammessi indumenti con marchi/brand commerciali (eccetto le scarpe da ginnastica) e sono ammessi indumenti con i loghi dell'AICS e/o della propria ASD/SSD/ gruppo/ squadra ecc...

**Articolo 12.** Durante la performance sarà possibile utilizzare "oggetti" solo se sono parte integrante della disciplina sportiva.

#### Sezione 6. PERFORMANCE ED ESERCIZI

Tenuto conto che si tratta di una competizione di fitness e non di danza, ogni performance dovrà avere i seguenti requisiti tecnici:

**Articolo 13.** Tutti gli atleti della squadra, compreso il capitano, dovranno esibirsi contemporaneamente per tutta la durata della performance, eseguendo la medesima coreografia.

**Articolo 14.** L'intera squadra, compreso il capitano, dovrà esibirsi ponendosi di fronte alla giuria e non si potranno eseguire prese coreografiche, figure, raggruppamenti iniziali, finali, scambi scenografici di postazione ecc.

#### Sezione 7. GIURIA e PUNTEGGI

**Articolo 15.** La commissione tecnica del settore Fitness Musicale AICS nominerà la giuria formata da 3 giudici.

**Articolo 16.** La giuria darà un punteggio da 0 a 10 (compresi i mezzi punti) a ciascuna squadra per le seguenti voci:

- Musicalità e ritmo
- Tecnica ed esecuzione dei movimenti
- Espressività e coinvolgimento
- Sincro tra i partecipanti

Tali votazioni stabiliranno i terzi, secondi e primi classificati.

La giuria avrà anche la facoltà di assegnare premi speciali a squadre o a singoli atleti.

#### Sezione 8. MASTERCLASS

**Articolo 17.** In attesa del riepilogo dei voti da parte della giuria ci sarà un momento di aggregazione, sudore e divertimento che contraddistinguono il mondo del fitness: i capitani e/o istruttori delle squadre si susseguiranno, su di un palco, in una masterclass di fitness dedicata a tutti i partecipanti alla gara e no.

Cordiali saluti.

Il Presidente  
On Bruno Molea

