

ESTÁNDAR

BAILES STANDARD – ESTILO INTERNACIONAL

Notas y restricciones generales para todos los bailes

1. Las parejas deben empezar y permanecer en Posición de Baile Cerrada “Agarre tradicional” en todo momento mientras bailan.
2. Las parejas pueden bailar las figuras/elementos de su categoría (Bronce, Plata, Oro) así como figuras/elementos de las categorías inferiores.
3. No se permiten adornos de las figuras a menos que se indique lo contrario. No se permiten movimientos de cabeza / ventiladores, movimientos de pies, sincopaciones o timing retardados a menos que se indique o contrario.
4. Cuando un tiempo en una figura no tiene cambio de peso, se detalla señalando el tiempo entre paréntesis. Si el tiempo de la mujer es diferente del tiempo del hombre, se detallará en las tablas correspondientes.
5. No se permiten entradas. Los bailarines deben adquirir la posición de baile y empezar a bailar en posición cerrada. No se permite empezar en posición abierta o en carrera. Solo se permite una reverencia frente al otro miembro de la pareja al inicio del Vals Vienés.
6. Los tiempos detallados en las tablas son por elementos, y no por figuras tal y como se indica en varios libros de técnica. Esto permite amalgamas (fusiones).
7. Las figuras/elementos deben ser bailados en su totalidad a menos que se indique específicamente lo contrario o se incluyan en alguna combinación.
8. No se pueden utilizar figuras de otros bailes a no ser que se permita explícitamente en las tablas.

Figuras/elementos comunes en varios bailes:

Closed Impetus	W, FT, QS
Open Impetus	W, FT
Closed Telemark	W, FT, QS
Open Telemark	W, FT
Double Reverse Spin	W, QS
Natural Spin Turn	W, QS
Contra Check	W, T, VW
Hover Corte	W, QS
Back Lock	W, QS
Chasse to Right	W, QS (T, incluidas en la figura Chase y finales de Oversway)
(Forward) Closed Change Step	W, VW
Fallaway Reverse and Slip Pivot	W, T, FT
Reverse Pivot	W, QS
Change of Direction	FT, QS

APÉNDICE 1 UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Figuras de Vals – Nivel Bronce	Timing	Notas
1. Closed Changes, PI o PD	123	Solo se pueden bailar con el hombre moviendo hacia adelante.
2. Natural Turn	123 123	Se pueden bailar los pasos 1-3 o 4-6 como elementos separados.
3. Reverse Turn	123 123	Se pueden bailar los pasos 1-3 o 4-6 como elementos separados.
4. Natural Spin Turn	123 123	
5. Whisk	123	Debe acabar en Posición Promenade
6. Chasse from Promenade Position	12&3	Debe acabar en Posición cerrada por fuera de la pareja (OP)
7. Closed Impetus	123	El hombre debe bailar un Heel Turn y acabar la figura moviendo hacia atrás.
8. Hesitation Change	123 12(3)	
9. Outside Change	123	Puede acabar tanto en posición cerrada como en Promenade Position.
10. Reverse Corte	123	
11. Back Whisk	123	
12. Basic Weave	123 123	Puede acabar tanto en posición cerrada como en Promenade Position.
13. Double Reverse Spin	12(&3)	Timing de la mujer: 12&3 o 123&
14. Reverse Pivot	&	
15. Back Lock	12&3	
16. Progressive Chasse to Right	12&3	
Figuras de Vals – Nivel Plata	Timing	Notas
17. Weave from Promenade Position	123 123	Puede acabar tanto en posición cerrada como en Promenade Position.
18. Closed Telemark	123	La mujer debe bailar un Heel Turn acabando en posición cerrada
19. Open Telemark	123	La mujer debe bailar un Heel Turn acabando en Promenade Position
20. Wing	1(23)	Timing de la mujer: 123. La figura puede empezar en Posición Wing
21. Open Impetus	123	El hombre debe bailar un Heel Turn para acabar en Promenade Position
22. Cross Hesitation	123	Se puede bailar después de cualquier figura que acabe en Posición Promenade
23. Outside Spin	123	Puede girar menos para seguir moviendo hacia atrás o girar más para acabar moviendo hacia adelante.
24. Turning Lock	1&23	Puede acabar tanto en posición cerrada como en Promenade Position.
25. Drag Hesitation	12(3)	
Figuras de Vals – Nivel Oro	Timing	Notas
26. Left Whisk	123	Se puede bailar desde Posición Promenade o realizando un paso hacia atrás en una figura en la que el hombre acabe sobre el PI, seguido de Untwist con el Timing 12&3
26. Left Whisk	123	Se puede bailar en Whisk en tiempo "1" después de los pasos 1-4 de Turning Lock
27. Contra Check	123	Debe acabar en Posición Promenade
28. Closed Wing	1(23)	Timing de la mujer: 123. La figura debe empezar en Close Position.
29. Turning Lock to Right	1&23	Sobregirando hacia la derecha para acabar en Posición
30. Fallaway Reverse and Slip Pivot	123&, 12&3, 1&23	
31. Hover Corte	123	Se puede mantener durante un compás musical más, timing 12(312)3.
32. Fallaway Whisk	123	
Notas adicionales para Vals		
Se deben bailar los 6 pasos de la figura Weave		

APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Figuras de Tango – Nivel Bronce	Timing	Notas
1. Marcha sobre el PI o PD	S	Solo se pueden bailar con el hombre moviendo hacia adelante.
2. Progressive Side Step	QQS	
3. Progressive Link	QQ	
4. Closed Promenade	SQQS	
5. Rock Turn	SQQSQQS	Se puede repetir varias veces.
6. Open Reverse Turn, mujer outside	QQS QQS	
7. Back Corte	SQQS	
8. Open Reverse Turn, mujer en línea	QQS QQS	La mujer debe bailar un Heel-Close
9. Progressive Side Step Reverse Turn	QQSSQQSQQS	Se puede repetir varias veces la acción de Rocks. Se puede bailar un Back Corté inmediatamente después del paso 4.
10. Open Promenade	SQQS	
11. Rocks sobre el PI y sobre el PD	QQS	Solo se pueden bailar con el hombre moviendo hacia atrás.
12. Natural Twist Turn	SQQSQQ	La figura debe empezar en Posición Promenade. Puede acabar en Close Position o en Posición Promenade.
13. Natural Promenade Turn	SQQ(S)	Puede acabar en Posición Promende, o combinarse con el Rock Turn. El Timing resultante sería SQQSQSQQS. Se puede repetir varias veces la acción de Rocks.
Figuras de Tango – Nivel Plata	Timing	Notas
14. Promenade Link/Reverse Promenade Link	SQ(Q)	
15. Four Step	QQQQ	Se deben juntan los pies en el paso 4. Puede sobregirar hacia la izquierda
16. Back Open Promenade	SQQS	
17. Outside Swivel	SQ(Q)	Various methods including Reverse Swivel. Step-Tap ending may finish in Closed DancePosition o Promenade Position
18. Fallaway Promenade	SQQSQQ	Se deben juntan los pies en el paso 6.
19. Four Step Change	QQQQ o QQ&S	
20. Brush Tap	QQ(&S)	Solo puede acabar en Posición Cerrada

APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Figuras de Tango – Nivel Oro	Timing	Notas
21. Fallaway Four Step	QQQQ	Se deben juntan los pies en el paso 4.
22. Basic Reverse Turn	QQ&QQS o QQS QQS	
23. Contra Check	SS	Debe acabar en PP
24. Five Step	QQQQ(S) o QQS&(S)	Puede sobregirar hacia la izquierda
25. Oversway (incluyendo Drop Oversway)	QQS(S)	Debe empezar con una acción de Telemark (con Heel Turn de la mujer). Finales: 1. Trasladar el peso sobre el PD y colocar el PI al lado en PP sin peso. Q(Q) 2. Juntal el PD al PI y colocar el PI al lado en PP sin peso. &(S) 3. Chasse hacia la derecha, cruzando el PI por detrás del PD hacia Whisk, step-tap en PP. Q&QS(Q) o Q&QQ(S) 4. Chasse y Whisk, 2-3 Promenade Link. Q&QS(Q) o Q&QQ(S) 5. Chasse y Whisk, y después juntar el PD al PI colocando, después, el PI al lado en PP sin peso.Q&QSS&(S) 6. Spin to R, hasta un máximo de una vuelta completa, colocando el PI al lado en PP sin peso. QQQ(Q) 7. Spin hacia la derecha seguido de cualquiera de los finales 3,4 o 5 detallados anteriormente
26. Fallaway Reverse and Slip Pivot	QQQQ	
27. The Chase	SQQQS	Puede acabar en posición Promenade o en Close Position (en línea). Otros finales permitidos después del paso 5 son: 1. Chasse hacia la derecha, cruzar el PI por detrás del PD hacia Whisk, Step-Tap in PP. Q&QS(Q) o Q&QQ(S) 2. Chasse y Whisk, 2-3 Promenade Link. Q&QS(Q) o Q&QQ(S) 3. Chasse y Whisk, juntando, a continuación, el PD al PI colocando, después, el PI al lado en PP sin peso.Q&QSS&(S) 4. Chasse hacia la derecha, Progressive Link. Q&QQ
Notas adicionales para Tango		
5. Se puede sustituir el Closed Finish por un Open Finish en cualquier categoría.		
Métodos para girar a Promenade Position en Tango		
	Bronce	Progressive Link
	Bronce	Marcha sobre el PD, colocando, después, el PI al lado en PP sin peso. Timing "&" (También se puede realizar en el ultimo paso de la figura Open Finish.)
	Bronce	Natural Twist Turn
	Bronce	Natural Promenade Turn
	Bronce	Desde Closed Finish: mantener los pies en el sitio girando a PP al final del ultimo paso. Timing "&"
	Plata	Todos los métodos permitidos en el nivel Bronce
	Plata	Four Step
	Plata	Fallaway Promenade
	Oro	Todos los métodos permitidos en el nivel Bronce y Plata
	Oro	Fallaway Four Step

APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

	Oro	Finales de Owersway 1, 2, 3, 5, 6, 7
	Oro	Finales de Chased 1, 3, 4
	Oro	Five Step
	Oro	Contra Check



APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Figuras de Bronce – Vals Vienés	Timing	Notas
1. Natural Turn	123 123	
2. Reverse Turn	123 123	
3. Forward change sobre el PD. Natural a Reverse	123	
4. Forward change sobre el PI. Reverse a Natural	123	
5. Backward change sobre el PI. Natural a Reverse	123	
6. Backward change sobre el PD. Reverse a Natural	123	

APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Figuras de Slow Foxtrot – Nivel Bronce	Timing	Notas
Feather Step	SQQ	
Three Step	SQQ	
Natural Turn	SQQ SSS	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Reverse Turn (incorporando el Feather Finish)	SQQ SQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Closed Impetus	SQQ	El hombre debe bailar un Heel Turn y acabar la figura moviendo hacia atrás.
Feather Finish	SQQ	
Natural Weave*	SQQQQQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Change of Direction	SSS o SSSS	
Basic Weave*	QQQQQQ	
Figuras de Slow Foxtrot – Nivel Plata	Timing	Notas
Closed Telemark	SQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2. La figura debe acabar en Close Position.
Open Telemark	SQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2. La figura debe acabar en Promenade Position.
Feather ending desde Promenade Position	SQQ	
Top Spin	QQQQ	
Hover Feather	QQ	
Hover Telemark	SQQ	Puede acabar tanto en posición cerrada como en Promenade Position.
Natural Telemark	SQQQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Hover Cross	SQQQQQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Open/Passing Natural Turn	SQQ	La figura debe empezar en Posición Promenade.
Outside Swivel	S o SS	
Open Impetus	SQQ	El hombre debe bailar un Heel Turn en el paso 2 para acabar en Promenade Position.
Reverse Wave (incluye los pasos 1-3 Reverse Turn)	SQQ SQQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Natural o Reverse Weave from PP*	SQQQQQQQ	La figura debe empezar en Posición Promenade.
Figuras de Slow Foxtrot – Nivel Oro	Timing	Notas
Natural Twist Turn con Hover Feather	SQ&QSQQ	
Natural Twist Turn con Weave ending	SQ&QSQQQQQQ	
Natural Twist Turn con Closed o Open Impetus	SQ&QQQ	
Curved Feather	SQQ	
Back Feather	SQQ	
Natural Zig-Zag	SQQQQ	La figura debe empezar en Posición Promenade.
Fallaway Reverse and Slip Pivot	QQQQ, SQQS, SQQ&, SQ&Q, S&QQ	

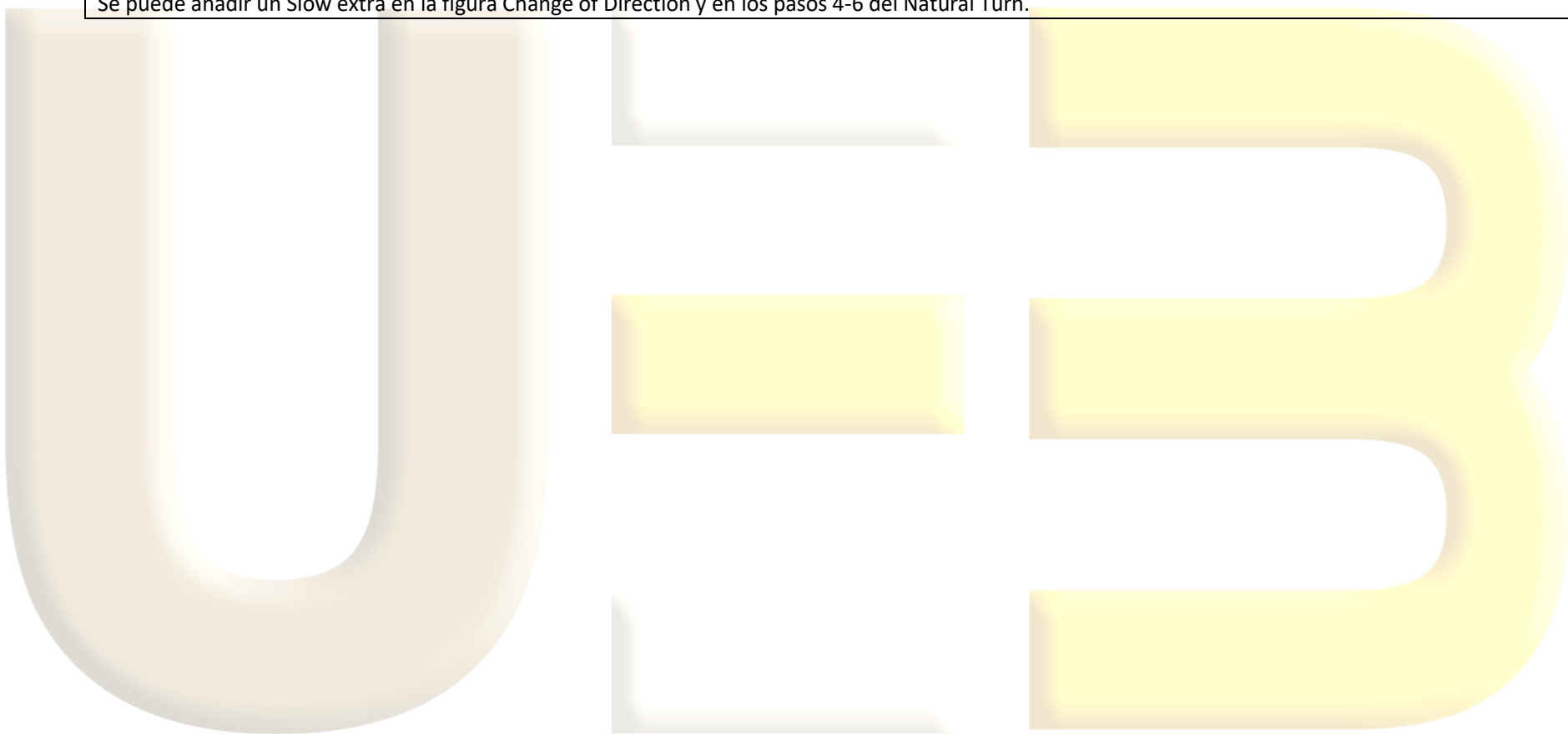
APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Natural Hover Telemark	SQQ(S)QQ	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Bounce Fallaway with Weave Ending*	S&QQQQQQQQ	

Notas adicionales para Slow Foxtrot

Las figuras Weave se pueden extender con 2 Quicks extra únicamente en el nivel Oro.

Se puede añadir un Slow extra en la figura Change of Direction y en los pasos 4-6 del Natural Turn.



APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Figuras de Quickstep – Nivel Bronce	Timing	Notas
Quarter Turn hacia la derecha	SQQS	
Quarter Turn hacia la izquierda (Heel Pivot)	S(QQ)S	El Timing de la mujer es SQQS
Natural Turn	SQQ SSS	
Natural Turn with Hesitation	SQQ SS(S)	
Natural Pivot Turn	SQQ S	Solo se permite realizar un Pívor
Natural Spin Turn	SQQSSS	
Progressive Chasse	SQQS	
Chasse Reverse Turn	SQQ	
Forward and Back Locks	SQQS	
Closed Impetus	SSS	El hombre debe bailar un Heel Turn y acabar la figura moviendo hacia atrás.
Reverse Pivot	S o &	
Progressive Chasse to Right	SQQS	
Tipple Chasse to Right*	SQQS QQS	La figura debe incluir un Lockstep al final de la figura
Running Finish	QQS o SQQ	
Double Reverse Spin	SS(QQ)	El Timing de la mujer es SSQQ
Zig-Zag, Back Lock and Running Finish	SSSQSQQS o SSSQSSSQ	
Cross Chasse	SQQS	Se deben juntar los pies en el Segundo Quick
Change of Direction	SSS	
Figuras de Quickstep – Nivel Plata	Timing	Notas
Quick Open Reverse	SQQ	
Fishtail	SQQQQS	
Four Quick Run	SQQQQS	
V6	SQQSSQQ	Si se baila el Lockstep alternativo al final de la figura el Timing resultante SQQSSQQSQS
Closed Telemark	SSS, SQQ o QQS	La mujer debe realizar un Heel Turn en el paso 2.
Running Right Turn	ver Notas	<p>Esta figura es una amalgama de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Natural Pivot Turn SQQS • Foxtrot Natural Turn SSS o SQQ La mujer debe realizar un Heel Turn en el segundo paso de este elemento. • Running Finish QQS o SQQ
Figuras de Quickstep – Nivel Oro	Timing	Notas
Cross Swivel	S(S)S	
Six Quick Run	QQQQQQ	
Rumba Cross	QQS	
Tipsy to Right o Left	Q&Q	
Hover Corte	SSS	

APÉNDICE 1 - UEB - FIGURAS APROBADAS, ELEMENTOS Y RESTICCIONES

Notas adicionales para Quickstep

*No se puede bailar en Promenade Position en ninguna categoría o nivel

*No se pueden bailar ningún tipo de hopping, skipping, jumping, Syncopated o running actions en ningún nivel a no ser que se detalle explícitamente

*La figura Tipple Chasse solo se puede bailar moviendo hacia la derecha del hombre

*No se permiten los continuous Pivots.

