

Para: Entidades Facilitadoras para Practica de un Entrenador Certificado de Baile Deportivo
De: Dirección Deportiva FEDECOLBAILE
Asunto: Presentación del Deporte Baile Deportivo



¿Bailamos?
Federación Colombiana
de Baile Deportivo

El Baile Deportivo es una deporte nuevo en Colombia. En ocasión de Los Juegos Mundiales 2013 Cali ha cobrado un protagonismo importante, pero ya desde 2007 se venía trabajando con esta disciplina deportiva, logrando su vinculación al Sistema Nacional del Deporte de Colombia.

El portador de la presente circular es entrenador certificado de la Federación Colombiana de Baile Deportivo, y para activar su licencia debe hacer lo siguiente:

Práctica: El entrenador debe ejercer por lo menos 40 horas de practica de Baile Deportivo en una institución legalmente constituida. Para hacer un **Entrenamiento** las personas que participen, deben aprender al menos un baile previo al entrenamiento y para ello el entrenador debe hacer una **Enseñanza** en al menos dos clases. Las clases y entrenamientos son horas académicas de 45 minutos acorde al formato internacional.

Entidad: La entidad puede ser una organización privada o pública, ejemplo: un colegio, un jardín infantil, un centro de salud, una junta de acción comunal, universidad, una empresa, etc.

Certificación: Como Representante legal de la entidad donde hace el entrenamiento, le solicitamos expedir una certificación donde conste las 40 horas practicas del entrenador.

Afiliada a la
WorldDanceSport
FederationWDSF
(Federación Mundial
de Baile Deportivo)
desde junio de 2011



Deporte oficial de



Información Adicional

BAILE DEPORTIVO

Es una modalidad de baile de salón, pero con carácter competitivo, ejecutado por una pareja que con rutinas predefinidas de calidad precisa e impecable combinan: expresión, armonía, coordinación, y sincronización. Se practica en mas de noventa países repartidos por todo el mundo. Se divide en dos modalidades: Standard y Latinos.

Modalidades:

- **Bailes Standard:** Vals Vienés, Vals Inglés, Quickstep, Fox Trot y Tango.
- **Bailes Latinos:** Samba, Rumba-Bolero, Cha-Cha-Cha, Pasodoble y Jive.
- **Salsa:** Pachanga, mambo, Boogaloo.

BAILES ESTÁNDAR

Los bailes Standard son una clara expresión de sobriedad y elegancia, características propias de los países europeos. En general los bailes Standard son muy rigurosos, tanto en sus programas como en su vestuario. En la alta competición, ellos van de impecable Frac y ellas llevan vestidos largos de faldas con orlas de plumas para que pesen y tengan cuerpo en los giros.



Personería Jurídica
00033-9-1-2015
Reconocimiento
Deportivo
00063-19-01-2015
Expedido por
COLDEPORTES



Miembro
Provisional del

FedeColBaile
NIT. 900.856.525-3
Coliseo Evangelista Mora
Calle 5B3 carrera 34
Santiago de Cali
Teléfono: (2) 5143987
WhatsApp: 3053070157
www.bailedeportivocolombia.org
fedecolbaile@gmail.com

1. VALS VIENES

El padre de todos los Bailes de Salón es, posiblemente, también el más elegante de todos ellos. Bailado al rapidísimo ritmo de 60 compases por minuto, con una estructura de 3 tiempos por compás, es imprescindible tener buenas piernas para, simplemente, seguir la música. Aunque el número de figuras es muy limitado en este baile, conseguir ese movimiento homogéneo tan característico del Vals Vienés (las parejas se deslizan sobre la pista) requiere muchísima dedicación y práctica.

2. VALS INGLÉS

Menos conocido que el Vals Vienés, tiene su misma estructura de tiempos pero un ritmo menor (justo la mitad, 30 compases por minuto). Se baila con pasos largos y deslizados, con una flexión de rodillas en el primer tiempo, lo que confiere a los bailarines el movimiento ondulante característico de este baile.

3. QUICKSTEP

Es un Fox rápido, y también el más "frívolo" de los bailes Standard. De carácter desenfadado, son muy comunes los pasos saltados y los punteos, donde los pies se apoyan en el suelo sólo durante un instante. Esto transfiere al baile unas características de ligereza y gracia realmente encantadoras. Pasa a ser el Quickstep la versión rápida del Foxtrot bailado a 48 compases por minuto. El Charlestón tuvo muchas influencias en el desenvolvimiento del Quickstep.

4. FOX TROT

Variante lenta del Foxtrot. Es el más técnico de los Bailes de Salón (y el más odiado por la mayoría de principiantes). Su estructura es de 4 tiempos por compás, bailado a 30 compases por minuto con pasos largos y deslizados, añadiendo también un movimiento ondulante pero mucho menos pronunciado que el del Vals Inglés.

5. TANGO

Posiblemente el más popular de los bailes. El Tango bailado en las competiciones oficiales difiere mucho del Tango Argentino al que estamos todos acostumbrados. De todas las modalidades de Tango existentes, es el de competición el más "liso" de todos ellos. Desaparecen los quiebros de cintura tan característicos de la versión argentina, se baila con pasos largos y vueltas de dos puntos, con pocas caídas y una curiosa propensión a los giros rápidos de cabeza.

BAILES LATINOS

Los bailes latinos expresan fuerza y, sobre todo, sentimiento. Una fuerza y un sentimiento que toda pareja debe saber transmitir a todos aquellos que están viendo y evaluando sus evoluciones sobre la pista. Los bailes latinos no son tan rigurosos con las figuras que una pareja debe ejecutar ante un jurado.

Partiendo de unas "reglas" básicas, es la imaginación de los bailarines la que construye un programa. Esto tiene su encanto, y es que no hay dos parejas que bailen igual, por lo que existe una enorme variedad donde escoger. Con el vestuario pasa lo mismo. Solamente el buen gusto marca el límite que una pareja debe respetar a la hora de escoger la ropa. Suelen ser vestidos cortos.



¿Bailamos?
Federación Colombiana
de Baile Deportivo

Afiliada a la
WorldDanceSport
FederationWDSF
(Federación Mundial
de Baile Deportivo)
desde junio de 2011



Deporte oficial de



THE WORLD GAMES
WROCLAW 2017

Personería Jurídica
00033-9-1-2015
Reconocimiento
Deportivo
00063-19-01-2015
Expedido por
COLDEPORTES



Miembro
Provisional del

FedeColBaile
NIT. 900.856.525-3
Coliseo Evangelista Mora
Calle 5B3 carrera 34
Santiago de Cali
Teléfono: (2) 5143987
WhatsApp: 3053070157
[www.
bailedeportivocolombia.org](http://www.bailedeportivocolombia.org)
fedecolbaile@gmail.com

1. RUMBA-BOLERO

El más sensual de los bailes latinos. Se trata de una Rumba lenta (27 compases por minuto) que se baila con poco desplazamiento y con unos movimientos de cadera muy marcados. Este es un baile de tintes claramente románticos, y así es como lo ha de interpretar la pareja. En una Rumba bien bailada, el público ha de ver a dos personas en una demostración de mútuo afecto.

2. CHA-CHA-CHA

Como baile derivado de la Rumba, el Cha-Cha-Cha tiene muchos elementos de ésta adaptados, eso sí, a la peculiaridad que caracteriza a este baile: Los tres pasos intercalados en dos tiempos que le dan este nombre tan peculiar. Con un ritmo ligeramente superior al de la Rumba (30 compases por minuto), este baile es básicamente una demostración de fuerza y habilidad. Una habilidad que se requiere, sobre todo, en los difíciles movimientos de cadera asociados.

3. SAMBA

La Samba que puede verse en las competiciones de baile es diferente a la Samba brasileña. Se baila a un ritmo más lento que la original (aún así, a 50 compases por minuto, que no es poco) lo que permite pasos más largos y un mayor desplazamiento sobre la pista. Pero esta Samba conserva todo el carácter festivo de su hermana mayor. En ningún otro baile se ha de dar, por parte de la pareja, una mayor sensación de estar disfrutando con él y, por supuesto, los movimientos de cadera son imprescindibles, por muy nórdicos que sean los bailarines.

4. PASODOBLE

En la pista no hay dos bailarines moviéndose graciosamente al ritmo de la música, lo que se puede ver es a un torero (el hombre) haciendo una demostración de habilidad con su capa (la mujer) al enfrentarse con un toro imaginario. Naturalmente, en este baile no existe el más mínimo movimiento de caderas.

5. JIVE

Es el baile menos conocido de los 10 que forman un programa de competición. De origen latino, se confunde una y otra vez con el Rock & Roll. El Jive es un baile rápido, con un carácter alegre y dinámico (sin llegar al carácter "festivalero" de la samba). La principal sensación que transmite una pareja bailando Jive es de agilidad, pues, aún sin tener elementos acrobáticos, las figuras del Jive son una auténtica muestra de habilidad y equilibrio.

OTRAS ESPECIALIDADES

Desde junio de 2015 la Federación Mundial de Baile Deportivo introdujo otras especialidades deportivas de baile a saber: BAILES URBANOS (Hiphop, Breakdance, etc) BAILES CARIBEÑOS (Merengue, Bachata, Salsa), BAILES ARTISTICOS (Synchrodance, Showdance, Choreogrphyc, Formation), ROCK AND ROLL, SILLA DE RUEDAS, PORRISMO, entre otros.



¿Bailamos?
Federación Colombiana
de Baile Deportivo

Afiliada a la
WorldDanceSport
FederationWDSF
(Federación Mundial
de Baile Deportivo)
desde junio de 2011



Deporte oficial de



THE WORLD GAMES
WROCLAW 2017

Personería Jurídica
00033-9-1-2015
Reconocimiento
Deportivo
00063-19-01-2015
Expedido por
COLDEPORTES



Miembro
Provisional del

FedeColBaile
NIT. 900.856.525-3
Coliseo Evangelista Mora
Calle 5B3 carrera 34
Santiago de Cali
Teléfono: (2) 5143987
WhatsApp: 3053070157
[www.
bailedeportivocolombia.org](http://www.bailedeportivocolombia.org)
fedecolbaile@gmail.com