



COMITATO PROVINCIALE

Roma

AGE OF DANCE

CONCORSO
DI DANZA

QUANDO L'ETÀ
DIVENTA ARTE

www.csenroma.it



23 MAGGIO 2026

**DEDICATO ALLE DONNE
DAI 30 ANNI IN SU**

Un invito a danzare oltre i confini, a
trasformare l'esperienza in arte, a
dare voce al corpo nel tempo

csenroma.ageofdance@gmail.com





AGE OF DANCE
“Quando l’età diventa arte”
23 maggio 2026
Teatro degli Audaci- Roma

Age of Dance è un concorso di danza dedicato alle donne dai 30 anni in su, nato con l’obiettivo di valorizzare la maturità artistica, l’esperienza e l’unicità del corpo adulto in movimento.

Il concorso, nato da un’idea della Referente del Csen Roma e Membro del Consiglio Direttivo Csen Roma Paola Rizzica intende offrire uno spazio scenico autorevole e rispettoso in cui la danza diventa narrazione personale, espressione consapevole e forza creativa, superando stereotipi legati all’età e celebrando la ricchezza delle diverse fasi della vita.

Sono ammesse coreografie soliste o di gruppo, appartenenti a tutti gli stili di danza, con particolare attenzione alla qualità interpretativa, alla ricerca artistica e all’autenticità espressiva.

Age of Dance si propone come un evento inclusivo e ispirante, dove il palco diventa luogo di incontro tra tecnica, emozione ed esperienza, e dove ogni partecipante può affermare la propria identità artistica con dignità e libertà.

✦✦ **Obiettivi del concorso**

- valorizzare la danza femminile adulta
- promuovere una visione della danza senza limiti di età
- sostenere la creatività, l’espressività e la consapevolezza corporea
- offrire uno spazio scenico di qualità e riconoscimento artistico

REGOLAMENTO UFFICIALE

Art. 1 – Finalità e luogo di svolgimento del concorso

Il concorso ***Age of Dance*** nasce con l’obiettivo di valorizzare la danza femminile adulta, promuovendo una visione della danza libera da limiti anagrafici e attenta alla maturità artistica, espressiva ed emotiva delle partecipanti.

Il concorso si svolgerà il [23 maggio 2026 presso il Teatro degli Audaci in Via giuseppe de Santis, 29 - Roma.](#) Gli orari di esibizione verranno comunicati 3 giorni prima dell’evento ai presidenti (o maestri e coreografi responsabili) delle associazioni che parteciperanno al concorso.



Art. 2 – Destinatarie

Il concorso è riservato a donne dai 30 anni compiuti (sono consentite due partecipanti fuori quota o inferiori all'età di 30 anni) alla data dell'evento.
Sono ammesse danzatrici amatoriali e professioniste.

Art. 3 – Modalità di partecipazione

- Sono ammesse esibizioni soliste, in duo o in gruppo
- Tutte le partecipanti devono rispettare il requisito di età
- Ogni partecipante o gruppo può presentare una o più coreografie
- Le coreografie possono essere inedite o già presentate in altri contesti

Quote di partecipazione:

SOLI 40,00 €

DUO 60,00 €

SINGOLO PARTECIPANTE CATEGORIA GRUPPO € 15,00

N.b. Per partecipare all'evento tutti gli atleti dovranno essere in possesso del tesseramento Csen attraverso il versamento di € 5,00, pagamento da effettuare contestualmente al bonifico delle quote di partecipazione.

Il pubblico pagherà 12,00€ a biglietto da prenotare entro il 15 maggio 2026. Effettuare unico bonifico con le quote di partecipazione specificando il pagamento. (*Age of Dance* è alla sua prima edizione, quindi si chiede gentilmente di non richiedere più di 2/3 biglietti a partecipante. Ad iscrizioni chiuse capiremo se sarà possibile soddisfare altre richieste).

Art. 4 – Categorie

Le categorie sono suddivise per numero di interpreti:

Soli

- Solo Femminile 30+ 40+ 50+

Duo

- Duo Femminile 30+ 40+ 50+

Gruppi

- Gruppo Femminile 30+ 40+ 50+ (da 3 interpreti in su)

L'organizzazione si riserva la possibilità di accorpare categorie in caso di numero insufficiente di iscrizioni.

Art. 5 – Stili di danza ammessi

Sono ammessi tutti gli stili di danza, tra cui:

- Danza contemporanea

- Danza moderna e jazz
 - Danza classica e neoclassica
 - Danze urbane
 - Danza del ventre
 - Danza teatro
 - Danza libera e di ricerca
 - Danze popolari
 - Balli di gruppo
 - Musical
 - Altri linguaggi coreutici
-

Art. 6 – Durata delle coreografie

- Soli e Duo: massimo 3 minuti
- Gruppi: massimo 4 minuti

È consentita una tolleranza massima di 15 secondi.

Art. 7 – Musiche e costumi

- La scelta musicale è libera . [I file dovranno essere inviati entro il 15 maggio 2026 alla mail cсенroma.ageofdance@gmail.com e andranno nominati con il nome della scuola e nome della coreografia.](mailto:cсенroma.ageofdance@gmail.com)
 - I costumi devono essere decorosi e coerenti con la coreografia
 - È consentito l'uso di piccoli oggetti di scena, purché non pericolosi. Non si possono usare liquidi o sabbia.
-

Art. 8 – Giuria

La giuria sarà composta da professionisti del settore danza e arti performative.
Il giudizio della giuria è insindacabile e inappellabile.

CRITERI DI VALUTAZIONE

Ogni coreografia sarà valutata secondo i seguenti criteri:

| | |
|---|--|
| Qualità interpretativa ed espressiva | Capacità di comunicare emozioni, presenza scenica, autenticità del movimento. |
| Ricerca artistica e composizione coreografica | Originalità, struttura della coreografia, coerenza tra movimento, musica e tema. |
| Consapevolezza corporea e controllo del movimento | Uso maturo del corpo, fluidità, precisione e intenzione. |
| Musicalità | Relazione tra movimento e musica, dinamica e ritmo. |
| Impatto scenico complessivo | Capacità di coinvolgere il pubblico e trasmettere un messaggio artistico. |



La valutazione privilegerà l'espressività, la qualità artistica e la maturità interpretativa, più che la sola virtuosità tecnica.

Art. 9 – Premi

Saranno assegnati:

- Premi per ogni categoria e borse di studio
- Eventuali menzioni speciali (interpretazione, ricerca artistica, presenza scenica, miglior costume)
- Attestati di partecipazione alle scuole

Art. 10 - Modalità di iscrizione

Per iscriversi al concorso *Age of Dance* è necessario visitare il sito www.csenroma.it nella sessione EVENTI. Cliccare su ISCRIZIONE e scaricare il modulo di iscrizione, il regolamento che andranno compilati e firmati con la contabile del bonifico e rispediti alla mail csenroma.ageofdance@gmail.com entro il 15 maggio 2026. I file spediti andranno nominati con nome della scuola e nome della coreografia.

Modalità di pagamento

Le quote di partecipazione dovranno essere versate sul seguente Iban:

IT17D0200805219000002941198 Unicredit Banca di Roma

Intestato a : C.S.E.N. COMITATO PROVINCIALE DI ROMA

Causale : Concorso Age of Dance - Nome scuola - Città

Art. 11 – Accettazione del regolamento

La partecipazione al concorso implica l'accettazione integrale del presente regolamento.

Direzione Artistica : Paola Rizzica 3894410679