

CRITERI di VALUTAZIONE per la stagione 2016 - 2017 nelle MANIFESTAZIONI REGIONALI NUOTO SINCRONIZZATO

Categorie Giovanissimi/e, Esordienti, Allievi/e

Programma tecnico

	Propaganda			Agonismo		
	N° Giu	%	ele	N° Giu	%	ele
ESECUZIONE	3 o 5	30		5	30	
IMPRESSIONE	3 o 5	30		5	30	
ELEMENTI	3 o 5	40	5	5	40	5

CATEGORIA GIOVANISSIMI/E 2008 – 2009 eventuali 2010

SOLO e DUO : durata 1'20" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	gambe rana verticale con almeno un movimento con un braccio in alto	1.2
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	gamba di balletto (figura 101)	1.6
4.	capovolta raggruppata indietro (figura 310)	1.1
5.	posizione di spaccata	1.3

NON sono consentiti spinte né agganci

TRIO e SQUADRA : durata 1'30" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	gambe rana verticale con almeno un movimento con un braccio in alto	1.2
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	scivolamento indietro in posizione supina o prona	1.0
4.	gamba di balletto (figura 101)	1.6
5.	capovolta raggruppata indietro (figura 310)	1.1

NON sono consentiti spinte né agganci

La parte seguente verrà giudicata dal pannello ESECUZIONE:

- nella squadra comporre minimo tre formazioni diverse;
- è consentita un'azione in sequenza, movimento/i identico/i eseguiti in sequenza una per una da tutte le atlete. Quando più di una sequenza viene eseguita, queste devono essere consecutive e non separate da altri elementi obbligati o liberi.

CATEGORIA ESORDIENTI B (2007)

SOLO: durata 1'30" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	gambe rana verticale con almeno un movimento con un braccio in alto	1.2
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	gamba di balletto alternata (figura 102)	1.7
4.	kip (figura 311)	1.8
5.	gambero in superficie	1.4

DUO: durata 1'20" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	gambe rana verticale con almeno un movimento con un braccio in alto	1.2
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	gamba di balletto alternata (figura 102)	1.7
4.	kipnus (figura 315)	1.6
5.	mezza passeggiata avanti	1.7

La parte seguente verrà giudicata dal pannello ESECUZIONE:

- è consentita una spinta o un aggancio (per spinta si intende quando una o più atlete/i sollevano, trasportano o fanno saltare una o più atlete/i). In caso contrario saranno assegnati 2(due) punti di penalità sul punteggio totale del pannello esecuzione.

TRIO e SQUADRA: durata 1'40" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	gambe rana verticale con almeno un movimento con un braccio in alto	1.2
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	gamba di balletto alternata (figura 102)	1.7
4.	mezza passeggiata avanti	1.7
5.	scambi in posizione di cannoncino	1.4

La parte seguente verrà giudicata dal pannello ESECUZIONE:

- nella squadra comporre minimo tre formazioni diverse
- è consentita una spinta o un aggancio (per spinta si intende quando una o più atlete/i sollevano, trasportano o fanno saltare una o più atlete/i). In caso contrario saranno assegnati 2(due) punti di penalità sul punteggio totale del pannello esecuzione.

- è consentita un'azione in sequenza, movimento/i identico/i eseguiti in sequenza una per una da tutte le atlete. Quando più di una sequenza viene eseguita, queste devono essere consecutive e non separate da altri elementi obbligati o liberi. In caso di sequenza errata verrà assegnata una penalità di punti due (2) sul pannello esecuzione.

Per le penalità vedere Regolamento ITA Agonistico 2016 – 2017

CATEGORIA Esordienti A (2005 - 2006)

SOLO: durata 1'20" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	boost (uscita rapida con la testa con il corpo che raggiunge la massima elevazione possibile sulla superficie. Alla massima altezza ambedue le braccia devono essere sollevate alla superficie. Si esegue una discesa fino alla totale scomparsa.)	1.7
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	torre (figura 349)	1.9
4.	gamba di balletto alternata (figura 102)	1.7
5.	passeggiata avanti (figura 360)	2.1

DUO: durata 1'30" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	boost (uscita rapida con la testa con il corpo che raggiunge la massima elevazione possibile sulla superficie. Alla massima altezza ambedue le braccia devono essere sollevate alla superficie. Si esegue una discesa fino alla totale scomparsa.)	1.7
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	torre (figura 349) fino alla posizione verticale	1.8
4.	gamba di balletto alternata (figura 102)	1.7
5.	passeggiata avanti (figura 360)	2.1

La parte seguente verrà giudicata dal pannello ESECUZIONE:

- è consentita una spinta o un aggancio (per spinta si intende quando una o più atlete/i sollevano, trasportano o fanno saltare una o più atlete/i). In caso contrario saranno assegnati 2(due) punti di penalità sul punteggio totale del pannello esecuzione.

TRIO e SQUADRA: durata 1'40" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Ele	Descrizione	DD
1.	gambe rana verticale con almeno due movimenti di un braccio	1.3
2.	gambe stile libero laterali con almeno due movimenti di braccia	1.0
3.	gamba di balletto alternata (figura 101)	1.7
4.	kipnus (figura 315)	1.6
5.	passeggiata avanti (figura 360)	2.1

La parte seguente verrà giudicata dal pannello ESECUZIONE:

- nella squadra comporre minimo quattro formazioni diverse;
- *è consentita una spinta o un aggancio (per spinta si intende quando una o più atlete/i sollevano, trasportano o fanno saltare una o più atlete/i). In caso contrario saranno assegnati 2(due) punti di penalità sul punteggio totale del pannello esecuzione;*
- è consentita un'azione in sequenza, movimento/i identico/i eseguiti in sequenza una per una da tutte le atlete. Quando più di una sequenza viene eseguita, queste devono essere consecutive e non separate da altri elementi obbligati o liberi. In caso di sequenza errata verrà assegnata una penalità di punti due (2) sul pannello esecuzione.

Per le penalità vedere Regolamento ITA Agonistico 2016 – 2017