

1° MANIFESTAZIONE NAZIONALE di APERTURA **NUOTO SINCRONIZZATO U.I.S.P.**

SENIGALLIA (An) - 2 e 3 marzo 2013
Piscina "SALINE" - viale dei Gerani

La manifestazione sarà riservata ai soli tesserati UISP e propaganda FIN.
(Anche i tesserati propaganda FIN dovranno essere in possesso della tessera UISP valida per il 2013).
Le partecipanti dovranno essere in possesso di certificato medico agonistico valido per l'attività del nuoto.

PROGRAMMA

♣ sabato 02 marzo

ore 14.30 APERTURA CAMPIONATO - SFILATA di TUTTE LE ATLETE PARTECIPANTI.
ore 15.00 Riscaldamento
ore 15.30 **OBBLIGATORI "a modo mio"**
Premiazioni

♣ domenica 03 marzo

Ore 9.30 riscaldamento es. C-B-A

ORE 10.00 inizio gare:

CAT. PROPAGANDA (ES. C)

Esercizio "SOLO"

Esercizio "DUO"

Esercizio "SQUADRA"

CAT. ES. B

Esercizio "SOLO"

Esercizio "DUO"

Esercizio "SQUADRA"

CAT. ES. A

Esercizio "SOLO"

Esercizio "DUO"

Esercizio "SQUADRA"

A seguire PREMIAZIONI

Ore 14.00 riscaldamento RAG.JUN,SEN

Ore 14.30 inizio gare

CAT. RAGAZZE

Esercizio "SOLO"

Esercizio "DUO"

Esercizio "SQUADRA"

CAT. JUNIORES

Esercizio "SOLO"

Esercizio "DUO"

Esercizio "SQUADRA"

CAT. SENIORES

Esercizio "SOLO"

Esercizio "DUO"

Esercizio "SQUADRA"

Cerimonia di chiusura con sfilata di tutte le atlete e consegna del premio di partecipazione.

N.B. Nel caso in cui il numero degli esercizi fosse tale da non consentire lo svolgimento nei modi indicati il programma potrebbe essere variato.

HEAD

SPONSOR TECNICO LEGA NUOTO NAZIONALE

CATEGORIE e ISCRIZIONI

(Come da Regolamento Nazionale UISP)

Giovanissime 2004 e seguenti

Esordienti B 2003

Esordienti A 2001 – 2002

Ragazze 2000 – 99 – 98

Junior 1997 – 96 – 95

Assolute 1992-2000

Ogni Società potrà iscrivere:

- 1 **Solo** 2 balletti per le Categorie Es. C- B-A-Rag-Jun-Sen.
- 2 **Duo** 2 balletti per le Categorie: Es. C- B-A-Rag-Jun-Sen
- 3 **Squadra 2** balletti per le Categorie: Es. C-B-A-Rag-Jun-Sen.

LE CATEGORIE: ES. C-B-A-e Ragazze presenteranno esercizi a PROGRAMMA TECNICO

LE CATEGORIE JUNIORES E SENIORES presenteranno esercizi a PROGRAMMA LIBERO

Le atlete potranno partecipare a tre esercizi previsti in programma nelle differenti specialità.

Ad ogni società è consentito di partecipare con 1 atleta della categoria inferiore in quella immediatamente superiore nell'esercizio di Duo, mentre per l'esercizio di squadra sono sufficienti 2 atlete della categoria di appartenenza.

L'esercizio di solo è vincolato alla propria categoria.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno pervenire: **entro il 22/02/13** utilizzando l'apposito "file" da trasmettere esclusivamente tramite e-mail a: **Tiziana Fava - tiziana.fava@libero.it – syncro.nuoto@uisp.it** (Dopo tale termine non saranno accettate altre iscrizioni).

N.B. – Nelle iscrizioni per ogni atleta si dovrà indicare: Numero tessera associativa UISP

Cognome Nome – Data di nascita – Categoria – Esercizio Solo – Duo – Squadra (il nominativo di una riserva per

gli esercizi di Solo, Duo e due per la Squadra).

Qualsiasi cambiamento rispetto al modulo di iscrizione dovrà essere consegnato al G.A. che ne valuterà o meno l'accettazione, almeno un'ora prima dell'inizio della manifestazione.

Tasse d'iscrizione sono fissate in :€. **3,00 obbligatori, € 5,00 solo, € 6,00 duo, €12,00 squadra.**

Le iscrizioni dovranno essere regolarizzate prima dell'inizio delle gare, tramite bonifico bancario a :

Banca Popolare E.R. – sede di Bologna – IBAN = IT40N0538702400000001656289; causale:

1° trofeo nazionale sincro UISP

Tutte le società dovranno presentarsi prima dell'inizio della manifestazione alla segreteria allestita sul campo gara con copia del bonifico effettuato.

PREMIAZIONI.

Verranno premiati i podi di ogni esercizio e categoria.

Gadget o medaglia di partecipazione per tutti gli atleti.

RISULTATI

I risultati saranno a disposizione delle Società Partecipanti presso la segreteria della manifestazione e sul sito www.uisp.it/nuoto entro 5 gg. Dal termine della manifestazione

“OBBLIGATORI A MODO MIO”,

Regolamento.

Ogni atleta potrà scegliere fra una lista di obbligatori predeterminata, i tre che trova di suo gradimento.

Come nelle gare di tuffi, il coefficiente di difficoltà sarà la discriminante maggiore. I voti dei giudici, infatti, saranno sommati fra loro, divisi poi per il numero dei giudici ed il risultato moltiplicato per il coefficiente di difficoltà dell'obbligatorio scelto senza ulteriori divisioni. Si potrà scegliere perciò la propria strategia di gara: optare per un obbligatorio semplice per farlo benissimo e ottenere alte votazioni oppure per un obbligatorio più difficile ma dal coefficiente più alto, in cui un voto più basso potrebbe comunque portare ad un totale maggiore.

LISTA OBBLIGATORI E RELATIVE CATEGORIE

ESORDIENTI C (2004/2005/2006)

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1) 100 Gamba di balletto flessa | 1.1 |
| 2) 101 Gamba di balletto | 1.6 |
| 3) 110 Gamba di balletto doppia | 1.7 |
| 4) 310 Capovolta raggruppata indietro | 1.1 |
| 5) 315 Kipnus | 1.4 |
| 6) 300 Posizione di canoa | 0.8 |
| 7) 319 Entrata carpiata in avanti | 1.3 |
| 8) 320 Mezza capovolta sottomarina | 1.9 (fino alla doppia gamba di balletto) |
| 9) 321 Capovolta sottomarina | 2.0 |

ESORDIENTI B (2003) -ESORDIENTI A (2001/2002)

- | | |
|--------------------------------------|-----|
| 1) 100 Gamba di balletto flessa | 1.1 |
| 2) 101 Gamba di balletto | 1.6 |
| 3) 110 Gamba di balletto doppia | 1.7 |
| 4) 310 Capriola raggruppata indietro | 1.1 |
| 5) 315 Kipnus | 1.4 |
| 6) 311 Kip distensione alle caviglie | 1.5 |
| 7) 319 Entrata carpiata in avanti | 1.3 |
| 8) 320 Mezza capovolta sottomarina | 1.9 |

- 9) 321 Capovolta sottomarina 2.0
- 10) 359 Mezza passeggiata avanti 1.9
- 11) 360 Passeggiata avanti 2.1

RAGAZZE (1998/1999/2000)

JUNIORES (1995/1996/1997)

SENIORES (1994 e precedenti)

- 1) 101 Gamba di balletto 1.1
- 2) 110 Gamba di balletto doppia 1.6
- 3) 130 Fenicottero 2.5
- 4) 359 Mezza passeggiata avanti 1.9
- 5) 360 Passeggiata avanti 2.1
- 6) 301 Barracuda 2.0
- 7) 301 Barracuda con piroetta 2.7
- 8) 302 Bocciolo 1.4
- 9) 307 Pesce volante 3.0
- 10) 315 Kipnus 1.4
- 11) 311 Kip 1.8
- 12) 312 Kip con spaccata 2.4
- 13) 320 Capovolta Carpiata Avanti 1.7
- 14) 321 Capovolta sottomarina 2.0
- 15) 344 Nettuno 1.8

PROGRAMMA TECNICO E TEMPI LIMITE

Vedi regolamento nazionale LEGA NUOTO UISP – Settore SINCRONIZZATO.

La squadra dovrà essere composta da un minimo di quattro ad un massimo di otto atlete.

COSTUMI

Nelle gare in programma i costumi non dovranno essere trasparenti. Per gli esercizi obbligatori i costumi dovranno essere neri e la cuffia bianca.

E' consentito l'uso di accessori, occhialini e stringi naso.

COMPITI DEGLI ALLENATORI

• Le allenatrici sono tenute a consegnare i CD con i brani musicali al momento dell'arrivo in vasca. I CD verranno poi riconsegnati a fine gara dall' addetto responsabile della musica.

La Musica di ogni esercizio deve essere in un CD unico con sopra specificato società, categoria, esercizio e cognome delle atlete. Le allenatrici possono avere un unico CD di scorta con tutte le canzoni.

• Le allenatrici dovranno comunicare al GIUDICE ARBITRO gli assenti almeno un'ora prima dell'inizio della gara.

• Le allenatrici, all'atto della presentazione del balletto, dovranno curare la consegna della tessera UISP, per il controllo, all'Addetto ai Concorrenti.

RESPONSABILE DELLA SEGRETERIA

La segreteria sarà responsabile di:

- Il sorteggio dell'ordine di entrata in acqua
- La preparazione dei comunicati degli ordini di partenza, dei risultati
- La registrazione di eventuali variazioni
- Controllare l'esatta registrazione dei voti
- Controllare i risultati
- La supervisione della preparazione dei risultati

I segretari individualmente dovranno registrare i voti e fornire i calcoli necessari.

ADDETTO AI CONCORRENTI

Curerà il regolare svolgimento del programma gara relativamente alla successione dei balletti. In particolare dovrà effettuare il controllo delle tessere prima dello svolgimento di ogni singolo balletto.

RESPONSABILE DELLA MUSICA E ACCOMPAGNAMENTO MUSICALE

L'addetto alla musica è responsabile per la corretta e sicura presentazione di ciascun brano musicale

Le partecipanti sono responsabili della registrazione dei dischi CD; su ogni CD ci deve essere indicato in modo chiaro la dicitura con: SOCIETÀ, CATEGORIA, TIPO DI ESERCIZIO e COGNOME delle atlete.

Dovrà, inoltre, controllare che vengano usate diverse musiche per balletto per categoria.

SPEAKER

Lo speaker dovrà annunciare l'esercizio e dovrà comunicare le eventuali penalità assegnate dal Giudice Arbitro esercizio per esercizio.

GIURIE

I giudici

Durante la gara degli esercizi liberi i giudici dovranno essere sistemati sui lati opposti della vasca.

Al segnale del giudice dovranno mostrare i voti contemporaneamente.

La giuria sarà composta da:

- 1 Giudice arbitro
- 5 Giudici

Il giudice arbitro

Dovrà appurare che le concorrenti siano pronte per la partenza e darà il segnale per l'accompagnamento musicale.

Dovrà comunicare ai segretari l'applicazione delle penalità alle concorrenti in caso di infrazione delle norme.

Il giudice arbitro potrà intervenire in qualsiasi momento per assicurarsi che siano osservate le regole del regolamento .

Il giudice arbitro potrà squalificare qualsiasi concorrente per qualsiasi violazione delle regole e potrà applicare sanzioni.

DETRAZIONI E PENALITA' PER I PROGRAMMI LIBERI

Mezzo punto (0,50) sarà tolto, nell'esercizio di squadra, per ogni concorrente in meno di otto.

Un punto (1) di penalità sarà detratto nei casi in cui:

- Si superi il tempo limite di quindici secondi (15) per i movimenti sul bordo vasca.
- Non si rispetti il tempo limite concesso per ogni esercizio tenendo conto dei quindici (15) secondi in più o meno.
- Mancato scorrimento obbligatorio (Esordienti C/B almeno 12 mt. – altre Categorie almeno 25 mt.)

Due punti (2) di penalità saranno detratti nei casi in cui:

- Una concorrente durante l'esercizio faccia deliberatamente uso del fondo vasca
- Una concorrente durante l'esercizio faccia deliberatamente uso della vasca per supportare un'altra concorrente
- Una concorrente durante l'esercizio tocchi il bordo vasca
- Una squadra, durante la fase fuori dall'acqua, effettui torri o piramidi in modo da avere atlete che non abbiano una parte del corpo in contatto con la pavimentazione della piscina.

In caso di malore sarà consentito di ripetere l'esercizio

CLASSIFICA

La classifica delle singole gare verrà stabilita in base al miglior punteggio ottenuto.

INFO:

Indicazioni organizzative :

Sig Mauro Riccucci cell. 3358162798 mauro.riccucci@gmail.com

Indicazioni Regolamento:

Sig.ra Tiziana Fava cell. 347 8702601 tiziana.fava@libero.it – syncro.nuoto@uisp.it

HEAD

SPONSOR TECNICO LEGA NUOTO NAZIONALE