

**U.I.S.P.**  
**Struttura di Attività NUOTO**  
**CAMPIONATO NAZIONALE A SQUADRE**  
**NUOTO SINCRONIZZATO**  
**“CIAK SI NUOTA”**  
**REGOLAMENTO SPECIFICO AQUASHOW**  
**“TEMPI MODERNI”**

## **INDICAZIONI GENERALI**

L'**AQUASHOW** è una sessione di gara dove ogni Società potrà partecipare con tutte le atlete girando uno spettacolo / cortometraggio video a tema.

Il video potrà assumere la caratteristica di una fiaba, novella, musical, documentario, film, o altro; dovrà essere inerente al tema “Tempi Moderni” (argomento di attualità di libera scelta).

Considerato l’aspetto artistico di questo esercizio, sono ammessi trucchi, costumi e accessori durante la presentazione coreografica in acqua.

E’ ammessa la partecipazione di atleti (anche maschi) tesserati anche in altri settori (UISP).

I filmati dovranno essere girati tenendo conto delle misure igienico-sanitarie in termini di prevenzione contagio Sars-Covid-19 (per le parti a secco: indossare mascherina per distanza interpersonale inferiore al metro, vietato il contatto fisico e assembramento).

## **TEMPI LIMITE**

Durata massima di 6 (sei) minuti; è ammessa una tolleranza massima di 30 secondi.

Il cortometraggio dovrà contenere almeno 3 minuti di coreografie di nuoto sincronizzato in acqua a ripresa video unica, senza interruzioni, montaggi e alterazioni (esempio velocizzazione o rallentamento dell’immagine)

I 3 minuti (o più) di coreografie in acqua potranno essere girate in più riprese video; la durata minima di ogni ripresa video dovrà avere durata di almeno 1 minuto.

## **REGOLE MONTAGGIO VIDEO**

Data la possibile criticità di poter sentire bene l'audio originale durante le riprese dei filmati in vasca, sarà possibile montarlo successivamente sui movimenti dell'atleta.

Almeno il 50% del cortometraggio (3 minuti) dovrà contenere coreografie di nuoto sincronizzato, girati in ripresa video unica senza interruzioni, montaggi, alterazioni (come spiegato nel punto "Tempi limite"); la restante percentuale è di libera scelta (riprese a secco, in esterna, online, montaggi video in acqua)

Per rendere il cortometraggio più comprensivo nella sua storia, sono consentite parti recitate, girate anche in luoghi esterni alla piscina.

Per personalizzare il tema le società potranno dare un titolo ulteriore al proprio filmato.

## **REGOLE TECNICHE NUOTO SINCRONIZZATO**

Le coreografie inserite nel filmato sono a programma libero.

Dovranno comparire movimenti di braccia e di gambe.

Sono ammesse le spinte. Durante le varie figure è preferibile che le atlete mantengano la distanza tra i visi di almeno un metro tra loro.

Le parti di filmati dei balletti a ripresa unica valutati maggiormente dalla giuria saranno quelli contenenti parti di solo, duo e squadra.

Saranno più apprezzati dalla giuria i filmati che contengono coreografie con atlete/atleti di età diverse (non dovranno necessariamente nuotare assieme).

## **PENALITA'**

2 (due ) punti di penalità ogni 30 (trenta) secondi eccedenti il tempo limite totale di 6 min. (+ 30 sec di tolleranza).

10 (dieci) punti di penalità qualora si scenda sotto il 50% dei video a ripresa unica .

## **ISCRIZIONI**

Le iscrizioni apriranno il **15 marzo 2021** saranno effettuate on-line direttamente dalle squadre partecipanti sul sito [www.uisp.it/lazio/nuoto/iscrizionionline](http://www.uisp.it/lazio/nuoto/iscrizionionline)

Ogni società presenterà il proprio cortometraggio inerente al tema entro il **30/04/2021**.

Le società che non sono in possesso delle credenziali per accedere alle iscrizioni dovranno richiederle cliccando su “richiedi credenziali” dal sito [www.uisp.it/lazio/nuoto/iscrizionionline](http://www.uisp.it/lazio/nuoto/iscrizionionline)  
La partecipazione al campionato è riservato alle società affiliate e ai tesserati UISP.

Prima di effettuare l'iscrizione è importante aggiornare i dati degli atleti (soprattutto inserire quelli nuovi): Sulla sinistra della home page, sotto la scritta “menù”, accedere alla pagina “atleti”; cliccare sulla scritta “lista atleti” se si vuole modificare i dati o eliminare un'atleta, cliccare sulla scritta “aggiungi atleti” se si desidera inserire un nuovo atleta (nell'ultima riga dove viene indicato “tipo evento” cliccare su “sincronizzato”).

Per il concorso, verrà creato l'evento “Ciak si nuota – Tempi Moderni”

La procedura di iscrizione è la seguente:

- Cliccare sulla scritta “discipline” sotto la voce di menù a sinistra della home page
- Cliccare sulla scritta “sincronizzato” (per accedere alla maschera degli eventi del nuoto sincronizzato)
- Cliccare sul disegno che raffigura un omino con un simbolo “+” accanto per inserire in nominativi partecipanti all'evento. In questa maschera seguire la procedura passo a passo intuitiva.

## **COME INVIARE I VIDEO:**

Dopo aver inserito i nominativi delle atlete partecipanti all'evento, cliccare sulla scritta “inserisci” e caricare il video da presentare.

## **VALUTAZIONE**

La giuria sarà composta da:

- Giudice arbitro**
- 5 Giudici di voto**
- Giuria popolare**

I 5 ufficiali di gara saranno dotati di un modulo su cui apporre 3 valutazioni:

- 1 **IMPRESSIONE GENERALE:** verrà valutata con un voto da 1 a 10 l'insieme di tutta la rappresentazione del filmato, (per il video show anche la comprensione della storia, la continuità dei vari esercizi e la spettacolarità della prova);
- 2 **VALUTAZIONE TECNICA:** verrà valutata con un voto da 1 a 10 la difficoltà e l'esecuzione tecnica degli esercizi tecnici sincro presentati; la sincronia dei movimenti tra le atlete
- 3 **TRUCCO E COSTUMI:** verranno valutati con un voto da 1 a 10 l'attinenza al tema dei: trucchi,

costumi e ogni eventuale oggetto scenografico presentato.

Il voto complessivo sarà dato dal punteggio ottenuto dai giudici, sommato al punteggio della giuria popolare come di seguito specificato:

Prima società più “cliccata” dal pubblico: acquisizione ulteriori 10 punti

Seconda società più “cliccata” dal pubblico: acquisizione ulteriori 9 punti

Terza società più “cliccata” dal pubblico: acquisizione ulteriori 8 punti

Dalla quarta all’ultima società: acquisizione ulteriori 7 punti

In caso di parità si deve rispettare la maggioranza del parere dei giudici.

## **TUTELA IMMAGINI FOTO E VIDEO MINORI**

E’ dato obbligo alle singole società iscritte al campionato di essere in possesso della liberatoria firmata dai genitori per la pubblicazione di immagini ritraenti minori.

I video, essendo sottoposti anche a giudizio del pubblico, saranno pubblicati su internet.

## **TASSE GARA**

L’iscrizione al concorso è gratuita, e riservato alle società affiliate e tesserati UISP.

## **RICHIESTA INFORMAZIONI**

Indicazioni sul Regolamento: Sig.ra Ester Mirante – [sincronizzato.nuoto@uisp.it](mailto:sincronizzato.nuoto@uisp.it)