

# **CORSO GIUDICE DI NUOTO SINCRONIZZATO UISP**

---

## **PROGRAMMA:**

- 1) **Apertura del corso:** Mauro Riccucci – Ester Mirante
  
- 2) **La figura del giudice di gara.** (Doveri, responsabilità ecc.) Ilario Pontieri – Susanna De Angelis
  
- 3) **Composizione e compiti di una giuria per le competizioni di nuoto sincronizzato.**  
**Giudice arbitro, di sedia, di segreteria, addetto al controllo cartellini.....**  
Susanna De Angelis
  
- 4) **Figure di base del nuoto sincronizzato.**  
Susanna De Angelis
  
- 5) **Transizioni principali.**  
Susanna De Angelis
  
- 6) **Figure obbligatorie**  
(Visione di discussione esercizi obbligatori).  
Susanna De Angelis
  
- 7) **Programmi tecnici**  
a- esecuzione  
b- impressione  
c- elementi  
visione e discussione esercizi
  
- 8) **Programmi liberi**  
a - esecuzione  
b - impressione  
(Visione e discussione esercizi liberi).

**9) *Intervento finale***

Massimo Tesei

**TEST CONCLUSIVO**