



COMUNE DI CASALECCHIO DI RENO



1° TROFEO UISP ESORDIENTI 'MEMORIAL ROBERTO GHERMANDI'

La SdA Nuoto UISP Emilia Romagna Settore Sincronizzato indice la suddetta manifestazione agonistica riservata alle società affiliate e a tutti gli atleti/e regolarmente tesserati UISP per l'anno sportivo 2021- 2022.

Domenica 6 marzo 2022

PISCINA COMUNALE MARTIN LUTHER KING

Via dello Sport, 13, Casalecchio di Reno (BO)

Organizzazione della manifestazione:

Apertura impianto ore 13:45

Riscaldamento Esordienti C-B: dalle 14 alle 14:30

Riscaldamento Esordienti A: dalle 14:30 alle 15:00

Inizio gara ore 15:15

La manifestazione verrà organizzato secondo il protocollo COVID vigente.

http://www.uisp.it/nazionale/files/principale/2020/protocollo_applicativo_covid19.pdf

Per l'organizzazione e gestione delle gare invieremo una comunicazione successiva alla data di scadenza delle iscrizioni nel rispetto del protocollo Covid vigente.

ISCRIZIONI E REGOLAMENTO

1. Manifestazione riservata alle categorie Esordienti C, B, A con esercizi di SOLO-DUO-TRIO-SQUADRA e *Sincro Games* (esclusivamente per la categoria Esordienti C.);
2. possibilità di iscrivere massimo due balletti per ogni esercizio: due soli, due doppi, due trio, due squadre per ogni categoria. Possibilità di iscrivere **quattro** squadre per il *Sincro Games*;
3. non verrà accettata la partecipazione di atlete che non risultino iscritte come titolari o riserve;

4. le categorie sono vincolanti pertanto non è possibile iscrivere l'intero numero di partecipanti di una categoria inferiore agli esercizi per la categoria superiore, salvo la possibilità di iscrivere un' atleta della categoria inferiore nel duo, mentre per l'esercizio di squadra è sufficiente la presenza di 2 (due) atlete della categoria richiesta;
5. cat. Es. B e C: L' assenza di un'atleta nell'esercizio di duo (in mancanza di riserva) comporta l'annullamento dell'esercizio fatta salva la possibilità di presentare un solo FUORI GARA.
6. ogni atleta, oltre a gareggiare per la propria categoria potrà prendere parte agli esercizi della categoria immediatamente superiore e non oltre (esclusivamente per duo, trio, squadra e combo), ad eccezione della categoria Assolute in cui possono partecipare atlete, Juniores e Ragazze;
7. non è ammessa l'iscrizione di un' atleta alla singola manifestazione con più società, pena la squalifica.

ISCRIZIONI E TASSE GARA

Per ogni Squadra: 14,00 euro.

Per ogni Duo : 8,00 euro.

Per ogni Solo : 5,00 euro.

Per ogni Squadra iscritta al Sincro Games: 10,00 euro.

Le tasse di iscrizione dovranno pervenire tramite bonifico a :

UISP Comitato Reg.le Emilia Romagna – IBAN: IT 97 V 03069 09606 100000015724 –
INTESA SANPAOLO SpA - CAUSALE: 1° TROFEO UISP ESORDIENTI MEMORIAL
GHERMANDI' – nome società.

NOTA BENE: la copia del bonifico deve essere inviata a: nuoto.sincro@uisper.info e nuoto.emiliaromagna@uisp.it e

Non verranno accettati pagamenti con assegno o contanti alla segreteria di gara

Le iscrizioni andranno fatte solo ONLINE al seguente link
<http://188.166.43.96/account/login/?next=/>.

Sarà necessario autenticarsi con nome utente e password, per coloro che non fossero in possesso delle credenziali le potranno richiedere nell'apposita sezione sotto il login. Le musiche andranno caricate sul portale, nella sezione dedicata e il file andrà nominato (es. Solo, Rag, ASD Bologna, Ruzza).

Le iscrizioni apriranno il **31 Gennaio 2022** e chiuderanno il **15 Febbraio 2022**; dopo questa data non sarà più possibile alcuna iscrizione. L'organizzazione si riserva di chiudere anticipatamente le iscrizioni qualora venga raggiunto il limite massimo consentito di capienza.

REGOLE PROGRAMMI LIBERI

Negli esercizi liberi è ammessa (non obbligatoria) massimo di 1 spinta (piattaforme o salti) nelle categorie C, B ed A, ed un massimo di 3 spinte (piattaforme o salti) nelle categorie Ragazze, Junior, Assolute. Due punti di penalità saranno detratti dal totale di chi non si attenesse alla regola appena citata. E' ammesso l'utilizzo di accessori.

DETRAZIONI E PENALITA' PER I PROGRAMMI LIBERI

Mezzo punto (0,50) sarà tolto:

- nell'esercizio di squadra, per ogni concorrente in meno di otto.
- nel caso si superino i 30 secondi di camminata sul bordo vasca

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

- Si superi il tempo limite di dieci secondi (10) per i movimenti sul bordo vasca.

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.
- Vengano effettuate più spinte di quelle permesse. In caso di malore sarà consentito ripetere l'esercizio.

TEMPI

CATEGORIA ESORDIENTI C (anno 2013/2014 e seguenti)

Solo Esordienti C: durata 1'20" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15"

Duo Esordienti C: durata 1'20" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di

+/- 15''

Trio Esordienti C: durata 1'20'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15''

Squadra Esordienti C: durata 1'30'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo.

CATEGORIA ESORDIENTI B (2012)

Solo Esordienti B: 1'20'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale

Duo Esordienti B: 1'30'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale

Trio Esordienti B: 1'30'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale

Squadra Esordienti B: durata 1'40'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale.

CATEGORIA ESORDIENTI A (2010/2011)

Solo Esordienti A: 1'20'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale

Duo Esordienti A: 1'30'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale

Trio Esordienti A: 1'30'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale

Squadra Esordienti A: durata 1'40'' (compresi max 10'' sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale.

REGOLAMENTO SINCRO GAMES

Giochi riservati alla categoria Esordienti C (anno 2013/2014 e seguenti); il Sincro Games è un gioco a squadre dove la somma dei punteggi delle singole atlete costituirà il punteggio finale.

- squadre composte da massimo 5 atlete e minimo 3 della categoria Esordienti C;
- ogni atleta potrà eseguire uno o due giochi singoli;
- un'atleta non potrà gareggiare contro se stesso, ovvero essere parte di due squadre.

Giochi del Sincro Games:

1. n. 3 tuffi di testa attraverso il cerchio (che sarà posizionato perpendicolare all'acqua), senza toccarne i bordi;
2. n. 3 capriole indietro tenendo un oggetto nei piedi (verrà dato dalla giuria);
3. recupero di 3 oggetti sul fondo senza occhialini (nel minor tempo possibile);
4. vasca a dorso nel minor tempo possibile (con partenza e arrivo);
5. gioco di squadra: trasporto di un atleta sul materasso (messo a disposizione dallo staff) da un lato all'altro della piscina (lato corto).

PUNTEGGI:

- 1 punto per ogni tuffo di testa nel cerchio senza toccare i bordi (max 3 punti);
- 1 punto per ogni capriola eseguita correttamente senza perdere l'oggetto tra i piedi (max 3 punti);
- minor tempo di esecuzione nel recupero di oggetti sul fondo;
- minor tempo di esecuzione della vasca a dorso;
- nell'ultimo esercizio si potranno totalizzare 10 punti: verrà valutata la stabilità dell'atleta in piedi, i movimenti delle atlete che trasportano, il tempo di esecuzione e la fantasia!

Per info e chiarimenti

nuoto.sincro@uisper.info

Cell. 3331610312 Gemma Ruzza

Cell. 3471212432 Mattia Rossi

In bocca al lupo a tutti!

SDA Nuoto UISP Emilia Romagna
Settore Sincronizzato