

5° Trofeo UISP Sincronizziamoci

**(qualifica alla rappresentativa regionale del 2° trofeo Ilario Pontieri
Nuoto-Sincro-Pallanuoto del 28 Aprile 2024*)**

La SdA Nuoto UISP Emilia Romagna Settore Nuoto Artistico indice la suddetta manifestazione sportiva riservata alle società affiliate e a tutti gli atleti/e regolarmente tesserati UISP per l'anno sportivo 2023/2024. Durante le Manifestazioni ogni partecipante dovrà essere munito di tessera UISP (o, nel caso previsto dallo specifico regolamento di gara, di tessera FIN od altro Ente di Promozione Sportiva) da sottoporre alla giuria sul campo di gara.

Secondo quanto indicato nella delibera di tutela sanitaria approvata dal Consiglio Nazionale UISP a Firenze il 16 dicembre 2017 (in calce al presente regolamento), ogni atleta iscritto alla manifestazione dovrà essere in regola con la certificazione medica prevista.

***la classifica delle categorie C-B-A nell'esercizio di squadra verrà utilizzata insieme a quella del 2° trofeo Nuoto Artistico Ilario Pontieri del 11 Febbraio 2024 per comporre la rappresentativa regionale del Nuoto Artistico nel 2° Trofeo Ilario Pontieri Nuoto-Sincro-Pallanuoto.**

Domenica 17 Marzo 2024

PISCINA COMUNALE FORLÌ
via Filippo Turati, 17/19, 47121 Forlì, FC.

Organizzazione della manifestazione (orari indicativi):

Mattino

Esercizi liberi Ragazze, Junior, Nemo, Assolute, Master

8:00 riscaldamento categoria Ragazze

8:30 inizio gara categoria Ragazze (**solo - duo - trio- squadra - combo**)

premiazioni categoria Ragazze

11:00 - 11:20 riscaldamento categoria Junior, Nemo, Assolute, Master

11:30 inizio gara categoria Junior, Nemo, Assolute, Master

(solo rag/jun/nemo/ass - duo rag/jun/ass/master - squadra rag/jun/ass - combo)

premiazioni categoria Junior, Nemo, Assolute, Master

Pomeriggio

Esercizi liberi Esordienti C-B-A

14:00 - 14:20 riscaldamento categoria esordienti C- B

14:20- 14:40 riscaldamento categoria esordienti A

14:45 esercizi liberi categorie C- B (**solo c/b - duo c/b - trio c/b- squadra c/b**)

premiazioni categoria esordienti C - B

16:30 esercizi liberi categoria A (**solo - duo - trio- squadra**)

premiazioni categoria esordienti A

*PREMIAZIONI SOCIETA'**

FINE MANIFESTAZIONE PREVISTA PER LE H. 19:00

*Al termine della manifestazione verrà stilata una classifica di società in base al piazzamento dei singoli esercizi e verranno premiate le prime tre società classificate.

Le società sono pregate di informare atleti e genitori che sarà possibile permanere nell'impianto solamente per la durata di esibizione della categoria di interesse.

ATTENZIONE: sarà necessario aver effettuato il bonifico entro i termini e presentarne una copia cartacea sul bordo vasca; le società che procederanno al pagamento delle tasse gara oltre i termini stabiliti saranno tenute a corrispondere una somma aggiuntiva pari al 10% sul totale.

CATEGORIE ATLETE :

Esordienti C: 2015/2016 e seguenti

Esordienti B: 2014

Esordienti A: : 2012/2013

Ragazze: 2009/2010/2011

Junior: 2005/2006/2007/2008

Assoluti: 2004 precedenti

Disabilità: le atlete saranno suddivise per tipo di disabilità: fisica (cat. Nemo) e intellettiva (cat. Farfalle)

Duo Misto: inserito nelle varie categorie con gli stessi elementi ed i tempi limite uguali al duo.

*Per completare la squadra e il combinato si possono inserire atlete del 2002-2001-2000 anche tesserate master.

REGOLAMENTO MANIFESTAZIONE:

- ★ Manifestazione riservata alle categorie Esordienti C, B, A, RAGAZZE, JUNIOR, ASSOLUTE, MASTER e DISABILITA' con esercizi di SOLO-DUO-TRIO (esercizio di Trio esclusivamente per C/B/A) - SQUADRA-COMBO (esercizio di Combo esclusivamente per Ragazze, Junior, Assolute e Master);
- ★ possibilità di iscrivere massimo due balletti per ogni esercizio: due soli, due doppi, due trio, due squadre, due combo per ogni categoria (l'organizzazione si riserva di accettare più esercizi su richiesta delle singole società entro e non oltre i termini dell'iscrizione)*;
- ★ non verrà accettata la partecipazione di atlete che non risultino iscritte come titolari o riserve;
- ★ non è ammessa l'iscrizione di un' atleta alla singola manifestazione con più società, pena la squalifica.

Ogni Società potrà iscrivere:*

- ★ "Solo" 2 balletti per le Categorie Es. C-B-A e RAG-JUN-ASS-MASTER-DISABILITA'
- ★ "Duo" 2 balletti per le Categorie:Es. C-B-A- e RAG-JUN-ASS-MASTER-DISABILITA'-DUO MISTO
- ★ "Trio" 2 balletti per le Categorie: Es. C-B-A-DISABILITA'
- ★ "Squadra" 2 balletti per le Categorie: Es. C-B-A- e RAG-JUN-ASS-MASTER-DISABILITA'
- ★ "Combo" 2 balletti per le Categorie: RAG-JUN-ASS-MASTER

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
- ★ mezzo punto di penalità è assegnato agli esercizi che non eseguono gli elementi obbligati, ove previsti, nell'ordine prestabilito
- ★ mezzo punto di penalità è assegnato agli esercizi che omettono parte di elemento obbligato, ove previsto.

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

- ★ Si superi il tempo limite di 10 secondi 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.

REGOLE PROGRAMMI LIBERI:

Negli esercizi liberi è ammessa (non obbligatoria) massimo:

- ★ 1 spinta (piattaforme, torri, agganci) nelle categorie C, B ed A. Non sono consentiti salti.
- ★ 3 spinte (piattaforme, torri, agganci, salti) nelle categorie Ragazze, Junior, Assolute e Master,

*Due punti di penalità saranno detratti dal totale di chi non si attenesse alla regola appena citata. E' ammesso l'utilizzo di accessori.

REGOLE LIBERO COMBINATO:

Si potranno iscrivere da un minimo di sei atlete/i ad un massimo di dieci atlete/i.

Il libero combinato dovrà essere composto da almeno due parti eseguite da tre (3) o meno concorrenti ed almeno altre due parti da un minimo di sei (6) ad un massimo di dieci (10) concorrenti.

L'ordine di esecuzione è libero.

Sono ammesse coreografie eseguite dagli atleti non coinvolti al momento.

Una nuova parte ha inizio dove termina la precedente.

L'esercizio libero combinato potrà iniziare in acqua o fuori ma le successive parti dovranno iniziare in acqua.

Un (1) punto di penalità sarà detratto dal punteggio totale per ogni violazione delle regole. Non sono previste penalità se il numero delle atlete/i in gara è inferiore a 10.

Sono consentite (non obbligatorie) MASSIMO nr 1 spinte nelle categorie C, B ed A, e 3 spinte nelle categorie Ragazze, Junior, Assolute e Master.

Due punti di penalità saranno detratti dal totale di chi non si attenesse alla regola.

TEMPI LIMITE e suddivisione per categorie

CATEGORIA GIOVANISSIMI/E(esord. C)

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

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

CATEGORIA ESORDIENTI B

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

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

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

CATEGORIA ESORDIENTI A

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

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

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

CATEGORIA RAGAZZE/I

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

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

durata 1'50" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

LIBERO COMBINATO: durata 3'00 (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

Nell'esercizio di squadra e libero combinato più della metà dei componenti del gruppo deve essere del livello richiesto o inferiore.

CATEGORIA JUNIORES E ASSOLUTA

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

1'50" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale.

SQUADRA 2'20" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale.

LIBERO COMBINATO: durata 3'00 (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

CATEGORIA MASTER 2

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

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

SQUADRA 1'50" (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale.

LIBERO COMBINATO: durata 3'00 (compresi max 10" sul bordo); è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale

MODALITA' ISCRIZIONI E CONSEGNA MUSICA

ISCRIZIONI E TASSE GARA

Per ogni Squadra/Combo: 14,00 euro.

Per ogni Trio: 10,00 euro.

Per ogni Duo : 8,00 euro.

Per ogni Solo : 5,00 euro.

N.B. Dovrà inoltre essere corrisposta un'ulteriore quota di partecipazione pari ad € 2 (due) per ogni atleta iscritta, indipendentemente dal numero degli esercizi che si andranno a presentare.

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: 24/03 Forlì + nome società

Eventuali integrazioni dovranno avere come causale: integrazione 24/03 Forlì + nome società

La copia del bonifico deve essere inviata a: nuoto.sincro@uisper.info e non verranno accettati pagamenti con assegno o contanti alla segreteria di gara.

Le iscrizioni apriranno **Lunedì 12 Febbraio 2024 e chiuderanno Venerdì 1 Marzo 2024**; 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.

MODALITA' ISCRIZIONI

Le iscrizioni saranno effettuate e gestite on-line direttamente dalle squadre partecipanti sul sito www.uisp.it/nuoto/iscrizionionline

Le società che non sono in possesso delle credenziali per accedere alle iscrizioni dovranno richiederle cliccando su "richiedi credenziali". Chi, invece, ne è già in possesso dovrà inserire il nome utente e la password.

Nel periodo di apertura iscrizioni è possibile:

- effettuare le iscrizioni;
- inserire i file musicali dei balletti;
- effettuare eventuali modifiche.

Ad iscrizioni chiuse non sarà più possibile inserire o eliminare iscrizioni, bensì sarà possibile comunicare gli assenti.

HOME PAGE:

Dalla home page è possibile:

Attivare la sezione "sincronizzato" ;

Aggiornare i dati della società;

Inserire il logo della squadra (qualora inserito comparirà nella classifica).

ATLETI/E (aggiunta, modifica, eliminazione):

Prima di effettuare le iscrizioni 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").

ISCRIZIONI "BALLETTI LIBERI":

Per le sessioni di gara la procedura è la seguente:

Cliccare sulla scritta "disciplina" sotto la voce di menù a sinistra della home page

Cliccare sulla scritta "sincronizzato" (per accedere alla maschera degli eventi del nuoto sincronizzato)

Nei dettagli sarà possibile leggere le informazioni degli eventi in programma.

Accedere alla finestra "iscrizioni" accanto al dettaglio della manifestazione a cui si è interessati (ciò è possibile nel periodo di apertura iscrizioni); dopodiché seguire la procedura passo a passo.

In caso di iscrizioni a balletti liberi ricordarsi di caricare il file mp3.

Da questa maschera è possibile scaricare il riepilogo delle iscrizioni effettuate.

A chiusura iscrizioni non sarà più possibile accedere alla cartella "iscrizioni", bensì sarà possibile:

- scaricare le start list;
- comunicare le assenze;
- scaricare le classifiche.

Per info e chiarimenti

nuoto.sincro@uisper.info oppure per urgenze scrivere/chiamare Ref. regionale Gemma Ruzza cell. 3331610312

SDA Nuoto UISP Emilia Romagna

Settore Sincronizzato/Nuoto Artistico