

# 1° TROFEO NAZIONALE INVERNALE **UISP** **NUOTO SINCRONIZZATO**

**RIETI 14-15 aprile 2012**

(Piscina Provinciale CAMPOLONIANO - tel. 0746201851)

Possono partecipare alla manifestazione le atlete del settore amatoriale in regola con il tesseramento U.I.S.P. valido per l'anno 2012 ed in possesso di certificazione medica valida ai sensi della legislazione nazionale vigente.

## **PROGRAMMA**

### **♣ sabato 14 aprile**

ore 12.30 APERTURA CAMPIONATO - SFILATA di TUTTE LE ATLETE PARTECIPANTI.

ore 13.00 Riscaldamento

ore 13.30 Esercizio "SOLO" categoria ES. C-B-A-RAG-JUN-SEN

Premiazioni

(A seguire)

Riscaldamento esercizio "DUO"

Esercizio "DUO" categorie ES. C-B-A--RAG-JUN-SEN

Premiazioni

### **♣ domenica 15 aprile**

mattino:

ore 8.30 Riscaldamento esercizio "TRIO"

ore 9.00 Esercizio "TRIO" categorie ES. C-B-A

(A seguire)

Riscaldamento esercizio "squadra".

Esercizio "SQUADRA" categorie ES. C-B-A-RAG-JUN-SEN

Premiazioni.

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.

## **CATEGORIE e ISCRIZIONI**

**(Come da Regolamento Nazionale UISP)**

Giovanissime 2003 e seguenti

Esordienti B 2002

Esordienti A 2000 – 2001

Ragazze 1999 – 98 – 97

Junior 1996 – 95 – 94

Senior 1993 e precedenti

### 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 **Trio** 1 balletto per categoria Es. C-B-A
- 4 **Squadra** 2 balletti per le Categorie: Es. C-B-A-Rag-Jun-Sen.

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.

Per l'esercizio di squadra della categoria Senior possono partecipare anche le atlete della categoria Ragazze.

### ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno pervenire: entro il 05/04/12 utilizzando l'apposito "file" da trasmettere esclusivamente tramite e-mail a: **Tiziana Fava - [tiziana.fava@libero.it](mailto:tiziana.fava@libero.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 – Trio - Squadra (il nominativo di una riserva per gli esercizi di Solo, Duo, Trio 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 : **€4,00 solo, € 6,00 duo, € 8.00, trio 10,00 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 - Rieti 14-15/04/2012

### PREMIAZIONI.

Verranno premiate le prime tre atlete classificate per ogni esercizio.

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/](http://www.uisp.it/nuoto/) entro 5 gg. Dal termine della manifestazione

## POGRAMMA TECNICO

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.

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 PENALITÀ 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

**PROGRAMMI LIBERI E TEMPI LIMITE : per tutti gli esercizi max 10" sul bordo vasca.**  
(tempo totale +/-15")

**Esercizi SOLO DUO TRIO SQUADRA**

**Giovanissime** 1'10 1',20" 1'20" 1',30"

**Esordienti B** 1.10 1',30" 1'30" 1',40"

**Esordienti A** 1.20 1',30" 1'30" 1' 40"

**Ragazze** 1',30" 1',40" 1',50"

**Junior** 1',30" 1',40" 2',10"

**Senior** 1',30" 1',40" 2',10"

## 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](mailto:mauro.riccucci@gmail.com)**

Indicazioni Regolamento:

**Sig.ra Tiziana Fava cell. 347 8702601**