

NOME E COGNOME ATLETA	SOCIETA' ATLETA	#1 ELEMENTO 1 - CAVALIERE - ROTAZIONE CODA DI PESCE - In posizione di cavaliere mantenere chiesto il ginocchio della gamba / alla superficie	#2 ELEMENTO 1 - CAVALIERE - ROTAZIONE CODA DI PESCE - Mantenere l'arco nella zona lombare	#3 ELEMENTO 1 - CAVALIERE - ROTAZIONE CODA DI PESCE - Nella posizione di cavaliere il peso, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	#4 ELEMENTO 2 - MEZZA TORSIONE (180° PARTENDO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE) - Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)	#5 ELEMENTO 2 - MEZZA TORSIONE (180° PARTENDO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE) - Mantenere l'arco durante la rotazione	#6 ELEMENTO 2 - MEZZA TORSIONE (180° PARTENDO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE) - Mantenere la linea tra testa, anche e talloni	#7 ELEMENTO 3 - DOPPIA GAMBIA DI BALLETTO - Onchia - riflexi	#8 ELEMENTO 3 - DOPPIA GAMBIA DI BALLETTO - Vaso in superficie	#9 ELEMENTO 3 - DOPPIA GAMBIA DI BALLETTO - Gambe perpendicolari alla superficie	#10 ELEMENTO 4 - "VERTICALE E AVANTI" 360° - Mantenere massimo controllo nella posizione e	#11 ELEMENTO 4 - "VERTICALE E AVANTI" 360° - Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"	#12 ELEMENTO 4 - "VERTICALE E AVANTI" 360° - Linea tra testa e talloni	#13 ELEMENTO 4 - "VERTICALE E AVANTI" 360° - Mantenere l'arco durante le rotazioni	#14 ELEMENTO 4 - "VERTICALE E AVANTI" 360° - Mantenere i talli costanti	#15 ELEMENTO 5 - PEECE/SPINA GAMBIA TESA - Minimo spostamento durante l'intera transizione e movimento uniforme.	#16 ELEMENTO 5 - PEECE/SPINA GAMBIA TESA - La parte bassa della schiena in arco	#17 ELEMENTO 6 - PEECE/SPINA GAMBIA TESA - Il corpo arriva nella linea verticale solo dopo che la gamba in movimento ha superato 90°	#18 ELEMENTO 6 - MARSUINO +1 PROIETTA - Schiena in gamba in modo efficace	#19 ELEMENTO 6 - MARSUINO +1 PROIETTA - Espandere l'altezza lenta e controllata	#20 ELEMENTO 6 - MARSUINO +1 PROIETTA - Mantenere la linea durante la proietta	#21 ELEMENTO 7 - "DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBIA FLESSA ALLA VERTICALE" - Nota: Posizione di Arco in Superficie implemente la gamba tesa in estensione.	#22 ELEMENTO 7 - "DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBIA FLESSA ALLA VERTICALE" - La crocia della gamba flessa deve essere perpendicolare alla superficie dell'acqua	#23 ELEMENTO 7 - "DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBIA FLESSA ALLA VERTICALE" - Mantenere la linea della verticale durante la transizione.	SUB-TOTALI	TOTALI	IDONEITA' 130/207					
Scantueli Irene	Caravesevsi	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	61			
Scantueli Irene		3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	57			
Scantueli Irene		2	3	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40		
Canato Eliana	Project sport	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	53		
Canato Eliana		2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	42	140	IDONEA
Canato Eliana		2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	45		
Ciochetto Elisabetta	Caravesevsi	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	35		
Ciochetto Elisabetta		2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	45	144	IDONEA
Ciochetto Elisabetta		3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	60		
Aprile Laura	Caravesevsi	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	59		
Aprile Laura		2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	45		
Aprile Laura		3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	55		
Isufi Vanessa	Libertas Due Valli	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	52			
Isufi Vanessa		2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	42	145	IDONEA
Isufi Vanessa		2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	51		