

| STELLA 6 | ELEMENTO 1 | | | ELEMENTO 2 | ELEMENTO 3 | | | ELEMENTO 4 | | | ELEMENTO 5 | | | ELEMENTO 6 | | ELEMENTO 7 | STELLA 6 | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|--|-----------|------------------|---|------------|---|--------------------|---|------------------|--|------------------|---|------------------|---|------------------|---|----------|--|------------------|----|---|---|-----|---|---|---|-----|----|--|
| | DALLA POSIZIONE GRU ALLA POSIZIONE VERTICALE | BARRACUDA | GAMBA DI BALLETO | | VERTICALE | TAVOLA VERTICALE | CARPIATA VERTICALE | TUFFO ARTISTICO E ACROBATICO | TOT | Idoneità | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| LIBERTAS NUOTO NOVARA | Atleta | Anno | 1 | Mantenere la linea | 4 | Mantenere chiare le posizioni | 7 | Orecchie nell'acqua | 11 | Mostrare massimo controllo nella posizione v | 14 | Sollevare le gambe in modo efficace | 17 | Sollevare le gambe in modo efficace | 18 | Mantenere il bacino in superficie, nella posizione di carpiata avanti | 19 | Eseguire l'alzata in un tempo | IDONEITA' 120/80 | | | | | | | | | | |
| | | | 2 | Tenere le ginocchia tese durante la transizione | 5 | Estensione completa delle ginocchia | 8 | Petto in superficie | 12 | Mantenere l'altezza minima sotto al ginocchio per almeno 10" | 15 | Mantenere i talloni sott'acqua, nella posizione di tavola | 18 | Mantenere il bacino in superficie, nella posizione di carpiata avanti | 19 | Eseguire l'alzata in un tempo | 20 | Efficienza e massima elevazione - controllo delle posizioni aeree - controllo entrata in acqua | | | | | | | | | | | |
| | | | 3 | L'altezza minima, appena sopra il ginocchio | 6 | L'altezza minima della verticale dopo il thrust costume fuori | 9 | Piede della gamba parallela in superficie | 13 | Linea tra testa, anche e talloni | 16 | Eseguire l'alzata in un tempo | 19 | Eseguire l'alzata in un tempo | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | SUBTOTALE | | | | SUBTOTALE | | SUBTOTALE | | SUBTOTALE | | SUBTOTALE | | SUBTOTALE | | | | | | | | | | | | | | |
| | BERGAMASCHI CARLOTTA | 2002 | 8 | 8 | 8 | 24 | 4 | 6 | 4 | 38 | 9 | 7 | 7 | 8 | 69 | 7 | 6 | 7 | | 89 | 7 | 7 | 111 | 7 | 6 | 8 | 140 | SI | |
| | COSENTINO ERIKA | 2002 | 3 | 6 | 6 | 15 | 8 | 8 | 8 | 39 | 8 | 7 | 8 | 70 | 7 | 8 | 7 | 92 | | 9 | 7 | 8 | 116 | 8 | 8 | 7 | 147 | SI | |
| | TOSI CARLOTTA | 2002 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

B = 3
S = 2
I = 1

LEINI, 22/01/2017
LUOGO/DATA

IL GIUDICE

