

STELLA 2	ELEMENTO 1 POSIZIONE BICI			ELEMENTO 2 POSIZIONE CARPIATA			ELEMENTO 3 POSIZIONE SUPINA GAMBA FLESSA			ELEMENTO 4 SPACCATA			ELEMENTO 5 GAMBA DI BALLETO SOTTOMARINA			ELEMENTO 6 FENICOTTERO SOTTOMARINO			ELEMENTO 7 TUFFO DI TESTA	STELLA 2		
	10" braccia verso il basso	tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"		Tenere la posizione 10"						
ABUNDANCE SYNCHRO	Atleta	1	Schiena dritta	4	Dorso piatto	7	Orecchie sotto la superficie	10	Anche spalle testa su una linea verticale	13	Testa e corpo paralleli alla superficie	16	Testa parallela alla superficie	19	Efficienza e massima elevazione - controllo delle posizioni aeree - controllo entrata in acqua	TOT	IDONEITA' 114/171					
		2	Non sono ammessi movimenti a forbice	5	Glutei, polpacci e talloni in superficie	8	Il piede della gamba orizzontale non può scendere più di 5 cm sotto la superficie	11	Parte bassa della schiena in arco	14	Gamba tesa il più possibile perpendicolare alla superficie	17	Gamba tesa il più possibile perpendicolare alla superficie	19								
		3	Altezza minima: spalle asciutte	6	Angolo di 90° tra il busto e le gambe	9	La coscia della gamba flessa deve essere perpendicolare alla superficie dell'acqua	12	Ginocchia e piedi in estensione	15	Gamba orizzontale parallela alla superficie	18	Gamba flessa parallela alla superficie									
		SUBTOTALE			SUBTOTALE			SUBTOTALE			SUBTOTALE			SUBTOTALE								
		9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9		9	131	SI		
		9	9	7	6	7	6	44	5	6	8	8	7	8	104	6		7	123	8	131	SI
		9	9	9	9	9	9	54	7	6	7	8	9	9	119	9		9	146	9	155	SI
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		9	9	9	9	9	9	27	8	7	7	7	8	9	111	6		7	133	9	142	SI
		9	9	9	9	9	9	27	7	7	7	7	8	9	104	6		7	124	9	133	SI
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0		

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 02/01/2020

LUOGO/DATA

IL GIUDICE

STELLA 2	ELEMENTO 1 POSIZIONE BICI			ELEMENTO 2 POSIZIONE CARPIATA			ELEMENTO 3 POSIZIONE SUPINA GAMBA FLESSA			ELEMENTO 4 SPACCATA			ELEMENTO 5 GAMBA DI BALLETO SOTTOMARINA			ELEMENTO 6 FENICOTTERO SOTTOMARINO			ELEMENTO 7 TUFFO DI TESTA		STELLA 2						
	10" braccia verso il basso			tenere la posizione 10"																							
VO2 NUOTO TORINO	Schiena dritta	Non sono ammessi movimenti a forbice	Altezza minima: spalle asciutte	SUBTOTALE	Dorso piatto	Glutei, polpacci e talloni in superficie	Angolo di 90° tra il busto e le gambe	SUBTOTALE	Orecchie sotto la superficie	Il piede della gamba orizzontale non può scendere più di 5 cm sotto la superficie	La coscia della gamba flessa deve essere perpendicolare alla superficie dell'acqua	SUBTOTALE	Anche spalle testa su una linea verticale	Parte bassa della schiena in arco	Ginocchia e piedi in estensione	SUBTOTALE	Testa e corpo paralleli alla superficie	Gamba tesa il più possibile perpendicolare alla superficie	Gamba orizzontale parallela alla superficie	SUBTOTALE	Testa parallela alla superficie	Gamba tesa il più possibile perpendicolare alla superficie	Gamba flessa parallela alla superficie	SUBTOTALE	Efficienza e massima elevazione - controllo delle posizioni aeree - controllo entrata in acqua	IDONEITA' 114/171	
Atleta	1	2	3		4	5	6		7	8	9		10	11	12		13	14	15		16	17	18		19	TOT	Idoneità
ANGHILANTE MARTINA	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0		
BERTELLO DANIELA	9	9	9	27	9	8	9	53	8	7	7	75	6	6	7	94	6	8	8	116	3	7	7	133	8	141	SI
COLAVERO ILARIA	9	9	9	27	3	3	3	36	6	5	5	52	6	5	6	69	3	6	6	84	3	5	6	98	8	106	NO
GIRAUDO ELISA	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0		
GOLE' SOFIA	9	9	8	26	8	6	7	47	5	4	4	60	6	5	5	76	5	6	6	93	4	6	6	109	9	118	SI
GREGORIO EMMA	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0		
LO PUMO CAROLA	8	8	8	24	8	8	9	49	7	7	6	69	7	6	6	88	7	8	7	110	6	6	7	129	8	137	SI
LO PUMO CHIARA	8	9	7	24	7	6	6	43	5	5	5	58	3	3	3	67	5	6	6	84	5	6	6	101	8	109	NO
OITANA SERENA	7	8	6	21	5	4	5	35	5	5	4	49	5	4	6	64	4	4	5	77	3	5	4	89	7	96	NO
OPESSO GIORGIA	9	9	8	26	8	9	8	51	7	6	6	70	5	6	5	86	5	6	5	102	7	7	6	122	9	131	SI
PEDERZANI GABRIELA	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0		
PENNELLA MIRIAM	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0		
TELLESCHI CHIARA	9	9	9	27	8	9	7	51	6	7	5	69	5	3	5	82	3	5	4	94	6	6	6	112	8	120	SI
	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0		

B = 3

S = 2

I = 1

TORINO, 02/01/2020

LUOGODATA

IL GIUDICE