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 BALLETTO					VERTICALE				TAVOLA VERTICALE				CARPIATA VERTICALE			TUFFO ARTISTICO E ACROBATICO		
																			eseguire la transizione in un tempo				eseguire la transizione in un tempo					
LIBERTAS NUOTO NOVARA		Mantenere la linea	Tenere le ginocchia tese durante la transizione	L'altezza minima, appena sopra il ginocchio	***SUBTOTALE***	Mantenere chiare le posizioni	Estensione completa delle ginocchia	L'altezza minima della verticale dopo il thrust costume fuori	***SUBTOTALE***	Orecchie nell'acqua	Petto in superficie	Piede della gamba parallela in superficie	Altezza minima della gamba verticale ½ coscia	***SUBTOTALE***	Mostrare massimo controllo nella posizione v	Mantenere l'altezza minima sotto al ginocchio per almeno 10"	Linea tra testa, anche e talloni	***SUBTOTALE***	Sollevare le gambe in modo efficace	Mantenere i talloni sott'acqua, nella posizione di tavola	Eseguire l'alzata in un tempo	***SUBTOTALE***	Sollevare le gambe in modo efficace	Mantenere il bacino in superficie, nella posizione di carpiata avanti	Eseguire l'alzata in un tempo	Efficienza e massima elevazione - controllo delle posizioni aeree – controllo entrata in acqua	IDONEITA' 120/180	
Atleta	Anno	1	2	3		4	5	6		7	8	9	10		11	12	13		14	15	16		17	18	19	20	TOT	Idoneità
PATTI MARTINA	2002	7	7	6	20	6	6	6	38	8	7	7	7	67	6	6	5	84	7	6	9	106	5	6	6	9	132	SI
SANTINI GAIA	2002	6	6	5	17	4	6	5	32	8	6	5	6	57	7	8	7	79	8	7	9	103	6	6	6	8	129	SI

B = 3
S = 2
I = 1

LEINI', 24/01/2016
LUOGO/DATA

IL GIUDICE