

STELLA 7	ELEMENTO 1		ELEMENTO 2		ELEMENTO 3		ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6		ELEMENTO 7				STELLA 7	
	CAVALIERE ROTAZIONE CODA DI PESCE		MEZZA TORSIONE (180°) PARTENDO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE GAMBA FLESSA		DOPPIA GAMBA DI BALLETTO		VERTICALE AVV 360°										DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBA FLESSA ALLA VERTICALE					
ABUNDANCE SYNCHRO	Atleta																				TOT	Idoneità
	Amedeo Noemi																				157	SI
	1	In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie	4	Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)	7	Orecchie nell'acqua	10	Mostrare massimo controllo nella posizione v	15	Sollevare le gambe in modo efficace	19	Sollevare le gambe in modo efficace	22	Talloni in superficie nella posizione carpiata	23	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata	24	Linea della verticale				
	2	Mantenere l'arco nella zona lombare	5	Mantenere l'asse durante la rotazione	8	Viso in superficie	11	Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"	16	Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola	20	Eseguire l'alzata in un tempo con il costume fuori	23	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata								
	3	Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	6	Mantenere la linea tra testa anche e talloni.	9	Gambe perpendicolari alla superficie	12	Linea tra testa anche e talloni.	17	Eseguire l'alzata in un tempo	21	Mantenere la linea durante la piroetta	24	Linea della verticale								
	SUBTOTALE		19	SUBTOTALE	SUBTOTALE		61	SUBTOTALE	SUBTOTALE		121	SUBTOTALE	SUBTOTALE									
	6	0	9	0	7	0	7	0	8	0	6	0	6	0	6	0	6	0				
	6	0	9	0	4	0	5	0	7	0	6	0	6	0	6	0	6	0				
	7	0	7	0	7	0	6	0	9	0	4	0	6	0	6	0	6	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	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				

IDONEITA' 144/215

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 02/01/2020
LUDOGODIATVA

IL GIUDICE

STELLA 7	ELEMENTO 1		ELEMENTO 2		ELEMENTO 3		ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6		ELEMENTO 7		STELLA 7	
	CAVALIERE ROTAZIONE CODA DI PESCE		MEZZA TORSIONE (180°) PARTENDO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE GAMBIA FLESSA		DOPPIA GAMBIA DI BALLETTO		VERTICALE AVV 360°													
Sisport	1	In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie	4	Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)	7	Orecchie nell'acqua	10	Mostrare massimo controllo nella posizione v	15	Sollevare le gambe in modo efficace	19	Sollevare le gambe in modo efficace	22	Talloni in superficie nella posizione carpiata					IDONEITA' 144/215	
	2	Mantenere l'arco nella zona lombare	5	Mantenere l'asse durante la rotazione	8	Viso in superficie	11	Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"	16	Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola	20	Eseguire l'alzata in un tempo con il costume fuori	23	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata						
	3	Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	6	Mantenere la linea tra testa anche e talloni.	9	Gambe perpendicolari alla superficie	12	Linea tra testa anche e talloni.	17	Eseguire l'alzata in un tempo	21	Mantenere la linea durante la piroetta	24	Linea della verticale						
	SUBTOTALE			8	SUBTOTALE	SUBTOTALE		13	Mantenere l'asse durante le rotazioni	SUBTOTALE		SUBTOTALE		SUBTOTALE						
	7		8		65		14	Mantenere i livelli costanti	18	Mantenere il costume fuori per almeno 2 tempi	123		138							
	7		8		65		15		18		123		138							
	7		8		65		16		18		123		138							
	7		8		65		17		18		123		138							
	7		8		65		18		18		123		138							
	7		8		65		19		18		123		138							
	7		8		65		20		18		123		138							
	7		8		65		21		18		123		138							
	7		8		65		22		18		123		138							
	7		8		65		23		18		123		138							
	7		8		65		24		18		123		138							
	7		8		65		25		18		123		138							
	7		8		65		26		18		123		138							
	7		8		65		27		18		123		138							
	7		8		65		28		18		123		138							
	7		8		65		29		18		123		138							
	7		8		65		30		18		123		138							
	7		8		65		31		18		123		138							
	7		8		65		32		18		123		138							
	7		8		65		33		18		123		138							
7		8		65		34		18		123		138								
7		8		65		35		18		123		138								
7		8		65		36		18		123		138								
7		8		65		37		18		123		138								
7		8		65		38		18		123		138								
7		8		65		39		18		123		138								
7		8		65		40		18		123		138								
7		8		65		41		18		123		138								
7		8		65		42		18		123		138								
7		8		65		43		18		123		138								
7		8		65		44		18		123		138								
7		8		65		45		18		123		138								
7		8		65		46		18		123		138								
7		8		65		47		18		123		138								
7		8		65		48		18		123		138								
7		8		65		49		18		123		138								
7		8		65		50		18		123		138								
7		8		65		51		18		123		138								
7		8		65		52		18		123		138								
7		8		65		53		18		123		138								
7		8		65		54		18		123		138								
7		8		65		55		18		123		138								
7		8		65		56		18		123		138								
7		8		65		57		18		123		138								
7		8		65		58		18		123		138								
7		8		65		59		18		123		138								
7		8		65		60		18		123		138								
7		8		65		61		18		123		138								
7		8		65		62		18		123		138								
7		8		65		63		18		123		138								
7		8		65		64		18		123		138								
7		8		65		65		18		123		138								
7		8		65		66		18		123		138								
7		8		65		67		18		123		138								
7		8		65		68		18		123		138								
7		8		65		69		18		123		138								
7		8		65		70		18		123		138								
7		8		65		71		18		123		138								
7		8		65		72		18		123		138								
7		8		65		73		18		123		138								
7		8		65		74		18		123		138								
7		8		65		75		18		123		138								
7		8		65		76		18		123		138								
7		8		65		77		18		123		138								
7		8		65		78		18		123		138								
7		8		65		79		18		123		138								
7		8		65		80		18		123		138								
7		8		65		81		18		123		138								
7		8		65		82		18		123		138								
7		8		65		83		18		123		138								
7		8		65		84		18		123		138								
7		8		65		85		18		123		138								
7		8		65		86		18		123		138								
7		8		65		87		18		123		138								
7		8		65		88		18		123		138								
7		8		65		89		18		123		138								
7		8		65		90		18		123		138								
7		8		65		91		18		123		138								
7		8		65		92		18		123		138								
7		8		65		93		18		123		138								
7		8		65		94		18		123		138								
7		8		65		95		18		123		138								
7		8		65		96		18		123		138								
7		8		65		97		18		123		138								
7		8		65		98		18		123		138								
7		8		65		99		18		123		138								
7		8		65		100		18		123		138								
7		8		65		101		18		123		138								
7		8		65		102		18		123		138								
7		8		65		103		18		123		138								
7		8		65		104		18		123		138								
7		8		65		105		18		123		138								
7		8		65		106		18		123		138								
7		8		65		107		18		123		138								
7		8		65		108		18		123		138								
7		8		65		109		18		123		138								
7		8		65		110		18		123		138								
7		8		65		111		18		123		138								
7		8		65		112		18		123		138								

