

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°					TAVOLA VERTICALE				MARSUINO +1 PIROETTA		DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBIA FLESSA ALLA VERTICALE														
		Atleta	Anno	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	TOT	Idoneità							
AQUATICA TORINO		MULATERO BEATRICE	2001	8	8	8	24	9	8	9	9	50	9	9	9	7	7	9	8	8	8	9	163	9	7	7	186	186	SI							
		SALIERNO BIANCA	2001	9	9	9	27	8	9	9	7	6	73	8	8	8	7	7	145	8	9	7	166	9	8	7	190	190	SI							

IDONEITÀ 144/215

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 25/11/2018

LUOGHODATA

IL GIUDICE

LIBERTAS NUOTO NOVARA	Atleta	Anno	ELEMENTO 1		ELEMENTO 2		ELEMENTO 3		ELEMENTO 4				ELEMENTO 5			ELEMENTO 6		ELEMENTO 7			IDONEITA' 144/215			
			CAVALIERE ROTAZIONE CODA DI PESCE	MEZZA TORSIONE (180°) PARTENDO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE GAMBIA FLESSA	DOPPIA GAMBIA DI BALLETTI	VERTICALE AVV 360°	TAVOLA VERTICALE	MARSUINO +1 PIROETTA	DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBIA FLESSA ALLA VERTICALE															
	COLOMBO Veronica	2001	1	8	In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie	4	7	7	7	7	10	15	19	22	9					TOT				
			2	7	Mantenere l'arco nella zona lombare	5	9	8	6	8	16	20	6	7	7	23					Idoneità			
			3	6	Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	6	7	9	5	7	17	18	6	6	6	24					SI			
			21		SUBTOTALE						SUBTOTALE					SUBTOTALE								
			4	7	Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)																			
			5	9	Mantenere l'asse durante la rotazione																			
			6	7	Mantenere la linea tra testa anche e talloni.																			
			44		SUBTOTALE																			
			7	7	Orecchie nell'acqua																			
			8	6	Viso in superficie																			
			9	5	Gambe perpendicolari alla superficie																			
			62		SUBTOTALE																			
			10	7	Mostrare massimo controllo nella posizione v																			
			11	7	Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"																			
			12	8	Linea tra testa anche e talloni.																			
			13	7	Mantenere l'asse durante le rotazioni																			
			14	5	Mantenere i livelli costanti																			
			96		SUBTOTALE																			
			15	7	Sollevare le gambe in modo efficace																			
			16	8	Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola																			
			17	7	Eseguire l'alzata in un tempo																			
			18	6	Mantenere il costume fuori per almeno 2 tempi																			
			124		SUBTOTALE																			
			19	7	Sollevare le gambe in modo efficace																			
20	6	Eseguire l'alzata in un tempo con il costume fuori																						
21	6	Mantenere la linea durante la piroetta																						
143		SUBTOTALE																						
22	9	Talloni in superficie nella posizione carpiata																						
23	7	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata																						
24	6	Linea della verticale																						
165		SUBTOTALE																						
165		TOT																						
165		SI																						

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 25/11/2018
LUOGHI DATA

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 GAMBA FLESSA		DOPPIA GAMBATA DI BALLETTO		VERTICALE AVV 360°		TAVOLA VERTICALE	eseguire la transizione in un tempo	MARSUINO +1 PIROETTA	eseguire la transizione in un tempo	DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBATA FLESSA ALLA VERTICALE					
POL. UISP RIVERBORGARO	Atleta	Anno	1	In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie	2	Mantenere l'arco nella zona lombare	3	Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	SUBTOTALE		4	Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)	5	Mantenere l'asse durante la rotazione	6	Mantenere la linea tra testa anche e talloni.	SUBTOTALE		
	Brunetta Carolina	2001	9		9		9		27		9		7		7		50		
			1		2		3		SUBTOTALE		7	Orecchie nell'acqua	8	Viso in superficie	9	Gambe perpendicolari alla superficie	SUBTOTALE		
			9		9		9		75		10	Mostrare massimo controllo nella posizione v	11	Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"	12	Linea tra testa anche e talloni.	13	Mantenere l'asse durante le rotazioni	
									SUBTOTALE		14	Mantenere i livelli costanti	15	Sollevare le gambe in modo efficace	16	Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola	17	Eseguire l'alzata in un tempo	
									111		18	Mantenere il costume fuori per almeno 2 tempi	SUBTOTALE		19	Sollevare le gambe in modo efficace	20	Eseguire l'alzata in un tempo con il costume fuori	
											147		21	Mantenere la linea durante la piroetta	SUBTOTALE		22	Talloni in superficie nella posizione carpiata	
											9		23	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata	24	Linea della verticale	SUBTOTALE		
													174		197		TOT	197	
																	Idoneità	SI	

IDONEITÀ 144/215

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 25/1/2018
LUOGHI DATA

IL GIUDICE

STELLA 7	ELEMEN TO 1	ELEMEN TO 2	ELEMEN TO 3	ELEMEN TO 4	ELEMEN TO 5	ELEMEN TO 6	ELEMEN TO 7	STELLA 7		
									CAVALIERE ROTAZIONE CODA DI PESCE	MEZZA TORSIONE (180°) PARTEN DO DALLA POSIZIONE VERTICALE E ARRIVANDO IN POSIZIONE VERTICALE GAMBA FLESSA
SM TAURUS										
	Aletera	Anno								
		2001	1	9						
			2	7						
			3	6						
			SUBTOTALE			22				
			4	9						
			5	6						
			6	7						
			SUBTOTALE			44				
			7	8						
			8	8						
			9	7						
			SUBTOTALE			67				
			10	8						
			11	6						
			12	8						
			13	8						
			14	8						
			SUBTOTALE			105				
			15	8						
			16	9						
			17	7						
			18	6						
		SUBTOTALE			135					
		19	8							
		20	7							
		21	8							
		SUBTOTALE			158					
		22	9							
		23	7							
		24	8							
		SUBTOTALE			182					
		TOT			182					
		Idoneità			SI					

IDONEITA' 144/215

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 25/11/2018
LUOGHI DATA

IL GIUDICE