

STELLA 1		ELEMENTO 1			ELEMENTO 2				ELEMENTO 3				ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6				ELEMENTO 7		STELLA 1	
		POSIZIONE PRONA			POSIZIONE SUPINA				POSIZIONE TUB				POSIZIONI DI GALLEGGIAMENTO				POSIZIONE RAGGRUPPATA				CAPOVOLTA INDIETRO RAGGRUPPATA				TUFFO A PENNELLO			
													6" braccia sopra la testa e 6" braccia e gambe divaricate															
CSR GRANDA		Cosce e piedi devono essere alla superficie dell'acqua	Remata senza sforzo apparente e con movimento continuo	SUBTOTALE	Viso alla superficie dell'acqua	Cosce e piedi alla superficie dell'acqua	Remata senza sforzo apparente e con movimento continuo	SUBTOTALE	Testa in linea con il busto	Piedi e ginocchia in superficie	Viso in superficie	SUBTOTALE	I piedi non devono affondare per almeno 5"	Massima estensione senza utilizzo della remata	Viso fuori dall'acqua	SUBTOTALE	Gambe perpendicolari	Dorso ricurvo	Gambe unite	SUBTOTALE	I piedi in superficie	Uniformità del movimento durante la rotazione	In posizione supina tenere il petto in superficie	SUBTOTALE	Efficienza e massima elevazione - controllo delle posizioni aeree – controllo entrata in acqua	IDONEITA' 108/162		
Atleta	Anno	1	2		3	4	5		6	7	8		9	10	11		12	13	14		15	16	17		18	TOT	Idoneità	
CASALE LIA	2013	5	3	8	7	6	5	26	4	5	6	41	3	3	5	52	4	5	5	66	5	4	5	80	3	83	NO	
RINALDI MATILDE	2013	7	7	14	7	6	6	33	8	6	9	56	8	7	8	79	6	7	7	99	6	6	6	117	8	125	SI	
LISA REBECCA	2013	4	5	9	4	4	4	21	6	5	5	37	3	4	5	49	3	3	3	58	3	3	4	68	7	75	NO	
OLIVERO ANNA	2013	5	6	11	6	6	5	28	7	6	6	47	3	4	5	59	5	5	4	73	6	6	5	90	9	99	NO	
VIRANO ALICE	2013	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
BARRA ELISA	2013	3	3	6	4	3	5	18	4	3	4	29	5	5	6	45	4	4	3	56	3	3	3	65	8	73	NO	
GALUPPO GIULIA	2013	6	6	12	7	6	7	32	6	5	6	49	3	4	4	60	6	6	6	78	6	7	6	97	9	106	NO	
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	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

LEINI', 06-03-2022

LUOGO/DATA

IL GIUDICE

STELLA 2		ELEMENTO 1				ELEMENTO 2				ELEMENTO 3				ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6				ELEMENTO 7		STELLA 2																										
		POSIZIONE BICI				POSIZIONE CARPIATA				POSIZIONE SUPINA GAMBA FLESSA				SPACCATA				GAMBA DI BALLETO SOTTOMARINA				FENICOTTERO SOTTOMARINO				TUFFO DI TESTA																												
		10" braccia verso il basso				tenere la posizione 10"																																																
CSR GRANDA		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	Anno	1	2	3		4	5	6		7	8	9		10	11	12		13	14	15		16	17	18		19	TOT	Idoneità																										
CORRADO COSTANZA	2012	6	7	7	20	5	6	4	35	7	7	6	55	7	6	5	73	4	4	3	84	5	5	4	98	3	101	NO																										
LA FRANCESCA NOEMI	2012	8	8	8	24	7	8	7	46	7	7	7	67	7	8	8	90	3	4	4	101	6	6	6	119	3	122	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		0	0	0		0	0	0		0																												
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0																												
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0																												
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0																												
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0																												
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	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

LEINI', 06-03-2022
LUOGO/DATA

IL GIUDICE

STELLA 5		ELEMENTO 1				ELEMENTO 2				ELEMENTO 3				ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6				ELEMENTO 7				STELLA 5	
		PASSO D'USCITA				BARRACUDA				GAMBA DI BALLETO				VERTICALE + DISCESA				DA CARPIATA ALLA POSIZIONE VERTICALE GAMBA FLESSA				DA TUCK A VERTICALE				"POLLO ALLO SPIEDO"					
														12 remate in pos.verticale																	
CSR GRANDA		Mantenere la testa e le spalle in linea con le anche in posizione spaccata	Movimento continuo durante la transizione	Tenere il più possibile le ginocchia tese durante la transizione	SUBTOTALE	Mantenere le posizioni più chiare possibili	Estensione completa delle ginocchia	L'altezza minima della verticale dopo il thrust metà coscia	SUBTOTALE	Orecchie nell'acqua	Petto in superficie	Piede della gamba parallela in superficie	SUBTOTALE	Movimento continuo	Mantenere la linea durante la discesa	Estendere punte e ginocchia	SUBTOTALE	Posizione carpiata iniziale mantenere i 90°	Posizione verticale gamba flessa spalle e testa in linea con la ande.	Movimento continuo durante la transizione	SUBTOTALE	Sollevare le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fouri".	Raggiungere e contemporaneamente l'allinamento del corpo e delle gambe sulla linea verticale	Mantenere l'allinamento vertical e l'estensione durante la discesa.	SUBTOTALE	Mantenere l'estensione e l'allinamento del corpo durante la rotazione	Mantenere le gambe unite e distese durante la rotazione	Movimento continuo durante la rotazione	SUBTOTALE	IDONEITA' 126/189	
Atleta	Anno	1	2	3		4	5	6		7	8	9		10	11	12		13	14	15		16	17	18		19	20	21		TOT	Idoneità
COCCIOLO ANNA KAROLA	2009	5	6	6	17	4	6	4	31	6	7	7	51	4	3	3	61	6	5	5	77	5	5	5	92	5	7	6	110	110	NO
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		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

LEINI', 06-03-2022
LUOGO/DATA

IL GIUDICE

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				VERTICALE SPACCATA- VERTICALE				CARPIATA VERTICALE			TUFFO ARTISTICO E ACROBATICO			
																						eseguire la transizione in un tempo						
CSR GRANDA		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 1/2 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	Mantenere l'allineamento verticale e la rapidità' di esecuzione durante tutta la transizione.	Aprire le gambe simmetricamente rispetto alla linea verticale.	Eseguire la chiusura in Verticale senza perdita di altezza.	SUBTOTALE	Sollevarle 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		
BARBERO GIORGIA	2008	6	6	5	17	6	6	6	35	6	5	6	4	56	7	6	7	76	5	6	5	92	8	7	8	7	122	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		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		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

LEINI', 06-03-2022
LUOGO/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 GAMBA DI BALLETO				VERTICALE AVV 360°				TAVOLA VERTICALE				MARSUINO +1 PIROETTA				DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBA FLESSA ALLA VERTICALE																																																																																																							
																		eseguire la transizione in un tempo				eseguire la transizione in un tempo																																																																																																											
CSR GRANDA		In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie				Mantenere l'arco nella zona lombare				Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa				SUBTOTALE				Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)				Mantenere l'asse durante la rotazione				Mantenere la linea tra testa anche e talloni.				SUBTOTALE				Orecchie nell'acqua				Viso in superficie				Gambe perpendicolari alla superficie				SUBTOTALE				Mostrare massimo controllo nella posizione v				Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"				Linea tra testa anche e talloni.				Mantenere l'asse durante le rotazioni				Mantenere i livelli costanti				SUBTOTALE				Sollevare le gambe in modo efficace				Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola				Eseguire l'alzata in un tempo				Mantenere il costume fuori per almeno 2 tempi				SUBTOTALE				Sollevare le gambe in modo efficace				Eseguire l'alzata in un tempo con il costume fuori				Mantenere la linea durante la piroetta				SUBTOTALE				Talloni in superficie nella posizione carpiata				Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata				Linea della verticale				SUBTOTALE				IDONEITA' 144/215			
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																																																																																															
GAIOTTI LETIZIA	2007	7	5	6	18	9	8	8	43	6	6	4	59	5	3	6	3	4	80	6	7	7	4	104	6	4	6	120	7	6	6	139	139	NO																																																																																															
CELLI ILARIA	2007	6	6	6	18	9	8	7	42	7	8	9	66	7	5	6	5	4	93	7	7	7	5	119	4	5	4	132	7	7	6	152	152	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		0	0	0		0	0	0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0																																																																																																		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0																																																																																																		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0																																																																																																		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0																																																																																																		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0																																																																																																		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0																																																																																																		
		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

LEINI', 06-03-2022

LUOGO/DATE

IL GIUDICE