

CLASSIFICA STELLA 4 - DETTAGLIO

Generato il: 08/02/2026, 11:48:46

#	Atleta	Società	1.1	1.2	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	7.3	TOT	Esito
34	SAELI AMELIA	ASD ABUNDANCE SYNCHRO	9	9	9	9	9	7	6	6	7	9	5	9	9	7	8	6	7	6	6	6	149	IDONEA
35	ANSALONE LUDOVICA	AQUATICA TORINO S.S.D A R.L.	3	3	6	8	6	6	6	6	6	6	6	6	8	7	6	8	8	8	6	6	125	IDONEA
36	CONTATO GIORGIA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	9	9	6	6	7	8	8	8	9	9	9	9	9	8	7	8	7	9	7	8	160	IDONEA
37	FLORIS GIOIA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	8	7	6	7	7	6	8	8	5	6	7	9	8	8	8	9	8	9	6	7	147	IDONEA
38	RIMEDIO ELENA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	9	9	6	6	6	6	8	9	6	9	7	8	9	6	9	6	8	7	6	6	146	IDONEA
39	ZACCHEDDU MORENA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	6	5	7	8	6	6	6	5	8	8	8	8	8	9	8	6	6	8	5	6	137	IDONEA
40	FLORIO GAIA	HYDRO SPORT STE.DA. NUOTO S.S.D.R.L.	3	3	9	8	9	6	6	5	6	8	9	6	6	6	6	8	8	7	6	6	131	IDONEA
41	BRICARELLO BEATRICE	ASD DUE VALLI LIBERTAS	6	6	6	9	8	3	6	5	6	7	8	4	3	6	8	7	6	7	6	6	123	IDONEA
42	SERRA CRISTINA MARIA	PROJECT SPORT S.R.L. S.S.D.	8	6	6	7	6	6	5	6	6	6	8	6	6	6	8	5	5	6	3	6	121	IDONEA

LEGENDA ELEMENTI

- | | | |
|--|--|---|
| 1.1 Svincolo Ariana - Massima estensione delle ginocchia e delle punte | 3.3 Passo Uscita - Tenere il più possibile le ginocchia tese durante la transizione | 6.1 Dalla posizione supina alla posizine di arco in superficie gamba flessa + assumere la posizione di verticale gamba flessa - Mantenere la gamba tesa distesa |
| 1.2 Svincolo Ariana - Le anche, le spalle e la testa in linea verticale | 4.1 Barracuda - Mantenere le posizioni più chiare possibili | 6.2 Dalla posizione supina alla posizine di arco in superficie gamba flessa + assumere la posizione di verticale gamba flessa - La coscia della gamba flessa deve essere perpendicolare alla superficie acqua |
| 2.1 VGF altezza di galleggiamento con rotazione di 180° a SX e DX - Mostrare massimo controllo nella Posizione Verticale Gamba Flessa | 4.2 Barracuda - Estensione completa delle ginocchia | 6.3 Dalla posizione supina alla posizine di arco in superficie gamba flessa + assumere la posizione di verticale gamba flessa - Mantenere l'allineamento orecchie, spalle, anche e caviglia nella Posizione di Verticale Gamba Flessa |
| 2.2 VGF altezza di galleggiamento con rotazione di 180° a SX e DX - È consentito un minimo movimento di remata per bilanciare la posizione | 4.3 Barracuda - Altezza minima della verticale dopo il thrust metà coscia | 7.1 Boost braccia + Routine - Altezza minima: boost "alla vita" e "spalle asciutte" in Gambe Bicicletta |
| 2.3 VGF altezza di galleggiamento con rotazione di 180° a SX e DX - Tenere la Linea tra la testa, le spalle, le anche, le ginocchia e la caviglia della gamba in verticale, durante le rotazioni | 5.1 Verticale H media mantenere la verticale 6 remate + Discesa lenta - Mostrare massimo controllo nella Posizione Verticale | 7.2 Boost braccia + Routine - Postura corretta con spalle basse e collo in estensione durante l'intera transizione |
| 3.1 Passo Uscita - Mantenere la testa e le spalle in linea con le anche in Posizione di Spaccata | 5.2 Verticale H media mantenere la verticale 6 remate + Discesa lenta - Mantenere l'allineamento e l'estensione durante la discesa | 7.3 Boost braccia + Routine - Tecniche di propulsione efficienti con massima velocità di spostamento costante |

3.2 Passo Uscita - Movimento continuo durante la transizione

5.3 Verticale H media mantenere la verticale 6 remate +
Discesa lenta - Movimento fluido ed uniforme