

#	Atleta	Società	1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	4.4	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	7.3	TOT	Esito
6	FLORIS GIOIA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	9	6	9	6	6	6	6	3	6	9	7	9	9	6	4	5	6	6	6	6	3	4	137	IDONEA
7	RIMEDIO ELENA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	8	7	8	9	9	6	6	7	5	9	9	9	9	3	5	5	7	7	6	4	4	6	148	IDONEA
8	ZACCHEDDU MORENA	CENTRO SPORTIVO ROERO S.R.L. - S.S.D.	6	6	7	7	9	6	9	9	9	8	8	6	8	6	6	6	6	8	6	6	5	6	153	IDONEA
31	DEPETRIS ASIA	HYDRO SPORT STE.DA. NUOTO S.S.D.R.L.	6	6	6	8	6	7	9	9	9	3	6	6	6	4	3	3	6	7	6	6	6	6	134	IDONEA
32	CISMONDI GLORIA	HYDRO SPORT STE.DA. NUOTO S.S.D.R.L.	6	6	6	6	5	7	6	6	6	9	7	9	8	3	3	3	7	8	9	6	8	8	142	IDONEA
40	BESIA ANNA	SISPORT S.P.A. - SOCIETA' SPORTIVA DILETTANTISTICA	6	6	6	9	6	3	8	3	6	3	7	6	6	6	6	6	9	7	7	9	9	9	143	IDONEA
41	TRUA MARTINA	SISPORT S.P.A. - SOCIETA' SPORTIVA DILETTANTISTICA	9	9	9	6	3	7	3	3	9	5	6	3	5	5	5	5	9	9	9	7	8	6	140	IDONEA

## LEGENDA ELEMENTI

- |  |   |  |
|--|---|--|
| 1.1 Flying Fish - Eseguire le posizioni richieste, il più possibile, in modo chiaro e distinto   | 3.3 Dalla posizione di arco in superficie gamba flessa alla posizione verticale + discesa in verticale - Mantenere la linea della verticale durante la transizione      | 6.1 Pollo allo spiedo - Mantenere l'estensione e l'allineamento del corpo durante la rotazione                 |
| 1.2 Flying Fish - Estensione completa delle ginocchia  | 4.1 Dalla posizione carpiata a verticale gamba flessa + torsione 180° - Posizione Carpiata iniziale mantenere i 90°   | 6.2 Pollo allo spiedo - Mantenere le gambe unite e distese durante la rotazione                                |
| 1.3 Flying Fish - Altezza minima del Thrust è quella della rima dei glutei   | 4.2 Dalla posizione carpiata a verticale gamba flessa + torsione 180° - Nella Posizione Verticale Gamba Flessa le spalle e la testa devono essere in linea con le anche | 6.3 Pollo allo spiedo - Movimento continuo durante la rotazione  |
| 2.1 Gambe di balletto - Orecchie in acqua  | 4.3 Dalla posizione carpiata a verticale gamba flessa + torsione 180° - Movimento continuo durante la transizione   | 7.1 A6 Altezza sostenuta ad una gamba o combinazione di una e due gambe - Definire con precisione le posizioni |
| 2.2 Gambe di balletto - Petto in superficie  | 4.4 Dalla posizione carpiata a verticale gamba flessa + torsione 180° - Mantenere la linea Verticale durante la Torsione di 180°  | 7.2 A6 Altezza sostenuta ad una gamba o combinazione di una e due gambe - Movimenti dinamici e scattanti       |
| 2.3 Gambe di balletto - Piede della gamba parallela in superficie  | 5.1 Da tuck a verticale - Sollevare le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fuori"   | 7.3 A6 Altezza sostenuta ad una gamba o combinazione di una e due gambe - Altezza minima ginocchio asciutto    |
| 3.1 Dalla posizione di arco in superficie gamba flessa alla posizione verticale + discesa in verticale - Nella Posizione di Arco in Superficie mantenere la gamba tesa in estensione   | 5.2 Da tuck a verticale - Sollevare le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fuori"   |  |
| 3.2 Dalla posizione di arco in superficie gamba flessa alla posizione verticale + discesa in verticale - La coscia della gamba flessa deve essere perpendicolare alla superficie acqua | 5.3 Da tuck a verticale - Sollevare le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fuori"   |  |