STELLA 3		ELEMENTO 1			ELEMENTO 2				ELEMENTO 3				ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6				ELEMENTO 7				STELLA 3	
		SPACCATA DX E SX			ARCO IN SUPERFICIE				DA POS. PRONA A POS. CARPIATA				FENICOTTERO IN SUPERFICIE				POSIZIONE SUPINA GAMBA FLESSA ALTERNATA				POSIZIONI DI GALLEGGIAMENTO da coda di pesce prona a pos. prona				ALZATA DI GAMBA DI BALLETTO TESA					
RN GERBIDO		Estendere ginocchia e punte	Le anche, le spalle e la testa in linea verticale	***SUBTOTALE***	Parte bassa della schiena inarcata	Spalle e testa su una linea verticale	Ginocchia distese	***SUBTOTALE***	Talloni alla superficie in posizione supina	Raggiungere l'angolo di 90°	Talloni alla superficie in carpiata	***SUBTOTALE***	Viso alla superficie	Piede della gamba flessa alla superficie	Polpaccio all'altezza della gamba verticale	***SUBTOTALE***	Orecchie sotto la superficie	Il piede della gamba parallela il più possibile in superficie	La coscia della gamba piegata deve essere perpendicolare alla superficie dell'acqua	***SUBTOTALE***	I piedi non devono affondare più di 3"	Senza remata	Le scapole unite e rivolte verso i glutei	***SUBTOTALE***	Orecchie sotto la superficie.	Il piede della gamba parallela il più possibile in Superficie.	Il sedere il più possibile vicino alla superficie.	***SUBTOTALE***	**IDONEITA' 120/180**	
Atleta		1	2		3	4	5		6	7	8		9	10	11		12	13	14		15	16	17		18	19	20		TOT	Idoneità
FINOTELLO STELLA		6	6	12	6	6	6	30	8	7	9	54	7	8	7	76	7	5	6	94	8	9	8	119	9	7	6	141	141	SI
PALMA CLARISSA		6	6	12	6	5	9	32	6	6	6	50	8	7	9	74	8	6	7	95	8	8	7	118	8	6	5	137	137	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			

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 05/12/2021
LUOGO/DATA

IL GIUDICE

STELLA 4	ELEMENTO 1 SVINCOLO DI ARIANA			ELEMENTO 2 VGP H DI GALLEGGIAMENTO senza remata mantenere la posizone				ELEMENTO 3 DA ARCO IN SUPERFICIE A POS. SUPINA				ELEMENTO 4 DA CARPIATA AVANTI A DOPPIA G. DI BALLETTO IN IMMERSIONE				ELEMENTO 5 VERTICALE H DI GALLEGGIAMENTO				ELEMENTO 6 DALLA POSIZIONE SUPINA ALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBA FLESSA				STELLA 4	
RN GERBIDO	Tirare ginocchia e punte	Le anche, le spalle e la testa in linea verticale	***SUBTOTALE***	Mostrare massimo controllo della posizione VGP	È consentito un minimo movimento di remata per bilanciare	Linea testa, anche e tallone della gamba verticale	***SUBTOTALE***	Posizione di arco con gambe distese	Mantenere il pube ed i piedi in superficie	Controllo dello scivolamento	***SUBTOTALE***	Mantenimento dei 90° durante tutta la transizione	Stabilità del corpo in movimento	Posizione finale di doppia gamba di balletto	***SUBTOTALE***	Mostrare massimo controllo della posizione V	È consentito un minimo movimento di remata per bilanciare	Linea tra testa, anche e talloni	***SUBTOTALE***	Mantenere la gamba tesa in estensione.	La coscia della gamba flessa deve essere perpendicolare alla superficie dell'acqua	Mantenere l' allineamenTo verticale di: orecchie, spalle, anche, e gamba flessa.	***SUBTOTALE***	IDONEITA' 102/153	
Atleta	1	2		3	4	5		6	7	8		9	10	11		12	13	14		15	16	17		TOT	Idoneità
BATTAGLIA MELISSA	6	6	12	7	7	8	34	6	5	6	51	9	9	9	78	7	7	7	99	8	8	8	123	123	SI
D'UVA CELESTE	7	8	15	8	7	7	37	6	6	6	55	9	9	9	82	9	8	9	108	8	9	9	134	134	SI
FANO VIRGINIA	7	9	16	7	8	7	38	8	7	7	60	6	7	7	80	8	9	8	105	8	9	9	131	131	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			

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 05/12/2021
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 BALLETTO				VERTICALE + DISCESA				DA CARPIATA ALLA POSIZIONE VERTICALE GAMBA FLESSA				DA TUCK A VERTICALE				"POLLO ALLO SPIEDO"					
														12 remate in pos.verticale																	
RN GERBIDO		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 le anche.	Movimento continuo durante la transizione	**SUBTOTALE**	Sollevare le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fouri".	Raggiungere contemporaneamente l'allineamento del corpo e delle gambe sulla linea verticale	Mantenere l'allineamento vertical e l'estensione durante la discesa.	***SUBTOTALE***	Mantenere l' estensione e l'allineamento del corpo durante la rotazione	Mantenere le gambe unite e distese durante la rotazione	Movimento continuo durante la rotazione	***SUBTOTALE***	**IDONEITA' 126/189**	
Atleta		1	2	3		4	5	6		7	8	9		10	11	12		13	14	15		16	17	18		19	20	21		TOT	Idoneità
MORGILLO SOFIA		6	7	6	19	8	9	9	45	9	7	9	70	9	7	9	95	7	9	9	120	7	8	6	141	9	9	9	168	168	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			

B = 3
S = 2
I = 1

TORINO, 05/12/2021
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 BALLETTO					VERTICALE				VERTICALE SPACCATA-VERTICALE				CARPIATA VERTICALE			TUFFO ARTISTICO E ACROBATICO		
																							eseguire la transizione in un tempo					
0		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 ½ 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 rapidita' di esecuzione durante tutta la transizione.	Aprire le gambe simmetricamente rispetto alla linea verticale.	Eseguire la chiusura in Verticale senza perdita di altezza.	***SUBTOTALE***	Sollevare 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		1	2	3		4	5	6		7	8	9	10		11	12	13		14	15	16		17	18	19	20	TOT	Idoneità
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		
		0	0	0		0	0	0		0	0	0	0		0	0	0		0	0	0		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

TORINO, 05/12/2021
LUOGO/DATA

IL GIUDICE