





STELLA 5		ELEMENTO 1	ELEMENTO 2	ELEMENTO 3	ELEMENTO 4	ELEMENTO 5	ELEMENTO 6	ELEMENTO 7	STELLA 5											
		PASSO DUSCIA	BARRACUDA	GAMBA DI BALLETO	VERTICALE + DISCESA 12 remate in pos. verticale	DA CARPIATA ALLA POSIZIONE VERTICALE GAMBIA FLESSA	DA TUCK A VERTICALE	"POLLO ALLO SPIEDO"												
CENTRO NUOTO TORINO	Atleta	1	Mantenere la testa e le spalle in linea con le anche in posizione spaccata	4	Mantenere le posizioni più chiare possibili	7	Orecchie nell'acqua	10	Movimento continuo	13	Posizione carpiata iniziale mantenere i 90°	16	Sollevare le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fouri".	19	Mantenere l' estensione e l'allineamento del corpo durante la rotazione	TOT	Idoneità			
		2	Movimento continuo durante la transizione	5	Estensione completa delle ginocchia	8	Petto in superficie	8	Mantenere la linea durante la discesa	11	Mantenere la linea durante la discesa	14	Posizione verticale gamba flessa spalle e testa in linea con le anche.	17	Raggiungere contemporaneamente l'allineamento del corpo e delle gambe sulla linea verticale	18		Mantenere l'allineamento vertical e l'estensione durante la discesa.	116	
		3	Tenere il più possibile le ginocchia tese durante la transizione	6	L'altezza minima della verticale dopo il thrust metà coscia	9	Piede della gamba parallela in superficie	9	Estendere punte e ginocchia	12	Subtotale	72	Subtotale	15	Movimento continuo durante la transizione	94	Subtotale	142		
			<b>SUBTOTALE</b>	18	<b>SUBTOTALE</b>	34	<b>SUBTOTALE</b>	57	<b>SUBTOTALE</b>	76	<b>SUBTOTALE</b>	92	<b>SUBTOTALE</b>	102	<b>SUBTOTALE</b>	115	<b>SUBTOTALE</b>	142		
	FASANO ADELE	7	5	6	18	5	5	6	4	3	8	7	7	8	7	8	9	142	SI	
	MARCHIONI SOFIA	8	7	7	22	6	7	8	4	4	9	8	6	5	102	5	4	4	115	SI
	SCARLATA ALICE	8	7	7	22	7	8	6	4	4	6	7	5	6	92	6	4	5	107	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			

IDONEITA' 126/189

B = 3

S = 2

I = 1

TORINO, 20/12/2020

LUOGO DATA

IL GIUDICE

STELLA 5	ELEMENTO 1		ELEMENTO 2		ELEMENTO 3		ELEMENTO 4		ELEMENTO 5		ELEMENTO 6		ELEMENTO 7		STELLA 5
	PASSO DUSCIA	BARRACUDA	GAMBA DI BALLETO	VERTICALE + DISCESA	DA CARPIATA ALLA POSIZIONE VERTICALE GAMBIA FLESSA	DA TUCK A VERTICALE	"POLLO ALLO SPIEDO"								
CSRGRANDA	1	Mantenere la testa e le spalle in linea con le anche in posizione spaccata	4	Mantenere le posizioni più chiare possibili	7	Orecchie nell'acqua	10	Movimento continuo	13	Posizione carpiata iniziale mantenere i 90°	16	Sollevere le gambe in modo efficace. Altezza minima "costume fouri".	19	Mantenere l' estensione e l'allineamento del corpo durante la rotazione	
	2	Movimento continuo durante la transizione	5	Estensione completa delle ginocchia	8	Petto in superficie	11	Mantenere la linea durante la discesa	14	Posizione verticale gamba flessa spalle e testa in linea con le anche.	17	Raggiungere contemporaneamente l'allineamento del corpo e delle gambe sulla linea verticale	20	Mantenere le gambe unite e distese durante la rotazione	
	3	Tenere il più possibile le ginocchia tese durante la transizione	6	L'altezza minima della verticale dopo il thrust metà coscia	9	Piede della gamba parallela in superficie	12	Estendere punte e ginocchia	15	Movimento continuo durante la transizione	18	Mantenere l'allineamento vertical e l'estensione durante la discesa.	21	Movimento continuo durante la rotazione	
		<b>SUBTOTALE</b>	17	<b>SUBTOTALE</b>	36	<b>SUBTOTALE</b>	54	<b>SUBTOTALE</b>	79	<b>SUBTOTALE</b>	93	<b>SUBTOTALE</b>	106	<b>SUBTOTALE</b>	125
			6		7		14		4		5		5		
			6		5		5		0		5		5		
			7		6		6		0		93		5		
			36		7		14		0		5		5		
			7		5		5		0		5		5		
			5		6		6		0		93		5		
			0		7		14		0		5		5		
			0		5		5		0		5		5		
			0		6		6		0		93		5		
			0		7		14		0		5		5		
			0		5		5		0		5		5		
			0		6		6		0		93		5		
			0		7		14		0		5		5		
			0		5		5		0		5		5		
			0		6		6		0		93		5		
			0		7		14		0		5		5		
			0		5		5		0		5		5		
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			
		0		7		14		0		5		5			
		0		5		5		0		5		5			
		0		6		6		0		93		5			





STELLA 5	ELEMENTO 1			ELEMENTO 2			ELEMENTO 3			ELEMENTO 4			ELEMENTO 5			ELEMENTO 6			ELEMENTO 7			STELLA 5									
	PASSO PUSCITA	BARRACUDA	GAMBA DI BALLETO	VERTICALE + DISCESA	DA CARPIATA ALLA VERTICALE GAMBIA FLESSA	DA TUCK A VERTICALE	"POLLO ALLO SPIEDO"																								
SISPORT SPA																															
	Alleta	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	TOT	Idoneità							
		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		
	Bosazzi Beatrice	5	6	5	16	6	6	7	35	6	6	6	70	5	7	88	6	6	5	105	8	8	9	130	130	SI					
	Federica Accolla	8	8	8	24	8	8	9	49	9	7	9	74	7	7	115	8	8	8	139	7	7	8	161	161	SI					
	Viola Cagliano	8	4	5	17	6	5	5	33	7	4	7	51	4	4	84	5	6	5	100	7	7	7	121	121	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								

IDONEITA' 126/189

B = 3  
S = 2  
I = 1

TORINO, 20/12/2020

LUGOGIARDA

IL GIUDICE