

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 GAMBIA FLESSA	DOPPIA GAMBIA DI BALLETTO	VERTICALE AVV 360°	TAVOLA VERTICALE	MARSIUNO +1 PIRIQUETTA	DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBIA FLESSA ALLA VERTICALE	TOT	Idoneità									
LIBERTAS NUOTO NOVARA	Atleta	Anno	1	In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie	4	Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)	7	Orecchie nell'acqua	10	Mostrare massimo controllo nella posizione v	15	Sollevare le gambe in modo efficace	19	Sollevare le gambe in modo efficace	22	Talloni in superficie nella posizione carpiata	TOT	IDONEITA' 144/215	
	BERGAMASCHI Carlotta	2001	2	Mantenere l'arco nella zona lombare	5	Mantenere l'asse durante la rotazione	8	Viso in superficie	11	Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"	16	Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola	20	Eeguire l'alzata in un tempo con il costume fuori	23	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata	184		SI
	COSENTINO Erika	2001	3	Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	6	Mantenere la linea tra testa anche e talloni.	9	Gambe perpendicolari alla superficie	12	Linea tra testa anche e talloni.	17	Eeguire l'alzata in un tempo	21	Mantenere la linea durante la piroetta	24	Linea della verticale			
				<b>SUBTOTALE</b>		<b>SUBTOTALE</b>		<b>SUBTOTALE</b>		<b>SUBTOTALE</b>		<b>SUBTOTALE</b>		<b>SUBTOTALE</b>		<b>SUBTOTALE</b>			
				25		52		76		109		141		160					
				9		9		9		8		6		6		9			
				8		9		6		7		8		7		6			
				8		9		7		5		9		7		6			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			
				9		9		7		7		7		6		9			

B = 3  
S = 2  
I = 1

ST. VINCENTI\_25/02/2018

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 BALLETTO		VERTICALE AVV 360°		TAVOLA VERTICALE	eseguire la transizione in un tempo	MARSUINO +1 PIROETTA	eseguire la transizione in un tempo	DALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBA FLESSA ALLA VERTICALE				
SISPORT SPA	Atleta	2001	1	In posizione di cavaliere mantenere disteso il ginocchio della gamba // alla superficie	4	Tempo di esecuzione lento (come gli obbligatori)	7	Orecchie nell'acqua	10	Mostrare massimo controllo nella posizione v	15	Sollevare le gambe in modo efficace	19	Sollevare le gambe in modo efficace	22	Talloni in superficie nella posizione carpiata	IDONEITA' 144/215	
			2	Mantenere l'arco nella zona lombare	5	Mantenere l'asse durante la rotazione	8	Viso in superficie	11	Mantenere l'altezza minima al ginocchio per 10"	16	Mantenere i talloni immersi, nella posizione di tavola	20	Eseguire l'alzata in un tempo con il costume fuori	23	Mantenere il più possibile l'angolo di 90° durante l'alzata		
			3	Nella posizione di coda di pesce, mantenere la linea tra gamba verticale, le anche, il busto e la testa	6	Mantenere la linea tra testa anche e talloni.	9	Gambe perpendicolari alla superficie	12	Linea tra testa anche e talloni.	17	Eseguire l'alzata in un tempo	21	Mantenere la linea durante la piroetta	24	Linea della verticale		
			<b>SUBTOTALE</b>		25		72	<b>SUBTOTALE</b>	106	<b>SUBTOTALE</b>	140	<b>SUBTOTALE</b>	158	<b>SUBTOTALE</b>	180	<b>SUBTOTALE</b>		
			TOT		180		Idoneità		SI									

B = 3  
S = 2  
I = 1

LEINI, 14/01/2018  
LUGGODATA

IL GIUDICE