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	
CENTRO NUOTO TORINO		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 essereper pendicolare alla superficie dell'acqua	Mantenere l' allineamenTo verticale di: orecchie,sp alle, anche, e gamba flessa.	***SUBTOTALE***	**IDONEITA' 102/153**	
Atleta	Anno	1	2		3	4	5		6	7	8		9	10	11		12	13	14		15	16	17		TOT	Idoneità
PRONIPOTE CECILIA	2010	6	5	11	8	9	9	37	7	6	7	57	6	6	6	75	8	9	9	101	5	6	6	118	118	SI
CASETTA BEATRICE	2010	6	6	12	8	9	9	38	7	5	6	56	7	6	8	77	7	9	7	100	8	9	7	124	124	SI
MANCA ANNA	2010	6	6	12	6	8	6	32	8	5	5	50	8	5	7	70	6	7	5	88	5	5	4	102	102	SI
ONORATO GIORGIA	2010	7	6	13	6	6	6	31	7	7	6	51	5	5	4	65	8	9	9	91	3	6	7	107	107	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			

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	
CSR GRANDA		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 essereper pendicolare alla superficie dell'acqua	Mantenere l' allineamenTo verticale di: orecchie,sp alle, anche, e gamba flessa.	***SUBTOTALE***	**IDONEITA' 102/153**	
Atleta	Anno	1	2		3	4	5		6	7	8		9	10	11		12	13	14		15	16	17		TOT	Idoneità
COCCIOLO ANNA KAROLA	2009	6	7	13	8	7	7	35	6	7	7	55	3	3	4	65	6	7	7	85	7	6	8	106	106	SI
MARGOTTI MATILDE	2009	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			
		0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0		0	0	0			

STELLA 4		ELEMENTO 1			ELEMENTO 2				ELEMENTO 3				ELEMENTO 4				ELEMENTO 5				ELEMENTO 6				STELLA 4	
		SVINCOLO DI ARIANA			VGP H DI GALLEGGIAMENTO				DA ARCO IN SUPERFICIE A POS. SUPINA				DA CARPIATA AVANTI A DOPPIA G. DI BALLETTO IN IMMERSIONE				VERTICALE H DI GALLEGGIAMENTO				DALLA POSIZIONE SUPINA ALLA POSIZIONE DI ARCO IN SUPERFICIE GAMBA FLESSA					
					senza remata mantenere la posizone																					
SISPORT		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 essereper pendicolare alla superficie dell'acqua	Mantenere l' allineamenTo verticale di: orecchie,sp alle, anche, e gamba flessa.	***SUBTOTALE***	**IDONEITA' 102/153**	
Atleta	Anno	1	2		3	4	5		6	7	8		9	10	11		12	13	14		15	16	17		TOT	Idoneità
RIZZO MARIKA	2008	8	8	16	8	8	8	40	6	6	4	56	6	5	6	73	6	7	7	93	6	6	5	110	110	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			