



SETTORE ATTIVITÀ NATATORIE
Sezione Nuoto Sincronizzato



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

CAMPIONATO REGIONALE

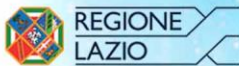
Serie A1

TERZA PROVA

Master

SECONDA PROVA

Nuoto Sincronizzato



Iscritta nel Registro delle
Associazioni di Promozione Sociale
n. 713 - Det. N. D4535 del 14/12/2006

Federazione di categoria:



Membership:



Prefettura di Roma - Ufficio Territoriale del Governo
Iscritta nel Registro delle Persone Giuridiche ai sensi del D.P.R.
10 febbraio 2000, n.361. Numero di iscrizione 1139/2016



Confisport Italia
Forum Europeo delle Associazioni Sportive, Culturali e del Tempo Libero
Comitato Regionale Lazio

7-8 APRILE 2018

CENTRO FEDERALE - Loc. Casaleno - FROSINONE



SaverOne



www.ituoiifotografi.it



di Elena Neri S.p.A.



di Coliaco Grazziella





Forum Europeo delle Associazioni Sportive, Culturali e del Tempo Libero

ORGANIZZA

**SEZIONE NUOTO SINCRONIZZATO
CAMPIONATO REGIONALE SERIE A1 e MASTER - III Prova e II Prova
“L'altra piscina ... in acqua a tutte le età”**

**A1: Categorie Giovanissime, Es. B – Es. A – Ragazze – Junior – Assoluta
MASTER: Categorie M 20-34 - M 35-49 - M over 50**

07 - 08 aprile 2018 - “Centro Federale di Frosinone” – Località Casaleno – Frosinone(FR)

REGOLAMENTO GENERALE

Possono partecipare al Campionato Regionale di Nuoto Sincronizzato Serie A1 e Master indetto dalla Sezione Nuoto Sincronizzato dell'ASI, tutte le Scuole, Associazioni e Società Sportive regolarmente affiliate all'ASI e Associate alla Confsport Italia per la stagione sportiva in corso. Le atlete partecipanti alla manifestazione devono essere tesserate all'ASI/Confsport Italia presso una associazione o società sportiva affiliata all'ASI o associata alla Confsport Italia per l'anno sportivo 2017-2018. Ai fini del possesso del requisito di tesseramento farà fede la documentazione di adesione e tesseramento che la società sportiva dovrà presentare alla Confsport Italia attraverso il portale: <http://confsportitalia.isprint.it/portale>.

Come previsto dal Regolamento Sezione Nuoto Sincronizzato dell'ASI, ogni atleta, durante le Manifestazioni, dovrà essere munito di tesserino ASI/Confsport Italia completo di foto-tessera, da sottoporre ai giudici presenti in gara. La foto-tessera dovrà essere apposta, a cura della società, sull'apposito riquadro. Tra la foto e la tessera dovrà essere apposto il timbro della società.

Atlete non in regola con il tesseramento saranno tassativamente escluse dalla manifestazione.

Le varie fasi delle manifestazioni verranno giudicate da giudici dell'ASI/Confsport Italia e/o della F.I.N. **Le decisioni ed i provvedimenti adottati dalla Commissione Nazionale Gare o in fase locale Comitato Organizzatore Confsport Italia, in merito all'andamento della gara o al risultato finale della gara stessa (punteggi, designazione giudici, ecc.) sono inappellabili, per cui non si accettano ricorsi di alcun genere, salvo quanto previsto dal Regolamento di Giustizia dell'ASI/Confsport Italia.**

Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di tecnici, dirigenti, atleti e Società che dovessero avere un comportamento poco consono all'etica sportiva così come previsto dal Regolamento di Giustizia dell'ASI/Confsport Italia. L'ASI e la Confsport Italia declinano qualsiasi responsabilità per incidenti e danni che possono verificarsi prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione, salvo quanto previsto dalla polizza A.S.I./UnipolSai Assicurazioni. I Presidenti di ogni Società iscritta alla gara in oggetto, dichiarano sotto la propria responsabilità che tutti i propri tesserati iscritti sono in possesso della certificazione medica per l'attività sportiva praticata, come previsto dalla Normativa Generale 2017-2018 (a tal proposito si rimanda alla sezione Tutela Sanitaria - Assicurazione), dichiarano inoltre che, tutti gli atleti, tecnici e dirigenti tesserati partecipano all'attività sportiva e alle manifestazioni organizzate dall'ASI/Confsport Italia in forma spontanea e senza alcun vincolo ed obbligo di partecipazione in quanto organizzate in forma dilettantistica e di svago. Dichiarano, altresì, che tutti i tesserati sono a conoscenza dello statuto, dei regolamenti, della normativa C.O.N.I., della polizza assicurativa e di tutte le normative attualmente vigenti, e si impegnano a non richiedere il risarcimento dei danni all'ASI e alla Confsport Italia per infortuni non rimborsati alla Compagnia Assicuratrice. I Presidenti delle Società partecipanti dichiarano, inoltre, che tutti gli associati hanno aderito a quanto previsto dalla nota informativa relativa al trattamento dei dati personali predisposta ai sensi dell'art.13 del D.lgs 196/2003 letta da ogni interessato, che ha espresso il proprio parere, al fine di autorizzare la Confsport Italia ad utilizzare e gestire, per i suoi fini istituzionali, i nominativi dei propri tesserati.

REGOLAMENTO GENERALE NUOTO SINCRONIZZATO

- Un'atleta non può partecipare alla stessa tipologia di esercizio nella stessa categoria.
- Un'atleta che partecipa in una tipologia di esercizio (es. singolo) in una categoria di A1 non può partecipare nella stessa tipologia di esercizio e nella stessa categoria in A2.
Nei Campionati regionali l'atleta non può gareggiare nella stessa tipologia di esercizio e nella stessa categoria di A2 in nessun'altra delle gare regionali.
- La segreteria si riserva il diritto di chiudere le iscrizioni prima della data stabilita, nel caso in cui il numero delle atlete superasse la capacità di accoglienza dell'impianto. In questo caso verrà data la precedenza in base alla data di invio delle iscrizioni.
- Eventuali assenze rispetto alle iscrizioni dovranno essere comunicate al massimo entro 30 minuti prima dell'inizio della gara. Non sono ammesse variazioni nel tipo di esercizio, per esempio da trio a duo.
- Le Società potranno iscrivere:
 - 1 RISERVA per ogni doppio;
 - 2 RISERVA per ogni trio;
 - 4 RISERVE per ogni squadra;
 - 4 RISERVE per ogni combinato.
- Gli esercizi verranno valutati da 5 giudici (tale incarico potrà essere ricoperto anche da allenatori o dirigenti) i quali assegneranno un punteggio per il merito tecnico ed uno per l'impressione generale.
- Per gli esercizi non è fatto alcun obbligo di trucchi, acconciature complesse e costumi elaborati. I costumi non dovranno essere trasparenti o avere maniche o gonnellini. Non è consentito l'uso di accessori e/o oggetti, occhialini ed ulteriori indumenti, tranne che per motivi medici.
- Ogni Società dovrà consegnare presso la postazione microfonica, al massimo entro 30 minuti prima dell'inizio della gara, i CD con il brano musicale degli esercizi. Ogni cd **Audio (NO MP3)** dovrà contenere una sola traccia e dovrà riportare chiaramente il nome della Società, la tipologia dell'esercizio, la categoria e i nominativi delle atlete. Non verranno accettati i cd che non rispettino tale regola o registrati su supporto riscrivibile (RW).
- Nel caso in cui una o più atlete si fermino durante l'esecuzione dell'esercizio, esso sarà comunque giudicato tenendo conto della parte mancante.
- Ogni società non può portare lo stesso brano musicale più di due volte per manifestazione pena 2 punti di penalità.
- Per quanto non specificato si rimanda al regolamento F.I.N.

Ogni atleta, durante le Manifestazioni dovrà essere munito di tesserino ASI/Confsport Italia, completo di foto-tessera, da sottoporre ai giudici presenti in gara.

PENALITÀ

Dal punteggio totale verranno detratti:

- 1 punto per ogni elemento obbligato omissso; 0,50 per elemento obbligato parzialmente omissso.
- 2 punti nel caso in cui una o più concorrenti durante l'esercizio faccia deliberatamente uso del fondo vasca.
- 2 punti nel caso in cui si effettuino sul bordo vasca torri o piramidi. Una parte del corpo di ciascuna atleta deve essere a contatto con il terreno.
- 1 punto nel caso in cui il tempo totale dell'esercizio sia inferiore o superiore ai tempi stabiliti o non si rispetti il limite di 10" previsti per l'entrata in acqua.
- L'esercizio di squadra deve essere composto da un minimo di 4 ad un massimo di 8 atlete, verrà assegnato - 0,50 di penalità per ogni atleta in meno.
- Per l'esercizio Libero Combinato non sono previste penalità per le atlete in gara anche se in numero inferiore a 10.
- 2 punti per ogni elemento coreografico aggiuntivo rispetto a quelli concessi da regolamento (spinte, agganci, movimenti a specchio, successioni od atlete che effettuino movimenti differenti nel programma tecnico).

ACCESSO ALLA FINALE REGIONALE

Nelle fasi di qualificazione verrà attribuito un punteggio per ogni esercizio in base alla classifica. La somma dei punteggi accumulati nelle tre prove determinerà l'accesso alla Finale. I primi 10 esercizi di ogni specialità per ogni categoria accederanno alla Finale Regionale.

Nella gara a squadre e libero combinato, la migliore di ogni società non rappresentata potrà partecipare alla Finale Regionale.

TABELLA PUNTI

1^ class. =	100 punti	7^ class. =	60 punti	13^ class. =	30 punti
2^ class. =	90 punti	8^ class. =	55 punti	14^ class. =	25 punti
3^ class. =	80 punti	9^ class. =	50 punti	15^ class. =	20 punti
4^ class. =	75 punti	10^ class. =	45 punti	16^ class. =	15 punti
5^ class. =	70 punti	11^ class. =	40 punti	17^ class. =	10 punti
6^ class. =	65 punti	12^ class. =	35 punti	18^ class. =	05 punti
				A tutte le altre =	01 punto

CAMPIONATO SERIE A1

Il Campionato A1 è riservato a tutte le atlete tesserate all'ASI e alla F.I.N. – Settore Propaganda.

CATEGORIE:

- GIOVANISSIME:** nate 2009 e successive
- ESORDIENTI B:** nate 2008
- ESORDIENTI A:** nate 2007-2006
- RAGAZZE:** nate 2005-2004-2003
- JUNIOR:** nate 2002-2001-2000
- ASSOLUTA:** nate 2005-1998

Ogni Società potrà iscrivere 2 Singolo, 2 Doppi, 2 Trio, 2 Squadre e 2 Combinati per le categorie Giovanissime, Esordienti B, Esordienti A e Ragazze.

Ogni Società potrà iscrivere 2 Singoli, 2 Doppi, 2 Trio, 2 Squadre e 2 Combinati per le categorie Junior e Assoluta.

Ogni Società può usufruire di un "BONUS". In ogni Manifestazione può portare un esercizio in più rispetto ai sopra elencati.

È consentito il passaggio alla categoria direttamente superiore di un numero **non superiore a 4 atlete**. **Il passaggio non è ammesso per l'esercizio di SOLO. Nell'esercizio di Duo e Trio almeno un'atleta deve appartenere alla categoria in cui gareggia.**

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 esercizi per categoria.

ESERCIZI IN PROGRAMMA

Campionati Regionali

Categorie: Giovanissime, Es. B, Es. A, Ragazze

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio, Squadra

Programma Libero: Combinato

Categoria: Junior e Assoluta

Programma Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra, Combinato

REGOLAMENTO TECNICO

- Il programma tecnico di qualsiasi categoria e specialità deve contenere gli elementi obbligati specificati in questo regolamento.
- L'ordine di esecuzione degli elementi obbligati è libero.
- Nei programmi tecnici tutte le atlete dovranno eseguire elementi identici, contemporaneamente e nella stessa direzione ad eccezione dell'entrata, della spinta e dell'aggancio. È permessa la formazione a cerchio per una volta senza che questa sia penalizzata.
- Tutti gli esercizi comprendono max 10'' sul bordo.
- Per tutti gli esercizi è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale.
- L'esercizio Libero Combinato per tutte le categorie è composto da un minimo di 6 ad un max di 10 atlete. Non sono previsti elementi obbligati, l'esercizio deve prevedere almeno 2 parti tra Solo, Duo, Trio e almeno 2 parti di squadra composta da un minimo di 4 a un massimo di 10 atlete. I cambi delle parti devono essere ben riconosciuti e la nuova parte deve iniziare dove finisce la precedente.

- Quando più di una sequenza viene eseguita, queste devono essere consecutive e non separate da altri elementi obbligati o liberi.

CATEGORIA GIOVANISSIME

DURATA:	Solo	1'20"
	Duo	1'20"
	Trio	1'20"
	Squadra	1'30"
	Combinato	2'00"

ELEMENTI OBBLIGATI:

Gambe Rana Verticale con almeno 1 movimento di un braccio.
 Gambe Stile Laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Scivolamento indietro in posizione supina.
 Gamba di balletto (figura 101).
 Capovolta raggruppata indietro (figura 310).
 E' consentita una sequenza.
 Nel libero combinato si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA ESORDIENTI B

DURATA:	Solo	1'20"
	Duo	1'30"
	Trio	1'30"
	Squadra	1'40"
	Combinato	2'00"

ELEMENTI OBBLIGATI:

Gambe Rana Verticale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Gambe Stile Laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Scivolamento indietro in posizione supina.
 Gamba di balletto alternata (fig. 102).
 Mezza passeggiata avanti.
 Scambi in posizione di cannoncino.
 E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza.
 Nel libero combinato si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA ESORDIENTI A

DURATA:	Solo	1'20"
	Duo	1'30"
	Trio	1'30"
	Squadra	1'40"
	Combinato	2'30"

ELEMENTI OBBLIGATI:

Gambe Rana Verticale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Gambe Stile Laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Gamba di balletto alternata (figura 102).
 Kipnus fino a verticale gamba flessa (la discesa è libera).
 Passeggiata avanti (figura 360).
 E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza.
 Nel libero combinato si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA RAGAZZE

DURATA:	Solo	1'30"
	Duo	1'40"

Trio	1'40''
Squadra	1'50''
Combinato	3'00''

ELEMENTI OBBLIGATI: Gambe Rana Verticale con almeno 1 movimento a due braccia.
 Boost (uscita rapida con braccia alte).
 3 posizioni di gamba di balletto (da scegliere tra gamba di balletto dx, sn, doppia, fenicottero dx, sn).
 Passo d'uscita avanti dalla posizione di spaccata.
 Marsuino fino alla posizione di verticale (figura 355).
 E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza.
 Nel libero combinato si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA JUNIOR

DURATA:	Solo	1'30''
	Duo	1'50''
	Trio	1'50''
	Squadra	2'20''
	Combinato	3'00''

ELEMENTI OBBLIGATI: Programma Libero massimo 3 spinte ad eccezione del Programma Libero Combinato senza limite di spinte e agganci.

CATEGORIA ASSOLUTA

DURATA:	Solo	1'30''
	Duo	1'50''
	Trio	1'50''
	Squadra	2'20''
	Combinato	3'00''

LIMITAZIONI: Nel Programma Libero della squadra massimo 3 spinte.
 Nel Programma Libero Combinato non c'è limite di spinte e agganci.

CAMPIONATO MASTER

Il Campionato Master è riservato a tutte le atlete tesserate alla Confsport Italia e al settore Master della F.I.N..

<u>CATEGORIE</u>	M 20-34 anni, M 35-49 anni, M over 50.
-------------------------	--

ESERCIZI IN PROGRAMMA

1^ qualificazione Regionale

Categorie: Master

Programmi Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra e Combinato

DURATA:	Solo	Non è previsto il tempo minimo. Il tempo max è di 2'30"
	Duo	Non è previsto il tempo minimo. Il tempo max è di 3'00"
	Trio	Non è previsto il tempo minimo. Il tempo max è di 3'00"
	Squadra	Non è previsto il tempo minimo. Il tempo max è di 4'00"
	Combinato	Non è previsto il tempo minimo. Il tempo max è di 4'00"

REGOLAMENTO TECNICO

- Il programma tecnico deve contenere gli elementi obbligati specificati nel regolamento F.I.N.
- Nei programmi tecnici tutte le atlete dovranno eseguire elementi identici, contemporaneamente e nella stessa direzione ad eccezione dell'entrata, delle spinte, degli agganci e della formazione di cerchio. È permessa la formazione a cerchio senza che questa sia penalizzata.
- Tutti gli esercizi comprendono max 10" sul bordo.
- Per tutti gli esercizi è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale.

Ogni Società potrà iscrivere per ciascuna categoria: 3 singoli, 3 doppi, 3 trii, 2 squadre e 2 combinati.

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 esercizi per categoria.

CLASSIFICHE

Le classifiche verranno redatte per categorie in base al punteggio tecnico ottenuto.

ISCRIZIONI – NUOVA PROCEDURA

Le iscrizioni dovranno pervenire alla Confsport Italia **esclusivamente tramite e-mail:** info@confsportitalia.it **entro e non oltre il 23-03-2018** ed **obbligatoriamente** sull'apposito modulo di iscrizione disponibile sul sito www.confsportlazio.it **contestualmente alla copia del versamento della quota di iscrizione. Le iscrizioni prive del versamento non verranno inserite. Non verranno accettate iscrizioni sul campo gara.** Tutti i dati trascritti sul foglio riepilogativo dovranno obbligatoriamente essere in carattere **MAIUSCOLO**.

Le quote di iscrizione sono le seguenti:

Iscrizione a tutti i campionati e le manifestazioni	€ 20,00
Quota individuale per ogni atleta iscritta	€ 2.00
Quota per ogni "Solo" iscritto	€ 4.50
Quota per ogni "Duo" iscritto	€ 7.00
Quota per ogni "Trio" iscritto	€ 9,00
Quota per ogni "Squadra/Combinato" iscritto	€ 14.00

L'importo totale dovrà essere versato al Comitato Organizzatore tramite:

- in contanti;
- tramite bonifico bancario intestato alla Confsport Italia A.S.D.R Comitato Regionale Lazio – codice IBAN: IT09K0503403298000 000 00 6506.

Le iscrizioni saranno ritenute valide quando il Comitato Organizzatore avrà ricevuto:

- il modulo previsto debitamente compilato all'e-mail: info@confsportitalia.it;
- copia del pagamento effettuato.

Non è assolutamente possibile versare la quota d'iscrizione sul campo gara.

In ogni caso **non sarà restituita la quota** di partecipazione delle atlete iscritte che non risulteranno presenti alla manifestazione.

In caso di ritardata iscrizione alle gare la sanzione per ogni società sarà di **€ 30.00**.

Si ribadisce che **le atlete non in regola con il tesseramento e con le modalità d'iscrizione saranno tassativamente escluse dalla manifestazione.**

E' possibile il ritiro o l'aggiunta di una o più atlete **SOLO entro il lunedì** antecedente la gara. In caso di ritiro di una o più atlete (entro il lunedì mattina prima della gara), le quote di partecipazione alla gara già versate verranno scalate alla gara successiva; in caso di aggiunta di una o più atlete alla modifica dell'iscrizione dovrà essere allegato il bollettino postale o bonifico bancario attestante il pagamento delle quote di partecipazione alla gara.

Il Comitato Organizzatore Confsport Italia si riserva il diritto di **modificare il programma** gare in relazione al **numero dei partecipanti** e alle esigenze organizzative e di chiudere le **iscrizioni** in qualsiasi momento al raggiungimento del numero massimo consentito.

PREMIAZIONI

Verrà assegnata una medaglia ai primi tre esercizi classificati di ogni categoria.

Per quanto non previsto dal presente regolamento restano in vigore le **norme F.I.N.**

Per ulteriori informazioni contattare la Segreteria della Confsport Italia

Tel. 06.55282936 – 06.5506622 – Fax 06.94809036

Mail: settori@confsportitalia.it - info@confsportitalia.it - Web: www.confsportitalia.it - www.confsportlazio.it