



**ConfSPORT Italia**

Forum Europeo delle Associazioni Sportive, Culturali e del Tempo Libero

Settore Attività Natatorie

# Sezione Nuoto Sincronizzato

ANNO SPORTIVO 2014 - 2015

## CAMPIONATI DI NUOTO SINCRO



CAMPIONATI DI NUOTO SINCRO

In convenzione con:



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONOSCIUTO  
DAL CONI

**ConfSPORT Italia A.S.D.**

SEDE NAZIONALE: Via dell'Imbrecciato, 181 - 00149 Roma  
Tel: +39 06 55282936 - +39 06 5506622 - Fax: +39 06 5502800  
[www.confsportitalia.it](http://www.confsportitalia.it) - [info@confsportitalia.it](mailto:info@confsportitalia.it)



Taffera Premiazioni Sportive  
di Patrizio Taffera  
Coppe - Trofei - Targhe - Medaglie  
Gagliardetti - Articoli Promozionali  
Ricami - Serigrafia e non solo ....

iTuoifotografi  
[www.ituoifotografi.it](http://www.ituoifotografi.it)



## REGOLAMENTO

1. Possono partecipare ai campionati ed alle manifestazioni indette dal Settore Attività Natatorie della Confsport Italia A.S.D., tutte le scuole, associazioni e società sportive regolarmente affiliate per la stagione sportiva in corso.
2. Tutti gli organismi che vogliono affidarsi alla Confsport Italia A.S.D. dovranno presentare, alla Segreteria Generale della Confsport Italia A.S.D. o ad un Comitato Periferico competente per territorio, domanda di affiliazione redatta sugli appositi moduli, o attraverso il sistema di affiliazione on-line presente sul sito [www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it) (l'attivazione della procedura on-line verrà comunicata attraverso pubblicazione sul sito internet [www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it) e tramite e-mail), allegando i seguenti documenti:
  - a - **Atto Costitutivo e Statuto**, redatti nella forma dell'atto pubblico o della scrittura privata autenticata o registrata (a seconda della forma civilistica prescelta), conforme alle prescrizioni contenute nella Legge n. 289 del 27/12/2002, modificata con Legge 128 del 21/05/2004 e alle disposizioni contenute nella presente Circolare se non indicato nell'Atto Costitutivo;
  - b - **Verbale dell'Assemblea dei Soci** da cui risulti l'elezione del Consiglio Direttivo indicato nel modulo di affiliazione, se non indicati o non più coincidenti con quelli riportati nell'Atto Costitutivo, con l'indicazione delle cariche societarie;
  - c - **Modulo "Informativa ex art. 13 D.lgs 196/2003"** (legge sulla privacy) corredato dal "Consenso al trattamento dei dati", sulla base del fac-simile della Confsport Italia A.S.D.;
  - d - **Ricevuta di versamento della tassa di affiliazione** tramite c/c postale o bonifico bancario o postale intestato alla Confsport Italia A.S.D.;
  - e - **Fotocopia del documento di identità** del Legale rappresentante;
  - f - **Copia del Certificato di Iscrizione al Registro C.O.N.I.** relativo all'anno precedente (esclusivamente per le **Riaffiliazioni** delle Associazioni e Società Sportive Dilettantistiche aventi lo Statuto conforme in base ai requisiti richiesti dal C.O.N.I.).
3. La documentazione di cui ai punti a) - b) - c) e e) dell'art. 2 dovrà essere presentata ogni qualvolta intervengano variazioni nello Statuto e/o negli organi rappresentativi dell'Associazione già affiliata.
4. Tutte le domande di affiliazione dovranno essere presentate nei tempi e con le modalità di pagamento indicate dalle circolari di indizione dell'attività annuale e dai regolamenti della Confsport Italia A.S.D..
5. La quota di affiliazione dovrà essere versata contestualmente alla consegna della relativa domanda.
6. Le società sono tenute ad inserire nel modulo di affiliazione, i nominativi del Presidente (legale rappresentante) e di almeno due Dirigenti con funzioni rappresentative (le cui quote di tesseramento sono comprese nell'affiliazione).
7. Gli atleti che partecipano alle manifestazioni, devono essere tesserati alla Confsport Italia A.S.D. presso una associazione o società sportiva affiata alla Confsport Italia A.S.D. per l'anno sportivo 2014-2015. Ai fini del possesso del requisito di tesseramento farà fede la documentazione di affiliazione e tesseramento della società sportiva che dovrà essere presentata al Comitato Organizzatore.
8. Atleti non in regola con il tesseramento saranno tassativamente esclusi dalle manifestazioni. **È obbligatorio presentare il tesserino di riconoscimento completo di foto-tessera emesso dalla Confsport Italia A.S.D..**
9. 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. La foto potrà essere applicata dalla Confsport Italia A.S.D., con relativa plastificazione al costo di € 0,50 a tessera.
10. È fatto obbligo il tesseramento per gli Istruttori e i Dirigenti che accompagnano gli atleti partecipanti alle manifestazioni.
11. Le società sono tenute ad iscrivere le proprie atlete **entro la scadenza prevista per la manifestazione e, laddove non fosse specificato, entro e non oltre 15 giorni prima della gara**, di persona, per fax o per e-mail alla segreteria del Settore-Sezione (in ogni caso la società è tenuta a verificare previa telefonata l'effettivo arrivo dell'iscrizione in segreteria).
12. Ai moduli di iscrizione alle gare, scaricabili dal sito [www.confspportitalia.it](http://www.confspportitalia.it), dovranno essere allegate le fotocopie del bollettino postale o del bonifico bancario attestante l'avvenuto pagamento delle quote di gara, altrimenti l'iscrizione sarà considerata nulla.
13. È possibile il ritiro o l'aggiunta di una o più atlete **SOLO** entro 10 giorni prima della gara. In caso di ritiro di una o più atlete (entro i 10 giorni 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.
14. **In caso di ritardo nell'iscrizione la sanzione per ogni società sarà di € 30.00. In ogni caso non sarà restituita la quota di partecipazione degli atleti iscritti che non saranno presenti alla manifestazione. Qualora una Società consegnasse le iscrizioni successivamente alla scadenza prevista, il Comitato Organizzatore si riserva la facoltà di inserirle o meno, valutando le necessità organizzative di ogni singola gara.**
15. Le varie fasi delle manifestazioni verranno giudicate da giudici della Confsport Italia A.S.D. e/o della F.I.N. e/o della F.I.Cr.
16. Le decisioni ed i provvedimenti adottati dal Comitato Organizzatore Confsport Italia A.S.D. 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 della Confsport Italia A.S.D..
17. 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 della Confsport Italia A.S.D..
18. Per quanto non contemplato nel presente Regolamento si faccia riferimento alla Normativa Generale stagione sportiva 2014-2015 della Confsport Italia A.S.D., al Regolamento di Giustizia della Confsport Italia A.S.D. e alle normative F.I.N.

19. La Confsport Italia A.S.D. declina qualsiasi responsabilità per incidenti e danni che possono verificarsi prima, durante e dopo lo svolgimento delle manifestazioni, salvo quanto previsto dalla polizza A.S.I./AIG Europe Limited - Rappresentanza Generale per l'Italia.
20. Il Presidente della Società, con l'adesione alla Confsport Italia A.S.D., dichiara sotto la propria responsabilità che tutti i tesserati con la propria Società sono in possesso della certificazione medica per l'attività sportiva praticata, come previsto dalla Normativa Generale 2014-2015 (a tal proposito si rimanda alla sezione *Tutela Sanitaria - Assicurazione*) dichiara inoltre, che tutti gli atleti, tecnici e dirigenti tesserati partecipano all'attività sportiva e alle manifestazioni organizzate dalla Confsport Italia A.S.D. in forma spontanea e senza alcun vincolo ed obbligo di partecipazione in quanto organizzate in forma dilettantistica e di svago. Dichiara, altresì, che tutti i tesserati sono a conoscenza dello statuto, dei regolamenti, della normativa Coni, della polizza assicurativa e di tutte le normative attualmente vigenti, e si impegnano a non richiedere il risarcimento dei danni alla Confsport Italia A.S.D. per infortuni non rimborsati dalla Compagnia Assicuratrice.
21. Il Presidente della Società dichiara, 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 A.S.D. ad utilizzare e gestire, per i suoi fini istituzionali, i nominativi dei propri tesserati.

<b>QUOTE ANNO SPORTIVO 2014-2015</b>	
Affiliazione Confsport Italia (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti)	€ 100,00
Riaffiliazione Confsport Italia (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti)	€ 100,00
Tesseramento Dirigenti	€ 18,00
Tesseramento Tecnici	€ 18,00
Tesseramento Giudici	€ 18,00
Tesseramento atleti con assicurazione - Polizza A	€ 6,00
Tesseramento atleti con assicurazione procedura on-line - Polizza A	€ 4,50
Tesseramento atleti con assicurazione - Polizza B	€ 8,00
Tesseramento atleti con assicurazione procedura on-line - Polizza B	€ 6,50
Tesseramento atleti senza assicurazione	€ 4,00
Tesseramento atleti senza assicurazione procedura on-line	€ 3,00
Duplicato tessera	€ 3,00
Plastificazione tessera	€ 0,50
Prepagata ricaricabile MasterCard CONFSPORTCARD per Presidenti, Dirigenti, Tecnici ed Ufficiali di gara	GRATUITA
Prepagata ricaricabile MasterCard CONFSPORTCARD per tutti gli altri associati	€ 7,00
<b><u>Sezione Nuoto Sincronizzato</u></b>	
Iscrizione a tutti i campionati e le manifestazioni	€ 20,00
Quota individuale per ogni atleta iscritta	€ 2,00
Quota per ogni "Solo" iscritto	€ 4,00
Quota per ogni "Duo" iscritto	€ 7,00
Quota per ogni "Trio" iscritto	€ 9,00
Quota per ogni "Squadra/Combinato" iscritto	€ 14,00
Ritardata iscrizione atlete	€ 30,00

**NOTA:** In base all'art. 1 (l'affiliazione delle Società e il tesseramento delle persone) e all'art. 3 (Partecipazione alle gare) della convenzione tra la Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.) e Associazioni Sportive Sociali Italiane (A.S.I.), gli atleti tesserati all'A.S.I. possono prendere parte a tutte le manifestazioni di propaganda indette dalla F.I.N. a carattere regionale (vedi regolamento propaganda "nuoto per tutti") purché in regola con il tesseramento, le norme per la tutela sanitaria e la copertura assicurativa. Pertanto, avendo la Confsport Italia stipulato un accordo di collaborazione con l'A.S.I., le Società che volessero far partecipare i propri atleti anche a gare e manifestazioni di propaganda indette dalla F.I.N., potranno farlo con la tessera CONFSPORT ITALIA/A.S.I.. A pari condizioni, i tesserati a Società affiliate alla F.I.N. in regola con il tesseramento, le norme per la tutela sanitaria e la copertura assicurativa, possono partecipare a tutte le manifestazioni organizzate dalla Confsport Italia A.S.D. a carattere regionale, secondo quanto specificato nei regolamenti specifici di ogni sezione. I tesserati alla F.I.N. per il settore Propaganda che prenderanno parte a gare organizzate dalla Confsport Italia A.S.D. dovranno, in ogni caso, compilare il modulo di tesseramento alla Confsport Italia A.S.D..

Il versamento delle quote potrà avvenire nel modo seguente:

- a) in contanti o tramite assegno intestato alla CONFSPORT ITALIA;
- b) tramite c.c.p. n. 54776000 intestato alla CONFSPORT ITALIA - Via dell'Imbrecciato, 181- Roma;
- c) tramite bonifico bancario intestato alla CONFSPORT ITALIA - IBAN IT40J055840321400000001689
- d) tramite bonifico postale intestato alla CONFSPORT ITALIA - IBAN IT3000760103200000054776000

**SETTORE DELLE ATTIVITÀ NATATORIE**  
**SEZIONE NUOTO SINCRONIZZATO**

Campionato Nazionale A1  
Campionato Nazionale A2  
Campionato Nazionale Master  
Campionato Nazionale Gold  
Gran Galà

**REGOLAMENTO GENERALE**

- Un'atleta non può partecipare alla stessa tipologia di esercizio nella stessa categoria.
- Un'atleta che partecipa in una categoria in A1 non può partecipare nella stessa categoria in A2.
- 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 singolo
  - 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 3 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 Confsport Italia completo di foto-tesserina, o di tesserino F.I.N. Settore Propaganda, da sottoporre ai giudici presenti in gara.**



## ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno pervenire alla Confsport Italia A.S.D. - Via dell'Imbrecciato, 181 - 00149 Roma – Tel. 06.55282936 - Fax 06.5502800 – e-mail: [settori@confsportitalia.it](mailto:settori@confsportitalia.it) entro la scadenza prevista per la manifestazione e, laddove non fosse specificato, entro e non oltre 15 giorni prima della gara e obbligatoriamente sull'apposito foglio riepilogativo scaricabile gratuitamente dal sito [www.confsportitalia.it](http://www.confsportitalia.it) inviato per posta elettronica 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.

## CLASSIFICHE

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

## 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	6^ class. = 75 punti	11^ class. = 50 punti
2^ class. = 95 punti	7^ class. = 70 punti	12^ class. = 48 punti
3^ class. = 90 punti	8^ class. = 65 punti	13^ class. = 46 punti
4^ class. = 85 punti	9^ class. = 60 punti	14^ class. = 44 punti
5^ class. = 80 punti	10^ class. = 55 punti	e così via

## PREMIAZIONI

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

Per i Campionati A1 e A2, nella Finale Regionale e nei Campionati Nazionali, verrà assegnata una coppa alle prime tre Società classificate: la classifica per società sarà basata sui punteggi attribuiti alle prime 10 atlete o squadre classificate per ogni categoria, **partendo da 11 punti per la prima classificata, 9 per la seconda classificata, 8 per la terza e così via fino alla decima classificata.**

Nelle Categorie Esordienti B e Giovanissime, le atlete saranno premiate secondo un criterio di **FASCE DI MERITO:**

**dalla 1° alla 3° atleta/duo/trio/squadra**

**dalla 4° alla 6° atleta/duo/trio/squadra**

**dalla 7° alla 9° atleta/duo/trio/squadra**

**FASCIA D'ORO**

**FASCIA D'ARGENTO**

**FASCIA DI BRONZO**

## PENALITÀ

Dal punteggio totale verranno detratti:

- 1 punto per ogni elemento obbligato omesso; 0,50 per elemento obbligato parzialmente omesso
- 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

# CAMPIONATO A1

Il Campionato A1 è riservato a tutte le atlete tesserate alla Confsport Italia A.S.D. e alla F.I.N. – Settore Propaganda.

**CATEGORIE:**

- GIOVANISSIME:** nate 2006 e successive
- ESORDIENTI B:** nate 2005
- ESORDIENTI A:** nate 2004-2003
- RAGAZZE:** nate 2002-2001-2000
- JUNIOR:** nate 1999-1998-1997
- ASSOLUTA:** nate 2002-1995

Ogni Società potrà iscrivere 1 singolo, 2 doppi, 1 trio, 2 squadre e 2 combinati per le categorie Giovanissime, Esordienti B, Esordienti A e Ragazze.

Ogni Società potrà iscrivere 2 singoli, 2 doppi, 1 trio, 2 squadre e 2 combinati per le categorie Junior e Assoluta.

Ogni Società può usufruire di un "BONUS". In ogni Campionato 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

### **Campionato Nazionale Estivo**

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

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Programma Libero: Combinato

Categorie: Junior e Assoluta

Programma Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra e 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, delle spinte, degli agganci e della formazione di cerchio.
- 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 4 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

<b>DURATA:</b>	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  
Posizione di spaccata  
Posizione di cannoncino

## CATEGORIA ESORDIENTI B

<b>DURATA:</b>	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 (figura 101)  
Mezza passeggiata avanti  
Scambi di due cannoncini  
E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza

## CATEGORIA ESORDIENTI A

<b>DURATA:</b>	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 (figura 101)  
Boost con o senza braccia  
Kipnus (figura 315)  
Posizione di spaccata, passo d'uscita avanti  
E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza

## CATEGORIA RAGAZZE

<b>DURATA:</b>	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  
Gambe Stile Laterale o Dorso con almeno 3 movimenti di braccia  
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 cavaliere  
Marsuino fino alla posizione di verticale (figura 355)  
E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza

## CATEGORIA JUNIOR

<b>DURATA:</b>	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

<b>DURATA:</b>	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 A2

Il Campionato A2 è riservato a tutte le atlete tesserate alla ConfSport Italia A.S.D. e alla F.I.N. – Settore Propaganda.

**CATEGORIE:**

- GIOVANISSIME:** nate 2006 e successive
- ESORDIENTI B:** nate 2005
- ESORDIENTI A:** nate 2004-2003
- RAGAZZE:** nate 2002-2001-2000
- JUNIOR:** nate 1999-1998-1997
- ASSOLUTA:** nate 2002-1995

Ogni Società potrà iscrivere 1 singolo, 2 doppi, 1 trio, 2 squadre e 2 combinati per le categorie Giovanissime, Esordienti B, Esordienti A e Ragazze.

Ogni Società potrà iscrivere 2 singoli, 2 doppi, 1 trio, 2 squadre e 2 combinati per le categorie Junior e Assoluta.

Ogni Società può usufruire di un "BONUS". In ogni Campionato 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

#### **Campionato Nazionale Estivo**

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

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Programma Libero: Combinato

Categorie: Junior e Assoluta

Programma Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra e 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, delle spinte, degli agganci e della formazione di cerchio.
- 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 4 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

<b>DURATA:</b>	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  
Posizione di vela  
Capovolta raggruppata indietro  
E' consentita una sequenza

## CATEGORIA ESORDIENTI B

<b>DURATA:</b>	Solo	1'20"
	Duo	1'30"
	Trio	1'30"
	Squadra	1'40"
	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  
Posizione di vela  
Pulcino (posizione estesa sul dorso, massima raccolta di entrambe le gambe, mentre il corpo ruota per assumere la posizione di cannoncino, una gamba si distende; nella posizione di cannoncino il corpo è a 90° rispetto alla superficie e il piede della gamba flessa scivola sulla superficie fino ad assumere la posizione di spaccata, dove termina la figura  
E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza

## CATEGORIA ESORDIENTI A

<b>DURATA:</b>	Solo	1'20"
	Duo	1'30"
	Trio	1'30"
	Squadra	1'40"
	Combinato	2'30"

**ELEMENTI OBBLIGATI:** Gambe Rana Verticale con almeno 1 movimento a due braccia  
Gambe Stile Laterale con almeno 2 movimenti di un braccio  
Gamba di balletto (figura 101)  
Passeggiata avanti (figura 360)  
Almeno 2 scambi consecutivi in posizione cannoncino  
E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza

## CATEGORIA RAGAZZE

<b>DURATA:</b>	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  
Gambe Stile Laterale o Dorso con almeno 2 movimenti  
3 posizioni di gamba di balletto (da scegliere tra gamba di balletto dx, sn, doppia, fenicottero dx, sn)  
Passeggiata avanti  
2 scambi di cannoncini seguiti da una posizione in verticale gamba flessa  
E' consentita una spinta, un aggancio e una sequenza

## CATEGORIA JUNIOR

<b>DURATA:</b>	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

<b>DURATA:</b>	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 ci sono limiti di spinte e agganci.

# CAMPIONATO MASTER

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

**CATEGORIE** M 20-34 anni,  
M over 35.

## ESERCIZI IN PROGRAMMA

### 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> qualificazione Regionale

Categorie: Master

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Categorie: Master

Programmi Liberi: Combinato

### 3<sup>a</sup> prova di qualificazione e Finale Regionale

#### Campionato Nazionale

Categorie: Master

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

<b>DURATA:</b>	Solo	1'30"
	Duo	1'40"
	Trio	1'40"
	Squadra	1'50"
	Combinato	Non è previsto il tempo minimo. Il tempo max è di 5'00" (Programma libero)

## 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.
- 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.**

## CAMPIONATO NAZIONALE GOLD

Il Campionato Nazionale Gold è riservato a tutte le atlete tesserate alla Confsport Italia A.S.D..  
Possono partecipare anche le atlete che svolgono attività Federale Agonistica nell'anno in corso (2015).

**PROGRAMMA GARE:** CAMPIONATO NAZIONALE ESTIVO

**CATEGORIE:**  
**ESORDIENTI A:** nate 2004-2003  
**RAGAZZE:** nate 2002-2001-2000  
**JUNIOR:** nate 1999-1998-1997  
**ASSOLUTA:** nate dal 2002 in poi

Ogni Società potrà iscrivere per ciascuna categoria: 2 singoli, 2 doppi, 2 trii, 2 squadre e 2 combinati.  
È consentito il passaggio alla categoria direttamente superiore di un numero **non superiore a 4 atlete**,  
tranne che per la categoria Assoluta. **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.**  
**Verrà stilata una classifica Open ed una classifica escluse le agoniste**

Per i programmi del Campionato Nazionale Gold si faccia riferimento ai Programmi Federali.

## GRAN GALA'

- Potranno partecipare, indistintamente, tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia A.S.D., alla Federazione Italiana Nuoto, ad un Ente di Promozione Sportiva, ad Associazioni Estere, a Società Sportive, a Istituti Scolastici etc.
- Ogni Associazione Sportiva può partecipare con due gruppi coreografici. Ogni coreografia non dovrà superare i 6 minuti. Nei suddetti tempi è compresa sia la parte fuori che la parte in acqua.
- Qualora non vengano rispettati i tempi indicati, verrà applicata una penalità di 2 punti.
- Nelle varie parti dell'esibizione, possono partecipare un numero diverso di atlete, le altre faranno da contorno come nell'esercizio combinato.
- I gruppi potranno essere misti, composti cioè da femmine e maschi.
- Gli atleti potranno indossare costumi, accessori e trucchi per rendere più spettacolare la presentazione coreografica.
- È possibile utilizzare ogni genere di accompagnamento musicale, anche con canto.
- È consentito utilizzare piccoli o grandi attrezzi codificati o sperimentali. Gli attrezzi dovranno essere portati dalle Associazioni Sportive o dagli Istituti Scolastici previo accordo con l'organizzazione.
- Un atleta o il tecnico dell'associazione presenteranno al microfono la coreografia. E' ammessa una voce narrante durante l'esercizio.
- Ogni Associazione Sportiva dovrà consegnare, 30 minuti prima dell'inizio della manifestazione, **un cd** con il brano musicale della coreografia. Tale cd dovrà essere etichettato con il nome della Associazione Sportiva e della coreografia. **Ogni coreografia dovrà avere un proprio cd.**
- L'iscrizione dovrà essere effettuata entro almeno 15 giorni dallo svolgimento della gara. Le tasse di partecipazione sono le seguenti:
- **1 esibizione € 50.00**, qualunque sia il numero dei partecipanti.

La Confsport Italia si riserva il diritto di modificare il programma in base alle iscrizioni pervenute.

### Composizione della Giuria

La giuria sarà composta da:

- un coreografo o insegnante di danza per **"L'Impressione Coreografica"**, verrà valutata con voto da 1 a 10 l'insieme di tutta la rappresentazione sia dentro che fuori dall'acqua, la continuità dei vari esercizi e la spettacolarità della prova;
- un giudice per **"La Trama"**, verrà valutata con un voto da 1 a 10 la comprensione della trama e/o il senso del messaggio e la presentazione;
- un tecnico per **"La Valutazione Tecnica"**, verrà valutata con un voto da 1 a 10 la difficoltà e l'esecuzione tecnica degli esercizi presentati;
- un visagista o costumista per **"Il Trucco ed i Costumi"**, verrà valutata con un voto da 1 a 10 l'attinenza al tema dei trucchi, costumi e ogni oggetto scenografico presentato.

### Premiazioni

Al termine della manifestazione verranno assegnati i seguenti premi:

- Premio "Miglior Impressione Coreografica";
- Premio "Miglior Trama";
- Premio "Miglior Valutazione Tecnica";
- Premio "Miglior Trucco e Costumi";
- TROFEO "SINCROGALÀ"

Tutte le Associazioni Sportive e gli atleti partecipanti riceveranno un ricordo della manifestazione.

La Giuria si riserva, a suo insindacabile giudizio, di consegnare dei **premi speciali**.

L'Associazione Sportiva che si aggiudicherà il Trofeo "SINCROGALÀ" non potrà ricevere gli altri premi in palio, ma solo eventuali premi speciali.