

Con il Patrocinio



Comune di Terni

CAMPIONATI NAZIONALI

Nuoto Sincronizzato

Gold
Silver
Serie A
Serie B
Master

26-30 giugno 2021

PISCINE DELLO STADIO
Viale dello Stadio, 40 - Terni



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

Confisport Italia A.P.S.S.D. - Viale Salvatore Rebecchini, 17 - 00148 Roma
info@confisportitalia.it - www.confisportitalia.it - 06.55282936



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



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



SEZIONE NUOTO SINCRONIZZATO

REGOLAMENTO GENERALE

(Affiliazione, Tesseramento, Certificazione Medica, Responsabilità)

1. Possono partecipare ai campionati e alle manifestazioni indette dal Settore Attività Natatorie dell'A.S.I. e della Confsport Italia A.P.S.S.D., tutte le scuole, associazioni e società sportive regolarmente affiliate all'A.S.I., alla Confsport Italia A.P.S.S.D. e alla F.I.N. (così come previsto dalla convenzione in essere tra la F.I.N. e l'A.S.I.), per la stagione sportiva in corso.
2. Tutti gli organismi che vogliono affiliarsi alla Confsport Italia A.P.S.S.D. dovranno, attraverso l'apposito portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale>, inoltrare regolare domanda di affiliazione.
3. La Confsport Italia A.P.S.S.D. provvederà ad inoltrare all'A.S.I. le domande di affiliazione e i tesseramenti pervenuti al fine di poter rilasciare i certificati per l'iscrizione al Registro CONI, per le sole Associazioni e Società che siano in possesso dei requisiti richiesti, e le coperture assicurative.
4. La domanda deve essere presentata secondo le indicazioni fornite dalla Normativa Generale - Guida al portale, unitamente ai seguenti documenti:
 - a. **atto costitutivo e statuto**, redatti nella forma dell'atto pubblico o della scrittura privata autenticata o registrata, a seconda della forma costitutiva civilistica prescelta, conforme alle prescrizioni contenute nella Legge n. 289 del 27/12/2002, modificata con Legge n. 128 del 21/5/2004, e alle disposizioni contenute nella presente Circolare riportanti la registrazione dell'atto all'Agenzia delle Entrate;
 - b. copia del **certificato di attribuzione del Codice Fiscale o Partita IVA** e/o della visura camerale aggiornati (devono riportare il nome del Legale rappresentante in carica);
 - c. copia del **verbale dell'assemblea dei soci** da cui risulti l'elezione del Presidente (legale rappresentante) e del Consiglio Direttivo, se non indicati o non più coincidenti con quelli riportati nell'atto costitutivo, con l'indicazione delle cariche societarie;
 - d. fotocopia del **documento di identità del Legale Rappresentante**.
5. Tra i requisiti richiesti per affiliarsi alla Confsport Italia A.P.S.S.D., **l'Associazione Sportiva deve avere un minimo di tesserati per l'anno in corso, non inferiore a dieci**, tra i quali devono essere presenti il Presidente/Legale Rappresentante e almeno altri 2 consiglieri del direttivo o, dove previsto, l'Amministratore unico.
6. La documentazione di cui ai punti a) - b) - c) - d) dell'art. 4 dovrà essere presentata ogni qualvolta intervengano variazioni nello Statuto e/o negli organi rappresentativi dell'Associazione già associata.
7. Tutte le domande di affiliazione dovranno essere inoltrate nei tempi e con le modalità di pagamento indicate dalla Normativa Generale, dalle circolari di indizione dell'attività annuale e dai regolamenti dell'A.S.I. e della Confsport Italia A.P.S.S.D..
8. Gli atleti che partecipano alle manifestazioni devono essere tesserati all'A.S.I. e/o alla Confsport Italia A.P.S.S.D., presso una associazione o società sportiva affiliata all'A.S.I. e/o alla Confsport Italia A.P.S.S.D. per l'anno in corso.
9. Solo ai fini della partecipazione alle gare, le Società affiliate A.S.I. e alla F.I.N., che non siano **MAI** state affiliate direttamente alla Confsport Italia, potranno richiedere l'affiliazione alla Confsport Italia e tesserare gli atleti senza copertura assicurativa GRATUITAMENTE. Le società dovranno: registrarsi sul portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale> secondo le procedure indicate nella Normativa Generale-Guida al Portale; caricare il Certificato di Affiliazione A.S.I. o F.I.N., valido per l'anno in corso, nella sezione 5 "Documentazione; richiedere alla Segreteria della Confsport Italia, all'indirizzo e-mail info@confsportitalia.it, l'inserimento della tariffa "Convenzione ASI" "Convenzione FIN" per i tesseramenti; inviare, sempre per e-mail, il tabulato o le tessere A.S.I. o

- F.I.N. dei nomi inseriti.
10. Le Società potranno stampare direttamente le tessere degli atleti dal portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale>.
 11. Il possesso della tessera Confsport Italia A.P.S.S.D./A.S.I. dà diritto alla copertura assicurativa prescelta dalla Associazione o Società Sportiva Dilettantistica, al momento della richiesta, nelle forme previste in polizza.
 12. Le Società riportate al punto 09 potranno utilizzare le tessere A.S.I. o F.I.N., già in loro possesso.
 13. Gli atleti non in regola con il tesseramento saranno tassativamente esclusi dalle manifestazioni.
 14. Le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti, tecnici e/o dirigenti accompagnatori esclusivamente attraverso il portale <http://confsportitalia.isprint.it/portale> entro la scadenza prevista per la manifestazione.
 15. Le decisioni ed i provvedimenti adottati dagli organi deputati dallo Statuto della Confsport Italia A.P.S.S.D. o dell'A.S.I., in merito all'andamento della gara o al risultato finale della gara stessa (punteggi, designazioni giudici, ecc.) sono inappellabili, per cui non si accettano ricorsi di alcun genere, salvo quanto previsto dal Regolamento di Giustizia dell'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D..
 16. Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di tecnici, dirigenti, atleti e Società che non dovessero rispettare il presente Regolamento o dovessero tenere un comportamento poco consono all'etica sportiva così come previsto dal regolamento di Giustizia dell'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D..
 17. Per i limiti di età e per la certificazione medica il Settore demanda a quanto previsto dalle normative dell'A.S.I. e della F.I.N..
 18. Per la certificazione medica il Settore demanda a quanto previsto dalle normative dell'A.S.I. e in ultimo a quanto previsto dal Ministero della Salute, dal CONI e dalla F.I.N..
 19. Le società, gli atleti, gli allenatori, i giudici, i dirigenti in genere hanno il dovere di rispettare in ogni loro comportamento, attivo od omissivo, la lealtà e la correttezza, quali principi generali che regolano l'esercizio e la partecipazione allo sport, il Regolamento Tecnico, il Regolamento di Giustizia e Disciplina, la normativa CONI, nonché le norme afferenti al Regolamento Antidoping e le prescrizioni Sanitarie di legge. Eventuali sanzioni disciplinari potranno essere adottate nei confronti di tecnici, dirigenti, ginnaste e società che dovessero avere un comportamento poco consono all'etica sportiva così come previsto dal Regolamento di Giustizia dell'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D..
 20. Il Presidente della Società, con l'affiliazione all'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.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; dichiara inoltre, che tutti gli atleti, tecnici e dirigenti tesserati partecipano all'attività sportiva e alle manifestazioni organizzate dall'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.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 all'A.S.I. e alla Confsport Italia A.P.S.S.D. per infortuni non rimborsati dalla Compagnia Assicuratrice.
 21. Tutti i tesseramenti comportano l'impegno al rispetto delle norme afferenti al Regolamento Antidoping e delle prescrizioni Sanitarie di legge.
 22. 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 - Codice della privacy - Art. 13 del Regolamento Generale UE sulla protezione dei dati personali n. 679/2016 letta da ogni interessato che ha espresso il proprio parere, al fine di autorizzare la Confsport Italia A.P.S.S.D. e l'A.S.I. ad utilizzare e gestire, per i suoi fini istituzionali, i nominativi dei propri soci tesserati.

Per quanto non contemplato nel presente Regolamento vigono le norme previste dallo Statuto e dai Regolamenti vigenti dell'A.S.I. e/o della Confsport Italia A.P.S.S.D. o in ultima analisi della F.I.N.

SETTORE ATTIVITA' NATATORIE
SEZIONE NUOTO SICRONIZZATO

Quote anno sportivo 2021

AFFILIAZIONE E TESSERAMENTO

| | |
|---|----------|
| Adesione alla Confsport Italia A.P.S.S.D./A.S.I. (comprensiva del tess.to del Presidente e di 2 Dirigenti con polizza A) | Gratuita |
| Adesione alla Confsport Italia A.P.S.S.D./A.S.I. Per le Società Affiliate alla F.I.N. (Convenzione A.S.I./F.I.N.) | Gratuita |
| Tesseramento Dirigenti, Tecnici e Ufficiali di Gara | € 16,00 |
| Tesseramento atleti (con assicurazione) - Polizza A | € 3,80 |
| Tesseramento atleti (con assicurazione) - Polizza B | € 5,80 |
| Tesseramento atleti (senza assicurazione) già tesserati alla F.I.N. (Convenzione A.S.I./F.I.N.) | Gratuito |

PARTECIPAZIONE CAMPIONATI NAZIONALI NUOTO SINCRONIZZATO

| | |
|---|------------------------|
| Quota individuale per ogni atleta iscritto | € 2,00 |
| Iscrizione gara individuale SOLO | € 4,50 |
| Iscrizione gara DUO | € 7,00 |
| Iscrizione gara TRIO | € 9,00 |
| Iscrizione gara SQUADRA / COMBINATO | € 14,00 |
| Ritardata iscrizione atleti (come da regolamento) | da € 2,00 a € 30,00 |

CONTRIBUTO PER ACCESSO ALLA GIUSTIZIA FEDERALE

| | |
|---|---------|
| Reclami e preannunci reclami sul campo-gara (da consegnare all'Ufficiale di Gara) | € 50,00 |
|---|---------|

Modalità versamenti quote ADESIONE – TESSERAMENTO - ISCRIZIONE CAMPIONATI E TASSE GARA

- Attraverso carta di credito sul portale.
- Creazione di un **"portafoglio"** sul portale Confsport Italia. Le Società che ne faranno richiesta potranno fare un versamento, che sarà caricato come credito, a mezzo:
 - c.c.p. n. 54776000 intestato alla Confsport Italia specificando dettagliatamente la causale;
 - a mezzo bonifico bancario intestato alla Confsport Italia specificando dettagliatamente la causale, codice IBAN IT45W0503403298000000005558;
 - a mezzo bonifico postale intestato alla Confsport Italia specificando dettagliatamente la causale, codice IBAN IT3000760103200000054776000.

Dal pagamento non sono ammesse detrazioni.

Per tutto quanto non previsto nella presente normativa fa fede quanto previsto nelle norme di affiliazione e tesseramento anno 2021.

SEZIONE NUOTO SINCRONIZZATO
CAMPIONATO CONFSPORT ITALIA
 “L'altra piscina ... in acqua a tutte le età”

La Confsport Italia organizza nei giorni 26-30 Giugno 2021, la XXIV edizione della Manifestazione Nazionale di Nuoto Sincronizzato della Confsport Italia A.P.S.S.D. "L'altra piscina ... in acqua a tutte le età".

CAMPIONATI E CATEGORIE

| | | | |
|---------------------|--------------|---|---|
| GOLD | ESORDIENTI A | 2009 - 2010 | Si fa riferimento ai Programmi della Federazione Italiana Nuoto |
| | RAGAZZE | 2006 - 2008 | |
| | JUNIOR | 2003 - 2005 | |
| | ASSOLUTA | 2001 - 2008 | |
| SILVER | RAGAZZE | 2006 - 2008 | Programmi Tecnici: Solo, Duo |
| | JUNIOR | 2003 - 2005 | Programma Libero: Solo, Duo |
| | ASSOLUTA | 2001 - 2008 | |
| CAMPIONATO A | BABY | 2013 (8 anni non compiuti) - 2014 | Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra |
| | GIOVANISSIME | 2012 - 2013 (8 anni compiuti) | Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra Programma Libero: Combinato |
| | ESORDIENTI B | 2011 | |
| | ESORDIENTI A | 2009 - 2010 | |
| | RAGAZZE | 2006 - 2008 | Programma Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra e Combinato |
| | JUNIOR | 2003 - 2005 | |
| | ASSOLUTA | 2001 - 2008 (1999-2000 solo negli esercizi di Squadra e Libero Combinato) | |
| | | | |
| CAMPIONATO B | BABY | 2013 (8 anni non compiuti) - 2014 | Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra |
| | GIOVANISSIME | 2012 - 2013 (8 anni compiuti) | Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra Programma Libero: Combinato |
| | ESORDIENTI B | 2011 | |
| | ESORDIENTI A | 2009 - 2010 | |
| | RAGAZZE | 2006 - 2008 | Programma Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra e Combinato |
| | JUNIOR | 2003 - 2005 | |
| | ASSOLUTA | 2001 - 2008 (1999-2000 solo negli esercizi di Squadra e Libero Combinato) | |
| | | | |
| MASTER | M 20 - 34 | | Programma Libero: Solo, Duo, Trio, Squadra e Combinato |
| | M 35 - 49 | | |
| | M over 50 | | |

SEZIONE NUOTO SINCRONIZZATO
CAMPIONATO CONFSPORT ITALIA
“L'altra piscina ... in acqua a tutte le età”

Campionato Nazionale Gold
Campionato Nazionale Silver
Campionato Nazionale Serie A
Campionato Nazionale Serie B
Campionato Nazionale Master

REGOLAMENTO GENERALE DI GARA

PARTECIPAZIONE

Tutte le atlete iscritte devono essere in possesso di certificato medico agonistico. La Categ. Baby può partecipare con il certificato medico non agonistico in quanto la manifestazione nazionale non prevede una classifica ufficiale con la relativa premiazione.

Un'atleta che partecipa al Campionato Nazionale di serie A non può partecipare al Campionato Nazionale di serie B, salvo eccezioni previste dalla regola del passaggio al campionato superiore.

Un'atleta che partecipa al Campionato Nazionale Silver non può in alcun caso partecipare al Campionato Nazionale di serie B e viceversa.

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;
- 1 RISERVA per ogni trio;
- 2 RISERVE per ogni squadra;
- 2 RISERVE per ogni combinato.

Gli esercizi verranno valutati da 5 giudici (che solo in via eccezionale potrebbero essere 3) designati dalla F.I.N. o dalla Confsport Italia A.P.S.S.D.. In caso di necessità tale incarico potrà essere ricoperto anche da allenatori presenti sul campo gara.

Saranno assegnate 3 valutazioni:

- per i Programmi Tecnici: ESECUZIONE 30%, IMPRESSIONE 30%, ELEMENTI 40%;
- per i Programmi Liberi: ESECUZIONE 30%, IMPRESSIONE ARTISTICA 40%, DIFFICOLTA' 30%.

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 inviare all'indirizzo info@confsportitalia.it, entro e non oltre il 13 giugno, i brani degli esercizi.

Il file di ogni musica deve essere così nominato "Società, Categoria, Cognome e Nome, Tipo di Esercizio" (Es: SOC XXXXX - ESO. B - ROSSI - SOLO).

L'oggetto dell'e-mail deve essere obbligatoriamente così nominato:

"Musiche Campionato Serie e denominazione società" (ad es. "Musiche Campionato Serie ASD).

Se l'oggetto non sarà specificato in questo modo le mail non verranno aperte.

Nel caso in cui una o più atlete si fermano 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 nella stessa categoria pena 2 punti di penalità.

Ogni atleta, durante le Manifestazioni, dovrà essere munita di tesserino Confsport Italia A.P.S.S.D./A.S.I./F.I.N. completa di foto-tessera, da sottoporre ai giudici presenti in gara.

Le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti e ALMENO UN TECNICO O DIRIGENTE ACCOMPAGNATORE entro la scadenza prevista.

Per quanto non specificato, si rimanda al regolamento F.I.N. Settore Agonistico, Propaganda e Master.

SEDE

Piscine dello Stadio - Viale dello Stadio, 40 - Terni

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni ai Campionati Nazionali di Nuoto Sincronizzato, con i relativi pagamenti, si potranno effettuare solo ed esclusivamente tramite il portale online.

Potranno iscriversi alle manifestazioni dell'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D. solo gli atleti in regola con il tesseramento.

Le società provvederanno a registrarsi su sito <http://confsportitalia.isprint.it/portale>. Una volta effettuata tale operazione avranno la possibilità di accedere con la propria utenza al portale (potendo modificare la password fornita dal sistema dopo il primo acceso; accedendo alla sezione Eventi sarà possibile visualizzare e selezionare la manifestazione desiderata, cliccando poi su iscrizioni si potranno visualizzare l'elenco degli atleti tesserati ed iscriverli agli eventi che verranno aperti di volta in volta dal personale della Confsport Italia A.P.S.S.D..

Per iscrivere un atleta:

- Fare click sul pulsante arancione "Iscrizioni" in corrispondenza di ciascun evento;
- Il sistema mostrerà l'elenco degli atleti con il tesseramento in corso di validità, già suddivisi per categorie;
- Selezionare l'atleta dall'elenco a sinistra e le gare desiderate dall'elenco a destra.
- Ad iscrizioni terminate, il sistema calcolerà l'importo totale da versare **solo ed esclusivamente** con carta di credito, **si ricorda che finché non sarà saldata la quota di iscrizione alle gare, le atlete non verranno iscritte.**

Per assistenza tecnica nella procedura d'iscrizione è possibile contattare la segreteria della Confsport Italia A.P.S.S.D. al seguente indirizzo info@confsportitalia.it o ai numeri 06.55282936 - 06.5506622.

TERMINI ISCRIZIONI

Le Società sono tenute ad iscrivere i propri atleti entro **il 13 giugno 2021**. Le iscrizioni dovranno pervenire alla Confsport Italia A.P.S.S.D., contestualmente al versamento della quota di iscrizione, esclusivamente tramite il portale online <http://confsportitalia.isprint.it/portale>.

Le iscrizioni prive del versamento saranno considerate nulle.

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

Dal 14 Giugno 2021 e fino alla mezzanotte del 16 Giugno 2021 è possibile effettuare l'aggiunta di uno o più atleti pagando euro 2,00 in più per ogni atleta iscritto. La Confsport Italia A.P.S.S.D. si riserva di accettare o meno le iscrizioni pervenute dopo il 13 Giugno tenendo presente anche le necessità organizzative.

In caso di ritiro di uno o più atleti entro il 16 Giugno, le quote di partecipazione già versate verranno restituite.

Non sarà restituita la quota di partecipazione degli atleti iscritti che non saranno presenti alla manifestazione.

La Confsport Italia A.P.S.S.D. si riserva il diritto di modificare il programma gare in relazione al numero dei partecipanti ed alle esigenze organizzative e di chiudere le iscrizioni in qualsiasi momento.

Si ribadisce che gli atleti non in regola con il tesseramento e con le modalità d'iscrizione saranno tassativamente esclusi dalla manifestazione.

CLASSIFICHE

Le classifiche verranno redatte in base al punteggio tecnico ottenuto per ogni anno di nascita.

Ad evento terminato, la segreteria della Confsport Italia A.P.S.S.D. consentirà il download di un file PDF contenente le classifiche per ciascun evento.

PREMIAZIONI

In tutti i Campionati Nazionali di Nuoto Sincronizzato, verrà assegnato un medaglione ai primi tre esercizi classificati di ogni categoria per gli esercizi di SOLO, DUO E TRIO, per gli esercizi di SQUADRA e LIBERO COMBINATO verrà assegnato un medaglione per i primi tre esercizi di ogni categoria e una coppa ad esercizio. Verranno inoltre premiate con una coppa le prime tre Società classificate: la classifica per società sarà basata sui punteggi attribuiti ai primi 10 esercizi classificati per ogni categoria, **partendo da 11 punti per il primo, 9 per il secondo, 8 per il terzo e così via fino al decimo. Qualora il numero di esercizi fosse minore di 10, i punti attribuiti al primo classificato saranno di un numero in più rispetto ai partecipanti (es. 5 esercizi in gara: 6 punti al primo classificato, 4 al secondo, 3 al terzo e così via).**

Per le sola Categ. Baby verranno premiati tutti gli atleti partecipanti con una medaglia d'oro. La valutazione degli atleti verrà consegnata al tecnico della Società.

Tutti gli iscritti riceveranno un ricordo della Manifestazione.

Le premiazioni si svolgeranno nel rispetto delle attuali normative anti Covid-19 e potranno subire delle variazioni in base al numero effettivo dei partecipanti alla gara.

PENALITÀ

Dal punteggio totale verranno detratti:

- 1 punto per ogni elemento obbligato omesso; 0,50 per elemento obbligato parzialmente omesso; 0,5 per ogni elemento obbligato che non segua l'ordine di esecuzione.
- 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).
- 2 punti di penalità nell'esercizio libero combinato nel caso l'esercizio non contenga uno degli elementi indicati al punto f) del regolamento tecnico del Campionato Serie A e Campionato Serie B.

SVOLGIMENTO DELLA MANIFESTAZIONE

Per garantire la competizione in ottemperanza alle regole anti-contagio l'impianto che ospiterà la manifestazione sarà allestito con percorsi guidati e alloggiamenti assegnati e saranno contingentati i numeri dei presenti in vasca. Proprio in funzione di tutto ciò **le gare si svolgeranno a "porte chiuse"**, ovvero sarà consentito l'accesso solo ai tecnici, atleti e addetti ai lavori come da PROTOCOLLO in calce. I tecnici dovranno obbligatoriamente indossare la mascherina per tutta la permanenza all'interno dell'impianto. Gli atleti dovranno obbligatoriamente utilizzare la mascherina, fatto salvo i momenti di attività fisica.

DURANTE LE PREMIAZIONI È TASSATIVAMENTE VIETATO ENTRARE A BORDO VASCA PER SCATTARE FOTO.

A BORDO VASCA POTRANNO ESSERE PRESENTI SOLO DUE ISTRUTTORI PER OGNI ASSOCIAZIONE PURCHÉ IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO E IN POSSESSO DI REGOLARE PASS PER POTER ACCEDERE AL CAMPO GARA.

**Campionati Nazionali
di Nuoto Sincronizzato
Gold, Silver, Serie A, Serie B e Master**

"L'altra piscina ... in acqua a tutte le età"

26-30 Giugno 2021

Piscine dello Stadio - Terni

Programma di massima

Campionato Nazionale Master

Sabato 26 giugno Tutte le Categorie

Campionato Nazionale Serie A

Sabato 26 giugno Baby, Giovanissime e Esordienti B, Esordienti A
Domenica 27 giugno Ragazze, Junior e Assolute

Campionato Nazionale Silver

Lunedì 28 giugno Tutte le Categorie

Campionato Nazionale Gold

Lunedì 28 giugno Tutte le Categorie

Campionato Nazionale Serie B

Lunedì 28 giugno (pomeriggio) Baby, Giovanissime e Esordienti B
Martedì 29 giugno Esordienti A, Ragazze
Mercoledì 30 giugno Junior e Assolute

Il programma di massima è indicativo e potrà essere soggetto a variazioni in seguito alle iscrizioni.

CAMPIONATO NAZIONALE GOLD

Il Campionato Nazionale Gold è riservato a tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia A.P.S.S.D. e all'A.S.I. **Possono partecipare le atlete tesserate alla F.I.N., previo tesseramento gratuito con la Confsport Italia A.P.S.S.D..** (Così come previsto dalla convenzione in essere tra la FIN e l'ASI).

Possono partecipare anche le atlete che hanno svolto attività Federale Agonistica nell'anno in corso (2021).

Non possono partecipare al Campionato Gold le atlete che partecipano nella stagione 2021 al Campionato di Serie B.

CATEGORIE:

| | |
|----------------------|-------------------|
| ESORDIENTI A: | 2009 - 2010 |
| RAGAZZI: | 2006 - 2008 |
| JUNIOR: | 2003 - 2005 |
| ASSOLUTI: | 2008 e precedenti |

Ogni Società potrà iscrivere per ciascuna categoria un numero illimitato di esercizi.

Negli esercizi di Squadra e Libero Combinato 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 + l'esercizio di Solo (non incluso nel limite dei 3 esercizi).

Gli esercizi in programma per tutte le categorie sono esercizi liberi

Per i programmi del Campionato Nazionale Gold si faccia riferimento ai Programmi della Federazione Italiana Nuoto.

CAMPIONATO NAZIONALE SILVER

Il Campionato Nazionale Silver è riservato a tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia A.P.S.S.D. e all'A.S.I. **Possono partecipare le atlete tesserate alla F.I.N. - Settore Propaganda, previo tesseramento gratuito con la Confsport Italia A.P.S.S.D..** (Così come previsto dalla convenzione in essere tra la FIN e l'ASI).

Al Campionato Silver potranno essere iscritti **esclusivamente gli esercizi di Solo e Duo per le categorie Ragazzi, Junior e Assoluti.**

Gli atleti che partecipano al Campionato Nazionale Silver non possono in alcun caso partecipare al Campionato Nazionale di serie B e viceversa.

Gli atleti con passato agonistico (così come regolamentato) potranno partecipare al Campionato di serie A esclusivamente negli esercizi di Trio, Squadra e Libero Combinato.

CATEGORIE:
RAGAZZI: 2006 - 2008
JUNIOR: 2003 - 2005
ASSOLUTI: 2001 - 2008

Ogni Società potrà iscrivere 2 Solo e 2 Duo per ciascuna categoria.

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

Ogni atleta potrà partecipare ad un numero illimitato di esercizi.

Nel Campionato Silver il passaggio alla categoria direttamente superiore non è ammesso per l'esercizio di SOLO. Nell'esercizio di DUO almeno un'atleta deve appartenere alla categoria in cui gareggia.

Un'atleta propaganda potrà partecipare al Campionato Silver esclusivamente nell'esercizio di Duo e soltanto in coppia con un'atleta con passato agonistico. Nel caso in cui un Duo fosse quindi composto da una sola atleta con passato agonistico, il suddetto esercizio dovrà comunque partecipare al Campionato Nazionale Silver.

ESERCIZI IN PROGRAMMA

Categoria: Ragazzi

Programmi Tecnici: Solo e Duo

Categorie: Junior e Assoluti

Programma Libero: Solo e Duo

REGOLAMENTO TECNICO

- a) Il programma tecnico di qualsiasi categoria e specialità deve contenere gli elementi obbligati specificati in questo regolamento.
- a) **E' necessario rispettare l'ordine di esecuzione degli elementi obbligati.**
- b) Nei programmi tecnici tutte le atlete dovranno eseguire elementi identici, contemporaneamente e nella stessa direzione ad eccezione dell'entrata, della spinta e dell'aggancio.
- c) Tutti gli esercizi comprendono max 10'' sul bordo.
- d) Per tutti gli esercizi è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale.

CATEGORIA RAGAZZI

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

ELEMENTI OBBLIGATI:

SOLO E DUO

Boost (uscita rapida con entrambe le braccia alte).
Gambe bicicletta con almeno 1 movimento a due braccia.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Passo d'uscita avanti dalla posizione di spaccata.
Marsuino fino alla posizione di verticale (figura 355 del Regolamento F.I.N.).
E' consentita una spinta o un aggancio.

CATEGORIA JUNIOR

DURATA: Solo 1'30"
Duo 1'50"

Per il programma libero di **DUO** il limite massimo di spinte è 3.

CATEGORIA ASSOLUTI

DURATA: Solo 1'30"
Duo 1'50"

Per il programma libero di **DUO** il limite massimo di spinte è 3.

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE A

Il Campionato Nazionale di Serie A è riservato a tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia A.P.S.S.D. e all'A.S.I. **Possono partecipare le atlete tesserate alla F.I.N. - Settore Propaganda, previo tesseramento gratuito con la Confsport Italia A.P.S.S.D..** (Così come previsto dalla convenzione in essere tra la FIN e l'ASI). Gli atleti con passato agonistico (così come regolamentato dal nuovo Campionato Silver) non potranno partecipare al Campionato di serie A con gli esercizi di Solo e Duo nelle categorie Ragazzi, Junior e Assoluti. I suddetti atleti potranno partecipare al Campionato Nazionale di Serie A esclusivamente negli esercizi di Trio, Squadra e Libero Combinato, per un massimo di 2 esercizi per categoria.

| | | |
|-------------------|----------------------|---|
| CATEGORIE: | BABY: | 2013 (8 anni non compiuti) - 2014 |
| | GIOVANISSIMI: | 2012 - 2013 (8 anni compiuti) |
| | ESORDIENTI B: | 2011 |
| | ESORDIENTI A: | 2009 - 2010 |
| | RAGAZZI: | 2006 - 2008 |
| | JUNIOR: | 2003 - 2005 |
| | ASSOLUTI: | 2001 - 2008 (sarà concessa la partecipazione del 1999 e 2000 solo negli esercizi di squadra e libero combinato) |

Ogni Società potrà iscrivere 1 Solo, 2 Duo, 2 Trio, 3 Squadre e 2 Liberi Combinati per ciascuna categoria.

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

Negli esercizi di Squadra e Libero Combinato 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 + l'esercizio di Solo (non incluso nel limite dei 3 esercizi).

Nel caso in cui un'atleta con passato agonistico (così come previsto dal regolamento del Campionato Silver) partecipi sia al campionato Silver che al campionato di serie A, in quest'ultimo potrà partecipare ad un massimo di 2 esercizi per categoria (a scelta tra Trio, Squadra e Libero Combinato).

Nel caso in cui un'atleta propaganda partecipi sia al campionato Silver che al campionato di serie A, in quest'ultimo potrà comunque partecipare ad un massimo di 3 esercizi per categoria + l'esercizio di Solo (non incluso nel limite dei 3 esercizi).

ESERCIZI IN PROGRAMMA

Categorie: Baby

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Categorie: Giovanissimi, Es. B, Es. A, Ragazzi

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Programma Libero: Combinato

Categorie: Junior e Assoluti

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

REGOLAMENTO TECNICO

a) Il programma tecnico di qualsiasi categoria e specialità deve contenere gli elementi obbligati specificati in questo regolamento.

a) **E' necessario rispettare l'ordine di esecuzione degli elementi obbligati.**

- b)** Nei programmi tecnici tutte le atlete dovranno eseguire elementi identici, contemporaneamente e nella stessa direzione ad eccezione dell'entrata, della spinta, dell'aggancio e nella formazione di cerchio (che è permessa solo una volta).
- c)** Tutti gli esercizi comprendono max 10" sul bordo.
- d)** Per tutti gli esercizi è ammessa una tolleranza di +/- 15" sul tempo totale.
- e)** 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.
- f)** Quando più di una sequenza viene eseguita, queste devono essere consecutive e non separate da altri elementi obbligati o liberi.

CATEGORIA BABY:

| | | |
|-----------------------|---------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'20" |
| | Trio | 1'20" |
| | Squadra | 1'30" |

ELEMENTI OBBLIGATI

SOLO E DUO

Gambe bicicletta con almeno 1 movimento di un braccio.
 Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Posizione di spaccata.
 Gamba di balletto (figura 101 del Regolamento F.I.N.).
 Capovolta raggruppata indietro (figura 310 del Regolamento F.I.N.)

TRIO E SQUADRA

Gambe bicicletta con almeno 1 movimento di un braccio.
 Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Posizione di cannoncino.
 Gamba di balletto (figura 101 del Regolamento F.I.N.).
 Capovolta raggruppata indietro (figura 310 del Regolamento F.I.N.)

CATEGORIA GIOVANISSIMI:

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'20" |
| | Trio | 1'20" |
| | Squadra | 1'30" |
| | Combinato | 1'45" |

ELEMENTI OBBLIGATI

SOLO E DUO

Gambe bicicletta con almeno 1 movimento di un braccio.
 Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Posizione di spaccata.
 Gamba di balletto (figura 101 del Regolamento F.I.N.).
 Capovolta raggruppata indietro (figura 310 del Regolamento F.I.N.).

TRIO E SQUADRA

Gambe bicicletta con almeno 1 movimento di un braccio.
 Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Posizione di cannoncino.
 Gamba di balletto (figura 101 del Regolamento F.I.N.).
 Capovolta raggruppata indietro (figura 310 del Regolamento F.I.N.).

E' consentita una sequenza

Nel **LIBERO COMBINATO** si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA ESORDIENTI B

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'30" |
| | Trio | 1'30" |
| | Squadra | 1'40" |
| | Combinato | 2'00" |

ELEMENTI OBBLIGATI:

SOLO E DUO

Gambe bicicletta con almeno 2 movimenti di un braccio.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Mezza passeggiata avanti.
Gamba di balletto alternata (fig. 102 del Regolamento F.I.N.).
Scambi in posizione di cannoncino.
E' consentita una spinta o un aggancio.

TRIO E SQUADRA

Gambe bicicletta con almeno 2 movimenti di un braccio.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Mezza passeggiata avanti.
Gamba di balletto alternata (fig. 102 del Regolamento F.I.N.).
Scambi in posizione di cannoncino.
E' consentita una spinta o un aggancio.
E' consentita una sequenza.

Nel **LIBERO COMBINATO** si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA ESORDIENTI A

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

ELEMENTI OBBLIGATI:

SOLO E DUO

Boost (uscita rapida con entrambe le braccia alte).
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Kipnus fino a verticale gamba flessa (la discesa è libera).
Gamba di balletto alternata (figura 102 del Regolamento F.I.N.).
Passeggiata avanti (figura 360 del Regolamento F.I.N.).
E' consentita una spinta o un aggancio.

TRIO E SQUADRA

Gambe bicicletta con almeno 2 movimenti di un braccio.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Gamba di balletto alternata (figura 102).
Kipnus (figura 316 del Regolamento F.I.N.).
Passeggiata avanti (figura 360 del Regolamento F.I.N.).
E' consentita una spinta o un aggancio.
E' consentita una sequenza

Nel **LIBERO COMBINATO** si potranno effettuare un massimo di 3 spinte. Le spinte in coppia non contano come spinte.

CATEGORIA RAGAZZI

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'30" |
| | Duo | 1'40" |
| | Trio | 1'40" |
| | Squadra | 1'50" |
| | Combinato | 3'00" |

ELEMENTI OBBLIGATI:

SOLO E DUO

Boost (uscita rapida con entrambe le braccia alte).
Gambe bicicletta con almeno 1 movimento a due braccia.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Passo d'uscita avanti dalla posizione di spaccata.
Marsuino fino alla posizione di verticale (figura 355 del Regolamento F.I.N.).
E' consentita una spinta o un aggancio.

TRIO E SQUADRA

Boost (uscita rapida con entrambe le braccia alte).
Gambe bicicletta con almeno 1 movimento a due braccia.
Sequenza di 3 posizioni di gamba di balletto (da scegliere tra gamba di balletto dx, sn, doppia, fenicottero dx, sn).
Passeggiata avanti (figura 360 del Regolamento F.I.N.).
Marsuino (figura 355 del Regolamento F.I.N.).
E' consentita una spinta o un aggancio.
E' consentita una sequenza

Nel **LIBERO COMBINATO** si potranno effettuare un massimo di 3 spinte. Le spinte in coppia non contano come spinte.

CATEGORIA JUNIOR

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'30" |
| | Duo | 1'50" |
| | Trio | 1'50" |
| | Squadra | 2'20" |
| | Combinato | 3'00" |

Per i programmi liberi di **DUO, TRIO, SQUADRA e LIBERO COMBINATO** il limite massimo di spinte è 3.
Nella **SQUADRA E LIBERO COMBINATO** le spinte a coppie non contano come spinte.

CATEGORIA ASSOLUTA

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'30" |
| | Duo | 1'50" |
| | Trio | 1'50" |
| | Squadra | 2'20" |
| | Combinato | 3'00" |

Per i programmi liberi di **DUO, TRIO, SQUADRA e LIBERO COMBINATO** il limite massimo di spinte è 3.
Nella **SQUADRA E LIBERO COMBINATO** le spinte a coppie non contano come spinte.

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE B

Il Campionato Nazionale di Serie B è riservato a tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia A.P.S.S.D. e all'A.S.I. **Possono partecipare le atlete tesserate alla F.I.N. - Settore Propaganda, previo tesseramento gratuito con la Confsport Italia A.P.S.S.D.** (Così come previsto dalla convenzione in essere tra la FIN e l'ASI).

Le atlete che prendono parte al Campionato Nazionale di Serie B non possono in alcun caso partecipare al Campionato Nazionale Silver e viceversa.

Non possono partecipare al Campionato Nazionale di Serie B le atlete che nella stagione 2021 partecipano al Campionato di Serie A, salvo eccezioni previste dalla regola del passaggio al campionato superiore.

| | | |
|-------------------|----------------------|---|
| CATEGORIE: | BABY: | 2013 (8 anni non compiuti) - 2014 |
| | GIOVANISSIMI: | 2012 - 2013 (8 anni compiuti) |
| | ESORDIENTI B: | 2011 |
| | ESORDIENTI A: | 2009 - 2010 |
| | RAGAZZI: | 2006 - 2008 |
| | JUNIOR: | 2003 - 2005 |
| | ASSOLUTI: | 2001 - 2008 (sarà concessa la partecipazione del 1999 e 2000 solo negli esercizi di squadra e libero combinato) |

Ogni Società potrà iscrivere 1 Solo, 2 Duo, 2 Trio, 3 Squadre e 2 Liberi Combinati per ciascuna categoria.

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

Negli esercizi di Squadra e Libero Combinato 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 + l'esercizio di Solo (non incluso nel limite dei 3 esercizi).

ESERCIZI IN PROGRAMMA

Categorie: Baby

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Categorie: Giovanissimi, Es. B, Es. A, Ragazzi

Programmi Tecnici: Solo, Duo, Trio e Squadra

Programma Libero: Combinato

Categorie: Junior e Assoluti

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

REGOLAMENTO TECNICO

a) Il programma tecnico di qualsiasi categoria e specialità deve contenere gli elementi obbligati specificati in questo regolamento.

b) **E' necessario rispettare l'ordine di esecuzione degli elementi obbligati.**

c) Nei programmi tecnici tutte le atlete dovranno eseguire elementi identici, contemporaneamente e nella stessa direzione ad eccezione dell'entrata, della spinta, dell'aggancio e nella formazione di cerchio (che è permessa solo una volta).

d) Tutti gli esercizi comprendono max 10'' sul bordo.

e) Per tutti gli esercizi è ammessa una tolleranza di +/- 15'' sul tempo totale.

f) 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.

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

CATEGORIA BABY:

| | | |
|-----------------------|---------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'20" |
| | Trio | 1'20" |
| | Squadra | 1'30" |

ELEMENTI OBBLIGATI: Gambe bicicletta con almeno 1 movimento di un braccio.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Scivolamento indietro in posizione supina.
Dalla posizione supina raggiungere la posizione di mezza gamba di balletto e tornare alla posizione supina.
Capovolta raggruppata indietro (figura 310 del Regolamento FIN).
Nell'esercizio di squadra è concessa una sequenza

CATEGORIA GIOVANISSIMI

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'20" |
| | Trio | 1'20" |
| | Squadra | 1'30" |
| | Combinato | 1'45" |

ELEMENTI OBBLIGATI: Gambe bicicletta con almeno 1 movimento di un braccio.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Scivolamento indietro in posizione supina.
Dalla posizione supina raggiungere la posizione di mezza gamba di balletto e tornare alla posizione supina.
Capovolta raggruppata indietro (figura 310 del Regolamento FIN).
Nell'esercizio di squadra è concessa una sequenza

CATEGORIA ESORDIENTI B

| | | |
|-----------------------|-----------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'30" |
| | Trio | 1'30" |
| | Squadra | 1'40" |
| | Combinato | 2'00" |

ELEMENTI OBBLIGATI: Gambe bicicletta con almeno 2 movimenti di un braccio.
Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
Dalla posizione supina raggiungere la posizione di mezza gamba di balletto e tornare alla posizione supina.
Posizione di spaccata.
Scambi in posizione di cannoncino.
E' consentita una spinta o un aggancio
Nell'esercizio di quadra è concessa una sequenza.

Nel **LIBERO COMBINATO** si potranno effettuare un massimo di 3 spinte.

CATEGORIA ESORDIENTI A

| | | |
|-----------------------|------|-------|
| <u>DURATA:</u> | Solo | 1'20" |
| | Duo | 1'30" |
| | Trio | 1'30" |

| | |
|-----------|-------|
| Squadra | 1'40" |
| Combinato | 2'30" |

ELEMENTI OBBLIGATI: Gambe bicicletta con almeno 1 movimento a due braccia.
 Gambe stile laterale con almeno 2 movimenti di un braccio.
 Gamba di balletto (figura 101 del Regolamento FIN).
 Passeggiata avanti (figura 360 del Regolamento FIN).
 Scambi in posizione cannoncino.
 E' consentita una spinta o un aggancio.
 Nell'esercizio di quadra è concessa una sequenza.

Nel **LIBERO COMBINATO** si potranno effettuare un massimo di 3 spinte. Le spinte in coppia non contano come spinte.

CATEGORIA RAGAZZI

DURATA:

| | |
|-----------|-------|
| Solo | 1'30" |
| Duo | 1'40" |
| Trio | 1'40" |
| Squadra | 1'50" |
| Combinato | 3'00" |

ELEMENTI OBBLIGATI: Boost (uscita rapida con entrambe le braccia alte).
 Gambe bicicletta con almeno 1 movimento a due braccia.
 Sequenza di 3 posizioni di gamba di balletto (da scegliere tra gamba di balletto dx, sn, doppia, fenicottero dx, sn).
 Passeggiata avanti (figura 360 del Regolamento FIN).
 Eseguire 2 scambi di cannoncini seguiti da una posizione in verticale gamba flessa.
 E' consentita una spinta o un aggancio
 Nell'esercizio di quadra è concessa una sequenza.

CATEGORIA JUNIOR

DURATA:

| | |
|-----------|-------|
| Solo | 1'30" |
| Duo | 1'50" |
| Trio | 1'50" |
| Squadra | 2'20" |
| Combinato | 3'00" |

Per i programmi liberi di **DUO, TRIO, SQUADRA e LIBERO COMBINATO** il limite massimo di spinte è 3.
 Nella **SQUADRA E LIBERO COMBINATO** le spinte a coppie non contano come spinte.

CATEGORIA ASSOLUTA

DURATA:

| | |
|-----------|-------|
| Solo | 1'30" |
| Duo | 1'50" |
| Trio | 1'50" |
| Squadra | 2'20" |
| Combinato | 3'00" |

Per i programmi liberi di **DUO, TRIO, SQUADRA e LIBERO COMBINATO** il limite massimo di spinte è 3.
 Nella **SQUADRA E LIBERO COMBINATO** le spinte a coppie non contano come spinte.

CAMPIONATO NAZIONALE MASTER

Il Campionato Nazionale Master è riservato a tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia A.P.S.S.D. e all'A.S.I. **Possono partecipare le atlete tesserate alla F.I.N. - Settore Master, previo tesseramento gratuito con la Confsport Italia A.P.S.S.D..** (Così come previsto dalla convenzione in essere tra la FIN e l'ASI).

CATEGORIE

M 20-34
M 35-49
M over 50.

ESERCIZI IN PROGRAMMA

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

REGOLAMENTO TECNICO

Per la durata dei programmi liberi si rimanda al regolamento F.I.N.

Ogni Società potrà iscrivere per ciascuna categoria un numero illimitato di esercizi.

Ogni atleta potrà partecipare ad un massimo di 3 esercizi per ogni gruppo di età più il Libero Combinato.

CAMPIONATI NAZIONALI DI NUOTO SINCRONIZZATO

PISCINE DELLO STADIO - VIALE DELLO STADIO, 4 - TERNI

26 - 30 Giugno 2021

PROTOCOLLO DI ACCESSO E NORME COMPORTAMENTALI PER LE COMPETIZIONI/MANIFESTAZIONI INSERITE NEL CALENDARIO 2021

La **Direttrice o il Direttore di Gara**, all'uopo nominati, **sono responsabili** sull'osservanza di tali norme. In caso di **affido** di una gara da parte dell'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D. **l'Associazione o la Società organizzatrice sono responsabili** sull'osservanza di tali norme.

PREMESSE

Sulla base dei riferimenti normativi dei vari DPCM, dell'Ufficio Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri e della Federazione Italiana Nuoto la Confsport Italia A.P.S.S.D. e il Settore Attività Natatorie dell'ASI redigono il presente protocollo per il contrasto e contenimento della diffusione del virus Covid-19, da applicare durante i Campionati Nazionali di Nuoto Sincronizzato.

1. La presenza del pubblico non sarà consentita.
2. L'ingresso all'impianto sportivo è consentito ai soli partecipanti alla competizione, ai tecnici ed ai dirigenti in possesso della Tessera ASI/Confsport Italia A.P.S.S.D. valida per il 2021. Inoltre, è consentito l'accesso ai medici, al personale sanitario, ai giudici di gara regolarmente convocati e in possesso della tessera ASI/Confsport Italia A.P.S.S.D. e della tessera di qualifica valida per la stagione in corso, allo staff tecnico dell'ASI/Confsport Italia A.P.S.S.D. provvisti di formale incarico e ai fotografi ufficiali designati dagli organizzatori.
3. L'accesso all'impianto è consentito 20 minuti prima dell'orario di inizio riscaldamento previsto dall'ordine di lavoro. Sarà cura dell'organizzazione disporre nel miglior modo possibile il controllo tessere e le necessarie verifiche dovute all'emergenza Covid 19.
4. La permanenza nell'impianto è consentita solo per la durata del turno di gara al quale si partecipa.
5. L'accesso all'impianto, nel rispettivo orario indicato dall'ordine di lavoro, è consentito esclusivamente alla delegazione societaria così composta:
 - a. atleti che gareggiano nel determinato turno di gara;
 - b. due tecnici regolarmente tesserati per il 2021;
 - c. un dirigente accompagnatore munito di regolare tessera rilasciata dall'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D. valida per il 2021. Il Dirigente accompagnatore non può essere un tecnico.
6. Non è consentito l'accesso all'impianto agli atleti che non gareggiano nel determinato turno di gara. Sarà attivo un servizio di sorveglianza per le zone di accesso all'impianto.
7. All'accesso all'impianto sarà predisposto il controllo tessere. In questa fase, oltre alle normali procedure previste dai regolamenti dell'A.S.I./Confsport Italia A.P.S.S.D. avverrà la misurazione della

temperatura, l'igienizzazione delle mani, la sanificazione degli oggetti personali e il ritiro dei moduli di autocertificazione, il controllo dei requisiti per accedere all'impianto (rispetto dei turni di gara e regolare iscrizione e tesseramento). E' fatto obbligo di avere a disposizione per ogni atleta copia del rispettivo certificato medico di idoneità all'attività agonistica in corso di validità (nel caso di atleta che abbia risolto l'infezione occorre una rinnovata certificazione o certificato "Return to play").

8. Il responsabile dell'Associazione/Società partecipante, tecnico o dirigente accompagnatore, dovrà consegnare la dichiarazione di "Adempimento al Protocollo di Sicurezza" firmata dal Presidente dell'Associazione/Società unitamente ai moduli di autocertificazione individuali di ogni componente la delegazione societaria. Non sarà consentito l'ingresso nell'impianto alle Associazioni/Società sprovviste di tale dichiarazione e/o dei suddetti moduli.
9. L'accesso alla struttura e conseguentemente alla competizione sarà consentito solo a coloro i quali non presentino una temperatura rilevata superiore a 37,5 °C.
10. L'accesso alla struttura e conseguentemente alla competizione sarà consentito solo a coloro i quali presentino l'apposita autocertificazione in forma cartacea ed in originale (per i minori firmata da chi esercita la potestà genitoriale).
11. Al momento dell'accesso nelle diverse zone dell'impianto sarà richiesta l'igienizzazione delle mani con apposita soluzione idroalcolica.
12. L'accesso alle diverse zone dell'impianto è consentito solo con scarpe da ginnastica dedicate o ciabatte o copri scarpe.
13. All'interno dell'impianto, eccezion fatta per gli atleti esclusivamente durante le fasi di allenamento e competizione, è obbligatorio l'uso della mascherina.
14. In ogni zona dell'impianto saranno previste zone di attesa con postazioni distanziate.
15. Non è consentito l'utilizzo degli spogliatoi.
16. I soli partecipanti potranno accedere ai servizi igienici dedicati per ogni zona dell'impianto senza superare il numero massimo di persone consentito nei diversi locali.
17. È vietato consumare cibi all'interno dell'impianto.
18. I partecipanti alle competizioni dovranno usare sempre e solo la propria borraccia/bottiglietta personale, eventualmente contrassegnata con il proprio nome. È vietato bere dal rubinetto.
19. È vietato lasciare in giro qualsiasi tipo di materiale personale. I propri effetti personali andranno riposti nelle proprie borse posizionate chiuse nelle aree adibite, ivi compreso ciò che riguarda l'igiene personale.
20. Occorre evitare gli spostamenti all'interno dell'impianto limitandoli a quelli necessari nel rispetto delle indicazioni di flusso e osservando le indicazioni della Direzione di Gara.
21. Le cerimonie di premiazione dovranno essere svolte con la mascherina e mantenendo la distanza di sicurezza di almeno 1 m. In merito alle premiazioni, si seguiranno le indicazioni dell'organizzazione.
22. Alle società verrà consegnata busta sigillata contenente le medaglie di partecipazione per ogni singola atleta.
23. Si richiede a tutti i partecipanti di collaborare rispettando le indicazioni del personale di gara ed i flussi di entrata e di uscita predisposti dall'organizzazione.
24. Eventuali partecipanti che nei 10 giorni a seguire l'evento dovessero risultare positivi al tampone (positività al Sars-CoV-19) dovranno avvisare tramite mail la Confsport Italia A.P.S.S.D..
25. La Confsport Italia A.P.S.S.D. si impegna nel caso di ricezione di avviso di positività da parte di un partecipante di informare le società partecipanti a mezzo mail indicando orario e giorno in cui l'eventuale soggetto positivo era presente all'interno dell'impianto.
26. In caso di positività di un componente del gruppo squadra iscritto ad una competizione le Associazioni/Società dovranno attenersi ad una delle due procedure di seguito indicate:

Procedura "A"

gli atleti/operatori sportivi facenti parte del gruppo in allenamento negli stessi orari, ai sensi della Circolare n. 0018584 del 29 maggio 2020 del Ministero della Salute, dovranno essere considerati contatti stretti* e non potranno quindi prendere parte alla competizione a meno che, in coerenza con quanto indicato nella Circolare n. 0032850 del 12 ottobre 2020 del medesimo Ministero, abbiano osservato:

Un periodo di quarantena di 14 giorni dall'ultima esposizione al caso positivo, oppure,

Un periodo di quarantena di 10 giorni dall'ultima esposizione con un test antigenico o molecolare negativo effettuato il decimo giorno.

Procedura "B"

prevede, come in altre Federazioni, che l'intero gruppo squadra sia costantemente monitorato e già stato sottoposto ad un tampone molecolare (naso-faringeo) o un tampone rapido da effettuarsi nel rispetto della normativa governativa , regionale e locale vigente , almeno sette giorni e da almeno due settimane. Nel caso di una positività l'atleta/operatore sportivo interessato seguirà l'iter previsto dalle Autorità Sanitarie competenti, mentre gli altri componenti del gruppo squadra dovranno essere sottoposti immediatamente a tampone antigenico. Se risultati negativi e qualora le Autorità Sanitarie competenti non prevedano diversamente, potranno riprendere la propria attività sportiva, previa sanificazione dell'impianto; se positivi verranno isolati e seguiranno il percorso previsto dalle suddette Autorità Sanitarie competenti.

27. Tutti i componenti del gruppo squadra in cui si sia verificato un caso di positività dovranno sottoporsi a nuovo tampone molecolare entro le 48 ore precedenti la competizione il cui esito negativo dovrà essere documentato e allegato alla autocertificazione
28. Alle stesse procedure sopra esposte dovranno attenersi anche gli atleti e gli operatori sportivi che pur non facendo parte del gruppo in allenamento negli stessi orari, sempre ai sensi della Circolare n. 0018584 del 29 maggio 2020 del Ministero della Salute, debbano comunque essere considerati contatti stretti*.
29. I risultati di gara e la classifica saranno pubblicati sul sito www.confspportitalia.it.
30. Si rende noto che il presente documento potrà essere aggiornato qualora pervenissero nuove comunicazioni dalle autorità preposte.

*A titolo esemplificativo, per quanto qui interessa, coloro che:

hanno avuto un contatto fisico diretto con un caso COVID-19 (per esempio la stretta di mano); hanno avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un caso COVID-19 (ad esempio toccare a mani nude fazzoletti di carta usati); si sono trovate in un ambiente chiuso con un caso COVID-19 in assenza di DPI idonei; hanno viaggiato su qualsiasi mezzo di trasporto entro due posti in qualsiasi direzione rispetto ad un caso COVID-19; sono contatti stretti anche i compagni di viaggio etc..

AUTODICHIARAZIONE AI SENSI DEGLI ARTT. 46 E 47 D.P.R. N. 445/2000
(la presente autodichiarazione deve essere firmata da ambedue i genitori per gli atleti minorenni)

La sottoscritta _____, nata il ____ . ____ . ____
a _____ (____), residente in _____ (____),
via _____, identificata a mezzo _____
nr. _____, rilasciato da _____ in data ____ . ____ . ____ , utenza
telefonica _____, mail _____ consapevole
delle conseguenze penali previste dall'art. 76 dello stesso Decreto per le ipotesi di falsità in atti e
dichiarazioni mendaci,

DICHIARA

- | | |
|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> di essere | <input type="checkbox"/> non essere affetto da COVID-19; |
| <input type="checkbox"/> di essere | <input type="checkbox"/> non essere sottoposto a regime di quarantena da parte delle autorità sanitarie; |
| <input type="checkbox"/> di essere | <input type="checkbox"/> non essere stato esposto a casi accertati o probabili o sospetti di COVID-19 negli ultimi 14 giorni; |

consapevole che in caso di risposta positiva non potrà accedere all'impianto se non in possesso di un certificato di guarigione.

Mi impegno ad informare il medico di famiglia in caso di:

- comparsa di temperatura oltre i 37.5°;
- esposizione a casi accertati o probabili o sospetti di COVID-19;
- qualsiasi sintomatologia (tosse, raffreddore, mal di gola, difficoltà respiratorie, dispnea da sforzo, stanchezza e dolori muscolari, dolori addominali, diarrea, perdita del gusto e/o dell'olfatto)

Mi impegno a rispettare le idonee misure di riduzione del rischio di contagio da COVID-19 come da linee guida istituzionali che mi sono state fornite.

Autorizzo la misura della temperatura corporea ad ogni ingresso presso l'impianto sportivo ai fini della prevenzione dal contagio da COVID-19, l'implementazione dei protocolli di sicurezza anti-contagio ai sensi dell'art. art. 1, n. 7, lett. d) del DPCM 11 marzo 2020, sino al termine dello stato d'emergenza.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (regolamento UE 2016/679).

Luogo e data _____

Firma



DICHIARAZIONE DI ADEMPIMENTO AL PROTOCOLLO DI SICUREZZA

Resa ai sensi del D.P.R. 445/2000

Denominazione della gara _____

Sede _____

Data _____

Io sottoscritto _____

Titolare della tessera A.S.I./Confsport Italia A.S.D.R. n. _____

Presidente dell'Associazione/Società _____

Codice di Affiliazione _____

DICHIARO

consapevole delle responsabilità penali e civili a cui vado incontro in caso di false dichiarazioni

- 1) Che da parte dell'Associazione/Società da me rappresentata sono state rispettate tutte le prescrizioni sanitarie previste dal Protocollo anti Covid 19 dell'A.S.I. e della Confsport Italia A.S.D.R., **con particolare riferimento al punto 28) del documento denominato "Protocollo di accesso e norme comportamentali per le competizioni/manifestazioni inserite nel Calendario 2021"**.
- 2) Che tutti gli atleti impegnati per la/le gara/e prevista in questa sede hanno compilato il modulo individuale di autocertificazione che verrà consegnato unitamente a questa dichiarazione.
- 3) Che nella sede abituale di allenamento dei suddetti atleti sono state applicate tutte le misure preventive previste dal protocollo federale anti Covid 19.

Data _____

Firma e timbro

AUTOCERTIFICAZIONE resa ai sensi del D.P.R. 445/2000

da consegnare agli organizzatori delle competizioni/manifestazioni del Calendario ASI/Confspport Italia ASDR 2021

Il/la sottoscritto/a

Cognome Nome.....

Luogo e data di nascita

Residente a..... Via/Piazza

DICHIARA

consapevole delle responsabilità penali e civili a cui andrà incontro in caso di false dichiarazioni

per se stesso

in qualità di genitore/titolare della responsabilità genitoriale

di.....

nato/a.....

il

documento di riconoscimento.....

di non essere attualmente sottoposto a vincolo di isolamento/quarantena e di non essere a conoscenza ad oggi di aver contratto infezione da SARS – COV 19

| | Si | No |
|--|----|----|
| CRITERI EPIDEMIOLOGICI | | |
| E' stato/a sottoposto/a a vaccinazione completa anti Covid19? | | |
| E' stato mai sottoposto/a a vincolo di isolamento o di quarantena? | | |
| E' stato esposto/a a casi sospetti o accertati di Covid 19 negli ultimi 14 giorni? | | |
| Ha avuto contatti con persone rientrate da zone sottoposte a cordone sanitario di Covid 19 negli ultimi 14 giorni? | | |
| Ha frequentato negli ultimi 14 giorni zone sottoposte a cordone sanitario o è domiciliato nelle stesse? | | |
| Convive con persone con febbre/febbricola associata a tosse, raffreddore, difficoltà respiratoria, mal di gola, alterazione del gusto e dell'olfatto, dolori osteo-articolari diffusi, diarrea insorti negli ultimi 14 giorni? | | |
| CRITERI CLINICI | | |
| Ha febbre (TC 37,5° C) insorta da meno di 14 giorni? | | |
| Ha tosse, raffreddore, difficoltà respiratoria, mal di gola, congiuntivite, alterazione del gusto, alterazioni dell'olfatto, dolori osteo-articolari diffusi o diarrea insorti da meno di 14 giorni? | | |
| Ha avuto febbre (TC 37,5° C), tosse, raffreddore, difficoltà respiratoria, mal di gola, congiuntivite, alterazione del gusto, alterazioni dell'olfatto, dolori osteo-articolari diffusi o diarrea negli ultimi 14 giorni? | | |
| ANAMNESI PREGRESSA PER SARS – COV-2 | | |
| Ha ricevuto una diagnosi di infezione da SARS-COV-2 mediante tampone rino-faringeo molecolare? | | |
| In caso di risposta positiva al precedente punto, ha effettuato un tampone rinofaringeo definitivo per SARS-COV-2 risultato negativo e/o ha ricevuto certificazione di guarigione? | | |
| Ha effettuato un esame sierologico per SARS-COV-2 che è risultato positivo (IgM e/o IgG)? In tal caso ha effettuato almeno un tampone rinofaringeo per SARS-COV-2 risultato negativo? | | |
| In caso di risposta positiva ai precedenti punti, è in possesso della certificazione alla idoneità sportiva agonistica rinnovata dopo risoluzione dell'infezione o della certificazione "Return to play"? | | |

- sotto la propria responsabilità che quanto dichiarato corrisponde a verità;
- di aver preso visione e rispettato il PROTOCOLLO DI ACCESSO E NORME COMPORTAMENTALI PER LE COMPETIZIONI/MANIFESTAZIONI INSERITE NEL CALENDARIO 2021;
- di assumersi la responsabilità di indossare la mascherina chirurgica fin dall'ingresso in struttura e per tutta la permanenza all'interno della stessa, ad esclusione delle fasi di allenamento e/o gara;
- di impegnarsi a comunicare via mail alla Società Organizzatrice, all'ASI e alla Confspport Italia ASDR eventuale positività al SARS – COV 19 che dovesse manifestarsi nei **10 giorni successivi all'evento**