



TROFEO

FORUM SPORT CENTER

SECONDA EDIZIONE

Categorie: Esordienti B e Giovanissime

Domenica 29 aprile 2018



Di seguito troverete il regolamento per il Trofeo Forum Sport Center che si terrà **domenica 29 aprile** presso il centro sportivo Forum Sport Center (Via Cornelia 493, 00166 Roma).

Caratteristiche dell'impianto: vasca da 25 mt, 8 corsie, altezza lato blocchetti 2,00 m , altezza altro lato 1,40 m.

ISCRIZIONI

- Scadenza iscrizioni: **16 aprile 2018**
- Costo iscrizioni: **8€ ad atleta**
- Ogni Società potrà iscrivere:

ESORDIENTI B:

- 2 solo
- 2 duo
- 2 trio
- 2 squadre
- 1 combinato

GIOVANISSIME:

- 2 duo
- 2 trio
- 2 squadre
- 1 combinato

Saranno concessi due esercizi "bonus" (Es: un esercizio B e un esercizio Giovanissime in più *oppure* due esercizi B o Giovanissime in più)

- - Pagamento iscrizioni: **bonifico bancario** intestato a:
FORUM S.C. Società Sportiva Dilettantistica a r.l.
B.N.L. - IBAN IT 93 Y 01005 03202 0000000 29850

- Si prega trasmettere copia dell'avvenuto pagamento relativa alla quota iscrizione alle mail:

- **tursielena12@gmail.com**
- **giovanna.o@progettisportivi.com**

contestualmente con le iscrizioni e le musiche gara, specificando chiaramente il nome della società, numero iscritti, recapiti telefonici con il nome del responsabile del settore sincronizzato. Non verranno inseriti nel programma gare atleti mancanti del pagamento della tassa gara.

- Accertarsi che sul bonifico, nella causale, sia chiaramente specificato il nome della società che lo effettua, e il numero degli atleti iscritti.

- Inviare le iscrizioni alla Società Forum Sport Center ad entrambe le mail:

- **tursielena12@gmail.com**
- **giovanna.o@progettisportivi.com**

- Per la **Ricevuta Fiscale** specificare la ragione sociale della Società

PREMI

Le atlete verranno valutate da giudici regionali/nazionali.
Ogni atleta riceverà medaglia di partecipazione e gadget.
Per le prime tre classificate sono previsti premi aggiuntivi.
Verranno premiate le prime tre società classificate per ogni categoria, e verrà assegnato un'ulteriore premio alla società vincitrice del Trofeo (sommando i punteggi di Es.B e Giovanissime).

REGOLAMENTO

Si applicano le regole previste dal Regolamento Regionale
Propaganda, allegato sotto.

Il Trofeo è riservato agli atleti/atlete in regola con il tesseramento F.I.N. per l'anno 2017-2018.

Ogni allenatore dovrà provvedere ad inviare entro il 10 aprile 2018 le musiche gara in formato MP3, specificando nome della società, la tipologia dell'esercizio, la categoria e i nominativi delle atlete. Per qualsiasi evenienza vi chiediamo di portare una pennetta con le musiche.

Potranno partecipare al trofeo anche Società di altre Regioni, ricordando che al momento dell'iscrizione dovranno fornire il nulla osta del proprio comitato.

Le atlete verranno valutate dai giudici con il seguente criterio: un voto per il merito tecnico e un voto per l'impressione generale.

PROGRAMMA GARE

Domenica mattina CATEGORIA GIOVANISSIME:

08:30 riscaldamento

09:15 sfilata

09:30 inizio gara

Domenica pomeriggio CATEGORIA ESORDIENTI B:

14:00 riscaldamento

14:45 sfilata

15:00 inizio gara

Gli orari previsti potranno subire variazioni in base al numero di atlete partecipanti.

REGOLAMENTO TECNICO

(vedi Regolamento Tecnico Sincronizzato Regione Lazio)

CATEGORIE

Giovanissime 2009-2010-2011

Esordienti B 2008

ISCRIZIONI

Sarà possibile iscrivere:

ESORDIENTI B:

- 2 solo (programma tecnico)
- 2 duo (programma tecnico)
- 2 trio (programma tecnico)
- 2 squadre (programma tecnico)
- 1 combinato

GIOVANISSIME:

- 2 duo (programma tecnico)
- 2 trio (programma tecnico)
- 2 squadre (programma tecnico)
- 1 combinato

RIEPILOGO TEMPI LIMITI per Programmi Tecnici e Liberi

Categoria GIOVANISSIMI/E Tempi

Programma tecnico

Duo 1'20" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Trio 1'20" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Squadra 1'30" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Programma libero

Libero Combinato 1'45" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Categoria ESORDIENTI B Tempi

Programma tecnico

Solo 1'20" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Duo

Trio

1'30"

1'30"

compresi un max di 10" sul bordo vasca

compresi un max di 10" sul bordo vasca

Squadra 1'40" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Programma libero

Libero Combinato 2'00" compresi un max di 10" sul bordo vasca

Tutti gli elementi dei programmi tecnici, di tutte le categorie devono rigorosamente seguire l'ordine prestabilito.

Si raccomanda vivamente, per chiarezza di giudizio, che gli Elementi Obbligati da 1 a 5 siano separati da altre azioni.

Nel Solo, nel Duo e nel Trio gli elementi obbligati da 1 a 5 devono essere eseguiti parallelamente ai lati della vasca sui quali sono posizionati i pannelli delle giurie, ad eccezione del boost di braccia. NON sono consentite azioni a specchio. Con l'eccezione della spinta e dell'aggancio, la partenza e il tuffo, tutti gli elementi obbligati e liberi devono essere effettuati simultaneamente e guardando nella stessa direzione da tutte le atlete eccetto durante la formazione in cerchio. In questa formazione non verrà quindi sanzionato il viso delle atlete rivolto in direzioni diverse. In caso contrario saranno assegnati 2(due) punti di penalità nel punteggio totale del pannello esecuzione.

Per le penalità e gli elementi tecnici si fa riferimento al regolamento regionale propaganda del Lazio.