

**FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO**  
**COMITATO REGIONALE PUGLIESE**  
**PROGRAMMA E CALENDARIO**  
**NUOTO SINCRONIZZATO**

**anno sportivo 2018-2019**

# REGOLAMENTI E PROGRAMMI GARA

Alle manifestazioni potranno partecipare tutti gli atleti/e che nel corso del corrente Anno Sportivo 2018/2019 siano regolarmente tesserati alla Federazione Italiana Nuoto.

## ISCRIZIONI

Si prega di dedicare particolare attenzione alle iscrizioni, le quali dovranno essere effettuate in base alla seguenti indicazioni:

- Le iscrizioni dovranno essere trasmesse esclusivamente a mezzo E-mail al seguente indirizzo [sincro.crpuglia@federnuoto.it](mailto:sincro.crpuglia@federnuoto.it), alla particolare attenzione di Delia Di Bari.
- La mail dovrà contenere il MODULO ISCRIZIONI GARE redatto in ogni sua parte, lo stesso sarà reperibile sul sito nazionale della FIN, all'interno della sezione "SINCRO", alla voce "Regolamento 2017-2018",MODULO ISCRIZIONI GARE.
- Si rammenta che NON saranno accettate iscrizioni imprecise ed incomplete.
- Le Società sono pregate di accertarsi dell'avvenuta ricezione da parte del Comitato, entro i termini previsti, del sopraccitato Modulo.

**PER GLI ESERCIZI OBBLIGATORI:** le Società dovranno inoltre compilare, per ogni atleta, il modulo specifico per gli stessi, scrivendo: i dati della manifestazione, i dati dell'atleta, i numeri dei quattro esercizi con il rispettivo coefficiente di difficoltà, da inviare in allegato al modulo precedente

**PER IL SISTEMA DELLE STELLE:** le Società dovranno inoltre compilare e consegnare sul campo gara il modulo specifico per le stesse, in 3 copie, scrivendo i dati dell'atleta.(il suddetto modulo è reperibile sul sito nazionale della FIN, all'interno della sezione "SINCRO", alla voce Regolamento 2017-2018, SISTEMA DELLE STELLE moduli.)

**PER GLI ESERCIZI LIBERI o TECNICI:**le Società dovranno inoltre compilare il modulo specifico per gli stessi, scrivendo : i dati della manifestazione,i dati dell'atleta, i numeri dei coefficienti di difficoltà in caso di elementi tecnici dove previsti.(Il suddetto modulo è reperibile sul sito FIN PUGLIA, all'interno della sezione DISCIPLINE Sincronizzato,alla voce REGOLAMENTO,Modulo iscrizione esercizi liberi e Modulo programma tecnico.)

- Le iscrizioni dovranno essere accompagnate dalla tassa di iscrizione di:

4,50 euro ESERCIZI OBBLIGATORI

4,50 euro SOLO

5 euro SISTEMA DELLE STELLE

7 euro DUO

14 euro SQUADRA

14 euro LIBERO COMBINATO

Le iscrizioni dovranno essere effettuate con pagamento su c/C 23026719 intestato a F.I.N. Comitato Regionale Pugliese.

## **CATEGORIE**

Esordienti C      2010 - 2011 eventuali 2012

Esordienti B      2009

Esordienti A      2007 - 2008

Ragazze          2004 - 2005 - 2006

Junior            2001 - 2002 - 2003

Senior            2000 e precedenti

Assoluti          2006 e precedenti

# REGOLAMENTO GARE

## *SISTEMA DELLE STELLE + Elementi obbligati 1 PROVA solo CATEGORIA JUNIOR*

16 DICEMBRE - Riscaldamento h. 15.30 inizio gare ore 16.30

30/11/2018 - Termine iscrizioni presso il Comitato Regionale

NON vi saranno limitazioni al numero di atleti iscritte per Società.

Si precisa che ciascuna Società è tenuta a portare sul campo gara n. 3 copie per ciascuna stella e per ciascuna atleta dell'apposito modulo di valutazione.

### Programma gara:

- Elementi obbligati:  
JUN gruppo 1

## *1 PROVA OBBLIGATORI*

13 Gennaio - Riscaldamento h. 8.30 inizio gare ore 9.30

28/12/2018 - Termine scadenza presso il Comitato Regionale

### Programma gara:

- Obbligatorie per le categorie:(sono stati scelti i seguenti gruppi)  
ES A gruppo 1  
RAG gruppo 1
- Elementi obbligati:  
JUN gruppo 2

## *2 PROVA OBBLIGATORI + recupero SISTEMA DELLE STELLE*

27 Gennaio - Riscaldamento h.8.30 inizio gare ore 9.30

11/01/2019 - Termine iscrizioni presso il Comitato Regionale.

NON vi saranno limitazioni al numero di atleti iscritte per Società.

Si precisa che ciascuna Società è tenuta a portare sul campo gara n. 3 copie per ciascuna stella e per ciascuna atleta dell'apposito modulo di valutazione.

### Programma gara:

- Obbligatorie per le categorie:(sono stati scelti i seguenti gruppi)  
ES A gruppo 2  
RAG gruppo 2
- Elementi obbligati:  
JUN gruppo 3

## **CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE PROPAGANDA**

3 Febbraio - Riscaldamento h. 8:30 inizio gare ore 9.30

18/01/2019 - Termine iscrizioni presso il Comitato

Ciascuna società potrà iscrivere al massimo, per ciascuna categoria, n.2 SOLO, n.2 DUO, n.2 SQUADRA, n.1 ESERCIZIO LIBERO COMBINATO

### Premiazioni:

Saranno premiate le prime tre atlete classificate per ciascuna categoria del programma Tecnico o Libero.

### Programma gara:

- Es C: DUO, TRIO E SQUADRA (PROGRAMMA TECNICO);
- Es B:SOLO, DUO , SQUADRA (PROGRAMMA TECNICO) e Libero Combinato;
- Es A : SOLO, DUO , SQUADRA (PROGRAMMA TECNICO) e Libero Combinato;
- Ragazze: SOLO, DUO , SQUADRA (PROGRAMMA TECNICO) e Libero Combinato;
- Juniores, SOLO, DUO , SQUADRA (PROGRAMMA LIBERO) e Libero Combinato;
- Seniores, SOLO, DUO (PROGRAMMA LIBERO)
- Assoluti,SQUADRA (PROGRAMMA LIBERO) e Libero Combinato

## **3 PROVA OBBLIGATORI**

17 Febbraio - Riscaldamento h. 8.30 inizio gare ore 9.30

01/02/2019 - Termine scadenza presso il Comitato Regionale

### Programma gara:

- Obbligatori per le categorie:(sono stati scelti i seguenti gruppi)
  - ES A gruppo 3
  - RAG gruppo 3
- Elementi obbligati:
  - JUN gruppo 4

## **CAMPIONATO REGIONALE INVERNALE + SISTEMA DELLE STELLE**

10 Marzo- Riscaldamento h.8:30 inizio gare ore 9.30

22/02/2019 - Termine scadenza presso il Comitato Regionale

### Premiazioni:

Saranno premiate le prime tre atlete agoniste classificate per ciascuna categoria negli obbligatori.

Programma gara:

- Obbligatori per le categorie:(sono stati scelti i seguenti gruppi)

ES C

101 GAMBA DI BALLETO 1.6

310 CAPOVOLTA RAGGRUPPATA INDIETRO 1.1

POSIZIONE DI SPACCATA 1.3

ES B

106 GAMBA DI BALLETO TESA 1.6

316 KIPNUS 1.4

360 PASSEGGIATA AVANTI 1.9

362 GAMBERO IN SUPERFICIE 1.3

ES A gruppo

RAG gruppo

- Elementi obbligati:

JUN gruppo

Si precisa che ciascuna Società è tenuta a portare sul campo gara n. 3 copie per ciascuna stella e per ciascuna atleta dell'apposito modulo di valutazione.