



FEDERAZIONE
ITALIANA
NUOTO



***REGOLAMENTO
NUOTO SINCRONIZZATO
- ANNO SPORTIVO 2012 -***



ANNO OLIMPICO

SOMMARIO

CALENDARIO ATTIVITA' NAZIONALE.....	3
CATEGORIE ATLETE.....	4
NORME DI CARATTERE GENERALE.....	5
1. MANIFESTAZIONI.....	6
2. SESSIONI.....	7
3. PARTECIPAZIONE – CRITERI DI AMMISSIONE.....	8
4. ISCRIZIONI.....	11
5. AMMENDE.....	13
6. COSTUMI-ACCONCIATURE-TRUCCO.....	14
7. MUSICA.....	15
8. OBBLIGATORI:ESERCIZI E VALUTAZIONE.....	16
9. PROGRAMMI TECNICI: ELEMENTI OBBLIGATI.....	19
10. ESERCIZI LIBERI: VALUTAZIONE.....	22
11. RIEPILOGO TEMPI LIMITE.....	24
12. PENALITA'.....	25
13. RISERVE – SOSTITUZIONI.....	27
14. ORDINE ENTRATA IN ACQUA-FINALI-PREMIAZIONI.....	28
15. SISTEMA DELLE STELLE.....	30
16. ATLETI MILITARI-DOPPIO TESSERAMENTO.....	31
CAMPIONATI NAZIONALI.....	35
1. CAMPIONATO INVERNALE ESORDIENTI A.....	36
2. CAMPIONATO ESTIVO ESORDIENTI A.....	37
3. CAMPIONATO INVERNALE RAGAZZE.....	39
4. CAMPIONATO ESTIVO RAGAZZE.....	40
5. CAMPIONATO INVERNALE JUNIORES.....	42
6. CAMPIONATO ESTIVO JUNIORES.....	43
7. CAMPIONATO INVERNALE ASSOLUTO.....	45
8. CAMPIONATO ESTIVO ASSOLUTO.....	47
9. CAMPIONATO ESTIVO “OPEN”.....	49
CLASSIFICHE - PREMI – RIMBORSI.....	50
MANIFESTAZIONI EXTRA-FEDERALI.....	55

SETTORE SINCRO

CALENDARIO ATTIVITA' NAZIONALE A 2012

	Manifestazione	Nazion/Internaz	Categoria	Sede	Nazione
<i>Dicembre 2011</i>					
9-11 Dicembre	5° World FINA Trophy	Internaz.	Assoluto	Pechino	CINA
<i>Febbraio 2012</i>					
3-5 Febbraio	Camp.Italiano Assoluto invernale	Nazionale	Assoluto	Novara	ITALIA
18-19 Febbraio	Camp.Italiano Master invernale	Nazionale	Master	Frosinone	ITALIA
<i>Marzo 2012</i>					
10-11 Marzo	Camp.Italiano Junior invernale	Nazionale	Junior	Roma Foro Italicco	ITALIA
15-18 Marzo	Camp.Italiano Propaganda Invernale	Nazionale	Propaganda	Civitavecchia	ITALIA
31 Marzo	Camp.Italiano Es. A invernale	Nazionale	Esord. A	Legnano	ITALIA
<i>Aprile 2012</i>					
1 Aprile	Camp.Italiano Ragazze invernale	Nazionale	Ragazze	Legnano	ITALIA
18-22 Aprile	Torneo qualificazione olimpica	Internaz.	Assoluto	Londra	G.BRET.
<i>Maggio 2012</i>					
16-20 Maggio	European Championships	Internaz.	Assoluto	Antwerpen	BELGIO
<i>Giugno 2012</i>					
31 Mag. – 3 Giu.	Camp.Italiano Propaganda Estivo	Nazionale	Propaganda	San Marino	ITALIA
7-10 Giugno	Savona Sincro/Camp. Assol. Est.	Internazionale	Assoluto	Savona	ITALIA
12-17 Giugno	Camp. Mondiali Masters	Internaz.	Masters	Riccione	ITALIA
28 Giu. -1 Luglio	Camp.Italiano Estivo Ragazze	Nazionale	Ragazze	Ostia	ITALIA
<i>Luglio 2012</i>					
7-8 Luglio	Camp. Italiano Masters Estivo	Nazionale	Masters	Bari	ITALIA
12-15 Luglio	Camp. Italiano junior Estivo	Nazionale	Junior	Roma Stadio Nuoto	ITALIA
19-22 Luglio	COMEN CUP (Medierranean Cup)	Internaz.	Ragazze	Torrevieja	SPAGNA
27-29 Luglio	Camp. Italiano Estivo Es. A	Nazionnale	Esord. A	Busto	ITALIA
<i>Agosto 2012</i>					
5-10 Agosto	Olympic Games	Internaz.	Assoluto	Londra	G.BRET.
Agosto data d.d.	World Championships	Internaz.	Juniores	d.d.	GRECIA

STAGIONE AGONISTICA 2011-2012
CATEGORIE ATLETE

Per l'anno 2011/2012 le Categorie degli atleti di Nuoto Sincronizzato saranno le seguenti come da Circolare Normativa :

Esordienti "B"	2002	10 anni
Esordienti "A"	2000 / 2001	11 / 12 anni
Ragazze/i	1997 / 1998 / 1999	13 / 14 / 15 anni
Juniores	1994 / 1995 / 1996	16 / 17 / 18 anni
Seniores	1993 e precedenti	19 anni e oltre
Assoluto	1999 e precedenti	13 anni e oltre

N.B.

- 1 gli atleti/e appartenenti alla categoria Esordienti "B" possono gareggiare solo in campo regionale;*
- 2 gli atleti/e appartenenti alla categoria Esordienti "A" non possono gareggiare nei Campionati Regionali/Italiani Assoluti;*

NORME DI CARATTERE GENERALE

1. Manifestazioni

Tutte le manifestazioni organizzate dalla FIN si svolgeranno secondo le norme della FINA, in vigore fino al 2013, tranne nei casi diversamente specificati.

Nel corso del 2012 si svolgeranno le seguenti manifestazioni a carattere nazionale, organizzate dal Settore Sincro della FIN:

*Campionati Invernale ed Estivo Esordienti A
Campionati Invernale ed Estivo Ragazze
Campionati Invernale ed Estivo Junior
Campionati Invernale ed Estivo Assoluto*

Tutta la Regolamentazione e le informazioni relative a queste manifestazioni sono indicate sia nella parte Generale del Regolamento, sia nelle sezioni specifiche di ciascun Campionato.

I Campionati Masters e Propaganda, organizzati dai rispettivi settori della FIN seguono Regolamenti specifici.

*Campionato Invernale ed Estivo Propaganda
Campionato Invernale ed Estivo Masters*

Le gare nelle manifestazioni di Nuoto Sincronizzato sono :

- *Obbligatorie*
- *Solo*
- *Duo*
- *Squadra*
- *Libero Combinato*

2. Sessioni

Obbligatorie

Ogni concorrente dovrà eseguire quattro (4) esercizi obbligatori. Le figure categorie Senior, Junior e per Gruppi di età sono stabilite dalla Commissione Tecnica della FINA ogni quattro (4) anni, previa approvazione del Bureau.

Programmi Tecnici (Eliminatorie e Finali)

Nei programmi Tecnici Solo, Duo e Squadra si devono eseguire gli Elementi Obbligati stabiliti. Gli Elementi Obbligati sono decisi dalla Commissione Tecnica ogni quattro (4) anni, previa approvazione del Bureau della FINA.

Programmi Liberi , Libero Combinato (Eliminatorie e Finali)

I Programmi Liberi prevedono SOLO, DUO, SQUADRA e LIBERO COMBINATO.

I Programmi Liberi possono essere composti da obbligatori e/o parte di essi, bracciate, propulsioni etc, accompagnati da musica. I Programmi Liberi non hanno alcun tipo di limitazione per la scelta della musica, per il contenuto e per le coreografie.

L'Esercizio Libero Combinato è composto da un massimo di dieci (10) atlete, che eseguono una combinazione di Solo, Duo, Trio e Squadra. Almeno due parti dell'esercizio devono avere meno di tre (3) partecipanti e almeno due parti devono avere tra quattro (4) e dieci (10) partecipanti. La partenza può avvenire sul bordo vasca o in acqua, tutte le parti successive devono partire dall'acqua. Una nuova parte inizia dove la parte precedente ha terminato.

3. Partecipazione – Criteri di ammissione

- 1) *Potranno partecipare ai vari campionati nazionali organizzati dal settore Sincro le atlete/i in possesso di tutti i seguenti requisiti:*
 - *Essere in regola con il tesseramento Federale per la stagione 2011-2012*
 - *Essere in possesso della qualifica delle “Stelle” corrispondente al livello di attività, secondo la tabella allegata “Sistema delle Stelle” .*
 - *Aver conseguito nel corso della stagione 2011-2012, in una manifestazione a carattere Regionale o Nazionale riconosciuta dalla FIN o dai suoi organi periferici un punteggio minimo di ammissione negli esercizi obbligatori, differenziato secondo categoria, manifestazione ed esercizio, secondo la tabella allegata “Punteggio minimo”*
- 2) *Nelle gare di Squadra e di Libero Combinato, in tutte le Categorie, è ammessa la partecipazione di una o due atlete che, pur avendo obbligatoriamente partecipato ad una gara con le caratteristiche di cui sopra, non abbiano conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesti. Si rimanda in merito alla tabella allegata “Fuori quota” e ai Capitoli dei singoli Campionati.*
- 3) *Ai Campionati Estivi saranno ammessi, come negli anni passati, i migliori solo e duo dei Campionati Invernali, secondo modalità specificate nella tabella “Qualificazione” e nei capitoli dei singoli Campionati.*
- 4) *In tutti i Campionati di tutte le Categorie ove siano previste prove di Obbligatori, tutte le atlete iscritte agli esercizi liberi o tecnici dovranno obbligatoriamente parteciparvi. E’ invece possibile partecipare agli obbligatori e non agli esercizi liberi o tecnici, o partecipare solo ad alcuni di questi.*
- 5) *Tutti i requisiti dovranno essere posseduti alla data di scadenza di presentazione delle iscrizioni ai rispettivi Campionati.*
- 6) *I punteggi potranno essere ottenuti dalle atlete anche in manifestazioni Regionali organizzate in regioni diverse da quella di appartenenza geografica, previa autorizzazione del CR organizzatore.*
- 7) *Tutti i requisiti, ed in particolare i punteggi di obbligatori, dovranno essere comunicati con i moduli di iscrizione sotto forma di “autodichiarazione” o allegando documentazione (copia comunicati-gara). Gli atleti/e non in possesso di tutti i requisiti richiesti non potranno essere ammessi alla manifestazione in oggetto*
- 8) *Gli atleti/e selezionati per le squadre nazionale Assoluta, B, Junior e Ragazze per la stagione 2011/2012, che per concomitanti impegni (raduni o manifestazioni) delle rispettive Nazionali, o per altri comprovati impedimenti, non abbiano potuto conseguire i punteggi minimi di partecipazione, sono comunque ammesse ai*

Campionati Italiani, previa dichiarazione in sede di iscrizione della Convocazione in Nazionale. Altrimenti devono conseguire anch'esse i punteggi minimi richiesti.

TABELLA SISTEMA DELLE STELLE

Per essere ammesse ai Campionati Nazionali le atlete dovranno essere in possesso, per ogni categoria, delle seguenti stelle:

"SISTEMA delle STELLE"		
ESORDIENTI A / 1° ANNO	2001	STELLA 3
ESORDIENTI A / 2° ANNO	2000	STELLA 4
RAGAZZE 1° ANNO	1999	STELLA 5 / 1-5
RAGAZZE 2° ANNO	1998	STELLA 5 / 6-10

TABELLA PUNTEGGIO MINIMO DI AMMISSIONE

Per essere ammesse ai Campionati Nazionali le atlete dovranno aver conseguito in una manifestazione a carattere Regionale o Nazionale riconosciuta dalla FIN o dai suoi organi periferici un punteggio minimo di ammissione negli esercizi obbligatori

PUNTEGGIO MINIMO AMMISSIONE	Punteggio	Ammenda
	minimo	sotto
ASSOLUTI INVERNALI	60	58
ASSOLUTI ESTIVI	60	
JUNIORES INVERNALI	56	54
JUNIORES ESTIVI	56	54
RAGAZZE INVERNALI	51	49
RAGAZZE ESTIVI	51	49
ESORDIENTI A INVERNALI	46	44
ESORDIENTI A ESTIVI	46	44

TABELLA NUMERO ATLETE "FUORI QUOTA"

Nelle gare di Squadra e di Libero Combinato è ammessa la partecipazione di una o due atlete, fino ad un massimo complessivo di due atlete per ogni Società e per ogni Campionato, che non abbiano conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto, o

comunque non siano qualificate per il Campionato in questione. Tali atlete dovranno comunque dimostrare di aver partecipato ad una manifestazione Nazionale o Regionale di Obbligatorî

"FUORI QUOTA"	Numero	Numero
	"Fuori quota"	"Fuori quota"
	Squadra	Combo
ASSOLUTI INVERNALI	1	
ASSOLUTI ESTIVI	1	2
JUNIORES INVERNALI		
JUNIORES ESTIVI	1	2
RAGAZZE INVERNALI		
RAGAZZE ESTIVI	1	2
ESORDIENTI A INVERNALI		
ESORDIENTI A ESTIVI	1	2

TABELLA QUALIFICAZIONE AI CAMPIONATI ESTIVI

Ai Campionati Estivi saranno ammessi i migliori solo, duo, squadre e singoli atleti per gli obbligatorî, in base ai risultati dei Campionati Invernali

QUALIFICAZIONE	Qualificati	Qualificati	Qualificati	Qualificati	Qualificati
	Obbligatorî	Solo	Duo	Squadra	Combo
ASSOLUTI INVERNALI					
ASSOLUTI ESTIVI		24	24	20	20
JUNIORES INVERNALI					
JUNIORES ESTIVI	libera	24	24	libera	libera
RAGAZZE INVERNALI					
RAGAZZE ESTIVI	300	40	40	libera	libera
ESORDIENTI A INVERNALI					
ESORDIENTI A ESTIVI	300	40	40	libera	libera

Si rimanda anche ai Capitoli "Iscrizioni", "Sistema delle Stelle" e ai Capitoli dei singoli Campionati.

4. Iscrizioni

Ogni Società può iscrivere a ciascun Campionato fino ad un massimo di quattordici (14) atlete/i. Ogni Società può iscrivere fino a un massimo di due Solo, due Duo, una Squadra ed un Libero Combinato.

- 1) Le iscrizioni ai Campionati Nazionali devono pervenire alla FIN entro i termini indicati per ciascun campionato. Dopo tale data, per un periodo di tolleranza di cinque giorni, le iscrizioni potranno essere ancora accettate previo pagamento di una multa di 100 (cento) Euro unica per società e campionato, indipendentemente dal numero di iscrizioni “ritardatarie”.*
- 2) Le iscrizioni possono essere inviate via fax (06/36200030) o via e-mail (sincro@federnuoto.it). In ogni caso la Società è tenuta a telefonare alla FIN (06.36200436/482/428) per ottenere conferma dell'avvenuta ricezione. Fa fede la data e l'ora indicata sulla ricevuta di eseguito del fax o sulla mail.*
- 3) Per le iscrizioni deve essere usato unicamente il modulo fornito dalla Federazione, reperibile sul sito della FIN, nella HomePage Sincro (<http://www.federnuoto.it/sincro.asp>).*
- 4) Nel modulo d'iscrizione di tutte le gare e di tutti i campionati devono essere indicati:*
 - cognome e nome*
 - numero di tessera federale*
 - l'anno di nascita*
 - la “Stella” posseduta, se richiesta per la categoria*
 - la data, l'evento ed il punteggio ottenuto per l'ammissione nelle qualificazioni in Campionati Nazionali, Campionati Regionali, Interregionali o Regionali Open.*
- 5) Nei moduli di iscrizione per i Programmi Tecnici e i Programmi Liberi devono essere inoltre indicati:*
 - I nominativi dei partecipanti al Solo e l'eventuale riserva*
 - I nominativi dei partecipanti al Duo e l'eventuale riserva (max 1)*
 - I nominativi dei partecipanti alla Squadra e le eventuali riserve (max 6)*
 - I nominativi dei partecipanti al Programma Libero Combinato e le eventuali riserve (max 4)*
- 6) L'esercizio di Squadra può essere composto da un minimo di quattro (4) ad un massimo di otto (8) atleti/e
L'esercizio Libero Combinato può essere composto da un minimo di quattro (4) ad un massimo di dieci (10) atleti/e. Non sono previste penalità per il numero inferiore*

a dieci

7) *Ogni Società ha la possibilità di iscrivere due (2) atleti/e della categoria inferiore al Campionato della categoria immediatamente superiore, e questi/e possono partecipare agli Obbligatorî, all'esercizio di Duo, di Squadra e Libero Combinato.*

8) *Pertanto una Società può iscrivere :*

- *Due (2) Esordienti/A nella cat. Ragazzi/e (solo un atleta può partecipare al DUO, entrambe/i nella Squadra e nel libero combinato)*
- *Due (2) Ragazze/i nella cat. Junior (solo un atleta può partecipare al DUO, entrambe/i nella Squadra e nel libero combinato)*
- *Non esistono limitazioni in tal senso per i Campionati Assoluti.*

9) *Ogni Società può anche iscrivere due (2) atlete di categoria inferiore per i soli Obbligatorî a Campionati di categoria superiore anche se non ha iscritto atlete per la categoria superiore cui si riferisce il Campionato*

10) *Le atlete di categorie inferiori iscritte ai Campionati di categoria superiore devono aver conseguito il punteggio minimo di qualificazione di Obbligatorî relativo al campionato a cui si iscrivono La "Stella" richiesta è invece quella riferita all'anno di nascita dell'atleta..*

11) *Nel caso in cui, in una manifestazione, siano previsti Programma Tecnico e Libero, o eliminatorie e finali, il numero dei partecipanti, tra i due esercizi, non può essere variato; tranne il caso di indisposizione documentata dal medico di servizio.*

12) *Non potranno ovviamente essere accettate partecipazioni di atleti/e che non risultino iscritti/e nell'apposito modulo come titolari o riserve.*

13) *E' consentita la partecipazione di atleti di sesso maschile. Per tutte le categorie tali atleti vengono inseriti nella classifica generale.*

14) *Per il 2012 sono vigenti le seguenti tasse di iscrizione gara, valide per tutte le categorie*

€	4.00	"Gara Obbligatorî" (per ogni atleta)
€	4.00	"Solo" Prog. Tecnico e Prog. Libero
€	6.00	"Duo" Prog. Tecnico e Prog. Libero
€	12.00	"Squadra" Prog. Tecnico e Prog. Libero
€	12.00	"Esercizio Libero Combinato"

5. Ammende

- 1) *E' prevista un'ammenda di €15,00 (quindici) ad atleta, come previsto dalla circolare FIN per la stagione 2011-2012, per assenza non comunicata per iscritto al Settore Sincro, sette (7) giorni prima dell'inizio della manifestazione.*
- 2) *E' ammessa la comunicazione dell'assenza di un'atleta, fino a massimo un'ora (1h) prima dell'inizio di ogni gara della manifestazione stessa, solo per motivi di salute con certificato del medico di gara o del medico di famiglia.*
- 3) *E' prevista un'ammenda di € 50,00 (cinquanta) per ciascuna atleta che ottenga ad un Campionato Italiano un punteggio inferiore di 2,000 punti rispetto al punteggio minimo necessario per l'ammissione. La regola e l'importo sono validi per tutte le categorie*
- 4) *E' prevista una ammenda di € 100,00 (cento) per iscrizione tardiva ai vari Campionati, dopo la data indicata come termine iscrizione . Vedi Capitolo 4. Iscrizioni , comma 1.*

6. Costumi – Acconciature – Trucco

Esercizi Obbligatori: *i partecipanti devono indossare costume nero e cuffia bianca.*

- *sono consentiti occhialini e stringi naso*
- *non sono ammessi gioielli di alcun tipo sia negli esercizi obbligatori che negli esercizi con la musica. (SS 8.5, SS13.6)*

Costumi Esercizi Tecnici e Liberi

I costumi per gli esercizi liberi devono essere conformi alla norma GR5; non sono ammesse trasparenze evidenti, non sono ammessi accessori (es. maniche, gonnellini, ecc.). L'uso di occhialini è consentito.

Acconciature Esercizi Tecnici e Liberi

Le acconciature non devono coprire la fronte e non possono avere accessori "oscillanti" di nessun tipo.

Trucco Esercizi Tecnici e Liberi

Il trucco deve essere moderato, limitato agli occhi e alle labbra; non sono consentiti disegni o simboli in nessuna zona del costume, del viso o del corpo che possano essere offensivi. Eventuali tatuaggi devono essere coperti.

Sanzioni

Nel caso in cui il Giudice Arbitro della manifestazione, avvertito dall'Addetto ai Concorrenti o dai suoi collaboratori, reputi che il costume, l'acconciatura o il trucco dei partecipanti non siano conformi a tale regola, può squalificare tale/i atleta/e se non si adegueranno alle norme.

7. Musica

I Team manager / allenatori sono responsabili per l'etichettatura di tre dischi CD singoli per ogni esercizio così come per la velocità, il nome del concorrente e la società di appartenenza. Il termine per la ricezione dei dischi è di un'ora prima dell'inizio della gara corrispondente. In tutte le circostanze, se la riproduzione audio non funziona, il team manager / allenatore ha il diritto di portare immediatamente i due dischi aggiuntivi della musica. Se i due dischi aggiuntivi falliscono di nuovo (non funzionano), il concorrente viene squalificato.

8. Obbligatori: esercizi e valutazione

Esercizi Obbligatori FINA 2009-2013

<i>Categoria Juniores e Seniores</i>		
FISSI		
313	KIP SPACCATA CHIUSA A 180°	2.5
112f	IBIS AVVITAMENTO CONTINUO (720°)	2.8
GRUPPO 1		
336	GAVIATA APERTA A 180°	2.8
436	CICLONE	2.7
GRUPPO 2		
355b	MARSUINO TORSIONE COMPLETA	2.5
150	CAVALIERE	3.1
GRUPPO 3		
307	PESCE VOLANTE	3.0
115c	CATALINA CON PIROETTA	2.8
Categoria Ragazze		
FISSI		
420	PASSEGGIATA INDIETRO	2.0
355e	MARSUINO AVVITAMENTO 360°	2.1
GRUPPO 1		
342	AIRONE	2.1
311a	KIP MEZZA TORSIONE	2.2
GRUPPO 2		
240	ALBATROSS	2.2
345	CATALINA ROVESCATA	2.1
GRUPPO 3		
301d	BARRACUDA AVVITAMENTO 180°	2.1
140	FENICOTTERO GAMBA FLESSA	2.4
Categoria Esordienti "A"		
FISSI		
101	GAMBA DI BALLETO SINGOLA	1.6
360	PASSEGGIATA IN AVANTI	2.1
GRUPPO 1		
321	SOMERSUB	2.0
315	KIPNUS	1.6
GRUPPO		
355	MARSUINO	1.9
401	PESCE SPADA	2.0
GRUPPO 3		
344	NETTUNO	1.8
301	BARRACUDA	2.0

1. Ogni valutazione parte da uno standard di perfezione. Terrà conto dell'accuratezza delle posizioni e delle transizioni come specificato nella descrizione dell'obbligatorio. Prenderà in considerazione anche l'estensione, l'altezza, la stabilità, la chiarezza, l'uniformità del movimento se non diversamente specificato. Gli Obbligatorî vanno eseguiti in posizione stazionaria se non nei casi diversamente specificati.

2. Negli Obbligatorî si possono ottenere voti **da 0 a 10** usando **1/10 di punto** :

• Perfetto		10		
• Quasi perfetto	da	9.9	a	9.5
• Eccellente	da	9.4	a	9.0
• Molto buono	da	8.9	a	8.0
• Buono	da	7.9	a	7.0
• Discreto	da	6.9	a	6.0
• Sufficiente	da	5.9	a	5.0
• Insufficiente	da	4.9	a	4.0
• Scarso	da	3.9	a	3.0
• Molto scarso	da	2.9	a	2.0
• Difficilmente riconoscibile	da	1.9	a	0.1
• Completamente errato		0		

3. Se un giudice per un malore o qualsiasi altra causa imprevista, non avrà dato il voto ad una figura, la media dei voti degli altri cinque (5) o sei (6) giudici sarà calcolata e considerata come voto dato da quel giudice. Il voto dovrà essere calcolato al più vicino decimo di punto.

Calcolo per i risultati degli obbligatori

- Il voto più alto e quello più basso saranno cancellati, i rimanenti voti saranno sommati, la somma sarà divisa per il numero di voti rimasti validi ed il risultato sarà moltiplicato per il coefficiente di difficoltà per ottenere il punteggio di ciascuna figura.
- SS 12.2 La somma dei tre/cinque punteggi degli obbligatori sarà divisa per il coefficiente di difficoltà del gruppo e moltiplicata per DIECI (10). Le penalità verranno detratte dopo questo calcolo.
- SS 12.3 Il risultato degli Obbligatorî sarà:
 - Per il "SOLO" il risultato per ciascuna concorrente sarà ottenuto come da SS 12.2.
 - Per il "DUO" il risultato per ciascuna concorrente sarà ottenuto come da norma SS 12.2. Tali risultati saranno sommati e divisi per due (2) per ottenere la media dei punteggi (arrotondando al terzo decimale).
 - Per la "SQUADRA", per ogni concorrente, che gareggi in tale esercizio, il risultato si otterrà come da norma SS 12.2 Tali risultati saranno

sommati tra loro e divisi per il numero delle partecipanti all'esercizio, per ottenere la media dei punteggi (arrotondando al terzo decimale).

- *Se una concorrente dopo le eliminatorie del Duo o della Squadra non potrà eseguire gli obbligatori (a causa di malattia o incidente), nel Duo il punteggio della riserva verrà usato per determinare il punteggio. Nella Squadra il punteggio più alto ottenuto tra le due riserve verrà usato per determinare il punteggio totale.*

9. Programmi Tecnici: elementi obbligati

Il presente Capitolo è riferito solo al Campionato Assoluto Invernale in cui si eseguono solo esercizi tecnici.

Per la corretta esecuzione degli elementi obbligati si deve fare sempre riferimento alla descrizione delle posizioni di base, dei movimenti di base e degli obbligatori del regolamento generale della FINA.

La velocità di esecuzione degli elementi obbligati è libera, l'importante è che la figura sia ben identificabile, eseguita sul posto, nell'ordine prestabilito ed in modo uniforme..

Requisiti Generali

Si potranno aggiungere altri elementi liberi supplementari. La loro collocazione sarà libera.

Gli elementi obbligati dovranno essere eseguiti con i requisiti esposti nelle norme descritte nell'Appendice da II a IV della FINA.

Tranne i casi diversamente specificati nelle descrizioni, tutti gli elementi dovranno essere eseguiti alti e controllati, con movimento uniforme, con ogni sezione chiaramente definita e in posizione stazionaria.

Gli elementi obbligati 4 e 9 del Duo, e,1,5,8,9 della Squadra saranno giudicati nel rimanente 30% dell'Esecuzione.

SOLO Programma Tecnico (tempo 2'00")

Gli elementi di seguito descritti (da 1 a 6) devono essere eseguiti nell'ordine prestabilito.

- 1. Dalla posizione carpiata in avanti si esegue una torsione completa mentre le gambe si distendono per raggiungere la posizione verticale. Continuando nella stessa direzione si esegue una torsione completa seguita da un avvvitamento continuo di 1440° (quattro rotazioni). [DD 3.3]*
- 2. Si esegue rocket-split con rapida apertura in spaccata a mezza aria; mantenendo la massima altezza, la gamba frontale si solleva verticalmente, mentre la gamba posteriore si muove per raggiungere la posizione verticale gamba flessa. La gamba in verticale si abbassa indietro mentre la gamba flessa si distende per ritornare alla posizione di spaccata a mezza aria. [DD 3.1]*
- 3. Boost, un'uscita rapida con la testa con il corpo che raggiunge la massima altezza possibile dalla superficie. Alla massima altezza ambedue le braccia devono essere sollevate alle o sopra le spalle. Si esegue una discesa fino alla totale scomparsa seguita immediatamente da un altro Boost con entrambe le braccia sollevate dalla superficie. Si esegue una discesa fino alla totale scomparsa dell'atleta.[DD 2.5]*

4. *Iniziando con la posizione di gamba di balletto assunta con la gamba in estensione si esegue un Catalarc (116) muovendosi in direzione della testa mentre si assume la posizione di gamba di balletto (DD 2.9)*
5. *Avvitamento combinato, un avvitamento discendente di 1080° (3 rotazioni) seguito senza pausa da un equivalente avvitamento ascendente della stessa direzione (DD 3.0)*
6. *Dalla posizione carpiata indietro si esegue un Pesce volante avvitamento 360° - 307e (DD 3.2)*

DUO Programma Tecnico (tempo 2'20")

Gli elementi di seguito descritti (da 1 a 8) devono essere eseguiti nell'ordine prestabilito.

1. *Si esegue un Albatross con piroetta (240c) fino al termine della rotazione seguita da un Avvitamento continuo di 1440° (4 rotazioni) [DD 3.3]*
2. *Combinazione di gambe di balletto in movimento : la prima posizione di gamba di balletto si deve assumere sollevando la gamba in estensione. Si solleva la gamba orizzontale per assumere la posizione di gamba di balletto doppia. Mantenendo tale posizione si esegue una rotazione di 360°, la prima gamba si abbassa alla superficie assumendo la posizione di gamba di balletto, si abbassa anche la seconda gamba per raggiungere la posizione supina. Le gambe sono in estensione durante tutte le posizioni e movimenti. [DD 2.5]*
3. *Rocket split- si esegue un thrust seguito da due rapidi scambi in spaccata a mezza aria, le gambe si richiudono in alto alla massima altezza. Si esegue una Verticale discendente. [DD 3.4]*
4. *Un'azione in connessione : movimenti in connessione, intrecciati o uniti. Alzate , spinte e piattaforme non sono consentite.*
5. *Mantenendo la posizione di coda di pesce si eseguono tre rotazioni complete in velocità e alla massima altezza. [DD 2.9]*
6. *Boost un'uscita rapida con la testa con il corpo che raggiunge la massima elevazione possibile dalla superficie. Alla massima altezza ambedue le braccia devono essere sollevate sopra le spalle. Si esegue una discesa fino alla totale scomparsa.[DD 1.7]*
7. *Dalla posizione di spaccata si esegue una rotazione di 180° mentre le gambe si sollevano simmetricamente e si chiudono in posizione verticale, seguita da una mezza torsione eseguita nella stessa direzione. Si esegue una Piroetta nel senso inverso completata da un avvitamento continuo di 1080° (3 rotazioni) nella stessa direzione della mezza torsione. La Piroetta e l'Avvitamento continuo sono eseguiti in posizione verticale.[DD 2.3]*
8. *Thrust seguito da un rapido avvitamento di 360° [DD 2.2]*
9. *Con l'eccezione dei movimenti sul bordo vasca e il tuffo e l'azione congiunta, tutti gli elementi (obbligati o non) devono essere eseguiti simultaneamente e con il viso rivolto nella stessa direzione. Non sono ammessi movimenti a specchio.*

SQUADRA Programma Tecnico (tempo 2'50'')

Gli elementi di seguito descritti (da 1 a 7) devono essere eseguiti nell'ordine prestabilito.

1. *MOVIMENTI ACROBATICI - SALTI – TORRI - PIATTAFORMA*
Requisiti per i salti (Eccezione alle regole FINA):
Si possono eseguire 2 salti o 2 torri simultanei (atlete rivolte nella stessa direzione) 1 salto , una torre, una piattaforma.
Le posizioni sotto acqua sono libere ma tutte le atlete devono essere coinvolte qualunque sia il movimento. (tutte le atlete devono eseguire lo stesso)
2. *Si esegue un Thrust fino alla posizione verticale, mantenendo la massima altezza si esegue una Piroetta mentre una gamba si flette per assumere la posizione verticale gamba flessa. Si esegue una Verticale discendente mentre la gamba flessa si distende per raggiungere la gamba in estensione alla altezza delle caviglie, la discesa è eseguita alla stessa velocità del Thrust.*
3. *Si esegue una Nova (435) fino alla Posizione di arco in superficie gamba flessa. Le gambe si sollevano simultaneamente fino alla posizione verticale mentre la gamba flessa si distende. Si esegue un Avvitamento continuato di 1080° (3 rotazioni) fino a quando i talloni raggiungono la superficie senza immergersi, seguito da un rapido Avvitamento ascendente di 180°. Si esegue una Verticale discendente alla stessa velocità di quella ascendente. [DD 2.9]*
4. *Boost un'uscita rapida con la testa con il corpo che raggiunge la massima elevazione possibile dalla superficie. Alla massima altezza ambedue le braccia devono essere sollevate alle o sopra le spalle. Si esegue una discesa fino alla totale scomparsa.*
5. *Azione in sequenza, movimento/i identico/i eseguito/i in sequenza una per una da tutte le atlete. Quando più di una sequenza viene eseguita, queste devono essere consecutive e non separate da altri elementi obbligati o liberi. Durante l'azione in sequenza ci devono essere almeno due cambi di formazione. [DD 2.9]*
6. *Dalla posizione carpiata in avanti si esegue un Marsuino fino alla Posizione verticale, si effettua una Rotazione completa , successivamente le gambe si divaricano simmetricamente fino alla Posizione di spaccata. Si esegue un passo di uscita in avanti. [DD 2.9]*
7. *Rocket split - un thrust seguito da una rapida spaccata richiusa in verticale alla massima altezza, completata da una Piroetta, seguita da una rapida discesa.*
8. *Le formazioni devono includere una linea retta e un cerchio.*
9. *Con l'eccezione dell'azione in sequenza, i movimenti sul piano vasca e l'entrata in acqua, tutti gli elementi (obbligati o non) devono essere eseguiti contemporaneamente con il viso rivolto nella stessa direzione da tutti i membri della squadra, eccetto durante la formazione a cerchio e i movimenti acrobatici. Variazioni nelle propulsioni e nelle direzioni sono consentite solo durante i cambiamenti di formazione. Non sono consentite azioni a specchio.*

10. Esercizi Liberi: valutazione

1. SS 17.1 Negli esercizi con musica verranno assegnati punti a 10 usando 1/10 di punto :

• Perfetto		10		
• Quasi perfetto	da	9.9	a	9.5
• Eccellente	da	9.4	a	9.0
• Molto buono	da	8.9	a	8.0
• Buono	da	7.9	a	7.0
• Discreto	da	6.9	a	6.0
• Sufficiente	da	5.9	a	5.0
• Insufficiente	da	4.9	a	4.0
• Scarso	da	3.9	a	3.0
• Molto scarso	da	2.9	a	2.0
• Difficilmente riconoscibile	da	1.9	a	0.1
• Completamente errato		0		

2. SS 17.2 Agli Esercizi Liberi e ai Liberi Combinati saranno attribuiti due voti da 0 a 10. (vedi norma SS 17.1).

a. SS 17.2.1 Primo punteggio - MERITO TECNICO

<i>Da considerare</i>	<i>SOLO</i>	<i>DUO</i>	<i>SQUADRA</i>	<i>COMBO</i>
<i>ESECUZIONE: delle bracciate, degli obbligatori e/o parti di essi; delle tecniche di propulsione e della precisione delle formazioni</i>	50%	40%	40%	40%
<i>SINCRONIZZAZIONE: una atleta con le altre e con la musica</i>	10%	30%	30%	30%
<i>DIFFICOLTA': delle bracciate, degli obbligatori e/o parti di essi, delle formazioni e del sincronismo</i>	40%	30%	30%	30%

b. SS 17.2.2 Secondo punteggio - IMPRESSIONE ARTISTICA

Da considerare	SOLO	DUO	SQUADRA	COMBO
<i>COREOGRAFIA: La varietà, la creatività, lo spaziare nella vasca, le formazioni e le transizioni</i>	50%	50%	50%	60%
<i>INTERPRETAZIONE DELLA MUSICA: utilizzo della musica</i>	20%	30%	30%	30%
<i>PRESENTAZIONE : controllo totale dell'insieme</i>	30%	20%	20%	10%

3. SS 17.3 Per i Programmi Tecnici verranno assegnati due punteggi, da 0 a 10 punti ciascuno. (Vedi norma SS17.1)

a. SS 17.3.1 Primo punteggio - ESECUZIONE

Da considerare	Valutazione
<i>ESECUZIONE : degli Elementi Obbligati,</i>	70%
<i>ESECUZIONE : del resto dell'esercizio</i>	30%

b. SS 17.3.2 Secondo punteggio - IMPRESSIONE GENERALE

Da considerare	SOLO	DUO	SQUADRA
<i>Coreografia, uso della musica</i>	40%	40%	40%
<i>Sincronismo</i>	10%	20%	30%
<i>Difficoltà</i>	30%	30%	20%
<i>Modo di presentazione</i>	20%	10%	10%

11. Riepilogo Tempi Limite per Esercizi Tecnici e Liberi

Categoria Esordienti "A"		
Programa Libero		
Solo	2'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Duo	2'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Squadra	3'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Libero Combinato	3'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Categoria Ragazze		
Programa Libero		
Solo	2'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Duo	3'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Squadra	3'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Libero Combinato	4'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Categoria Junior		
Programa Libero		
Solo	3'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Duo	3'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Squadra	4'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Libero Combinato	4'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Categoria Assoluta		
Programa Tecnico		
Solo	2'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Duo	2'20"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Squadra	2'50"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Programa Libero		
Solo	3'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Duo	3'30"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Squadra	4'00"	Compreso un max di 10" sul bordo vasca
Libero Combinato	4.30	Compreso un max di 10" sul bordo vasca

Sarà consentita una tolleranza di quindici (15") secondi, in più o in meno sui tempi sopra esposti, per tutti gli esercizi.

12. Penalità

SS.11 Penalità per la gara di Esercizi Obbligatorii :

- SS.11.1 *Vengono assegnati Due (2) punti di penalità se un atleta si ferma spontaneamente e chiede di ripetere la figura*
- SS.11.1.2 *Se un atleta non esegue la figura prevista, o la figura non contiene tutti gli elementi previsti, il coadiutore deve avvertire sia i giudici che l'atleta, che avrà la possibilità di ripetere la figura*
- SS.11.2 *Nel caso in cui l'atleta ripeta lo stesso errore o un altro, il punteggio per tale figura è zero (0).*

SS.18 Deduzioni e penalità negli Esercizi Liberi e Tecnici

- SS.18.1 *Negli Esercizi di Squadra, sia nelle eliminatorie che nelle finali degli Esercizi Liberi o Tecnici, mezzo (0,5) punto di penalità viene detratto per ogni atleta in meno di otto (8).*

SS.18.2. Penalità nei Programmi Liberi, Tecnici e Libero Combinato

Un (1) punto di penalità viene assegnato :

- SS.18.2.1 *Se si supera il tempo limite di dieci (10) secondi previsto per i movimenti sul bordo vasca*
- SS.18.2.2 *Se c'è una discrepanza nei tempi limite previsti per ciascun esercizio vedi SS.14.1 e AG 6*
- SS.18.2.3 *Se si superano i trenta (30") secondi della camminata per la partenza*
- SS.18.2.4 *Per ogni violazione della regola SS.13.2*
- SS.18.2.5 *Se un atleta fa deliberato uso del fondo della vasca durante gli esercizi per supportarsi.*
- SS.18.2.6 *Come descritto nella regola SS 15.3 relativa alla musica*

Due (2) punti di penalità vengono assegnati :

- SS.18.2.7 *Se si fa deliberato uso del fondo della vasca per supportare una o più atlete durante un esercizio*
- SS.18.2.8 *Se un'atleta si ferma volontariamente durante i movimenti sul bordo vasca e viene ripetuta la partenza*
- SS.18.2.9 *Se sul bordo vasca si effettuano torri o piramidi. Una parte del corpo di*

ciascuna atleta deve essere a contatto con il terreno prima della partenza.

SS.18.3 Penalità nei Programmi Tecnici

SS.18.3.1 Due (2) punti di penalità vengono detratti dal punteggio del Merito Tecnico per ogni elemento obbligato omesso nel Solo o da tutte le concorrenti nel Duo o nella Squadra.

SS.18.3.2 Un (1) punto di penalità viene detratto dal punteggio del Merito Tecnico

a) per ogni parte di un elemento obbligato o azione omessa nel Solo o da tutte le atlete nel Duo o nella Squadra

b) se si compie un'errata o addizionale sequenza in un elemento o azione nel Solo da parte dell'atleta o da tutte le atlete nel Duo o nella Squadra.

SS.18.3.3 Mezzo punto (0,5), di penalità viene detratto per ciascuna atleta, dal punteggio del Merito Tecnico per ogni atleta che non esegue una parte di elemento o se si compie un'errata o addizionale sequenza in un elemento o azione fino ad un max di due (2) punti.

SS 18.3.4 Mezzo punto (0,5) verrà detratto dal punteggio del Merito Tecnico per ogni violazione nel Duo o nella Squadra (punto 9 degli elementi obbligati)

SS.18.3.5 In caso di contestazione in merito agli elementi obbligati, per la decisione finale del Giudice Arbitro, si può usare una video registrazione ufficiale, se presente e se validata dal Giudice Arbitro stesso.

SS.18.4 Penalità per interruzione degli esercizi

Se una o più atlete si fermano volontariamente durante l'esercizio prima che questo sia terminato, l'esercizio viene squalificato.

Se l'interruzione è dovuta a circostanze indipendenti dal volere delle atlete, il giudice arbitro autorizzerà la ripetizione dell'esercizio durante la sessione.

13. Riserve - Sostituzioni

1. *Le riserve devono essere indicate nei moduli di iscrizione dei vari Campionati, per i Programmi Tecnici ed i Programmi Liberi:*
 - *Il nominativo della riserva del Solo; massimo una*
 - *Il nominativo della riserva del Duo; massimo una*
 - *I nominativi delle riserve della Squadra; massimo sei*
 - *I nominativi delle riserve del Libero Combinato; massimo quattro*
2. *Negli programmi Tecnici e Liberi e nel Libero Combinato, le riserve portano punteggio alla propria società solo ed esclusivamente per le gare a cui effettivamente partecipano in sostituzione della titolare assente, oltre che negli obbligatori.*
3. *La sostituzione del/la partecipante al solo con la riserva deve essere comunicata per iscritto sugli appositi moduli al Giudice Arbitro al più tardi un'ora prima dell'inizio della prova eliminatoria. La sostituzione non è consentita tra eliminatoria e finale.*
4. *Le sostituzioni delle/degli atleti per le altre gare devono essere comunicate, per iscritto, sugli appositi moduli, al più tardi un'ora prima dell'inizio della gara in questione (in deroga alla norma SS.13.2.1). Dopo tale termine nessuna sostituzione può essere effettuata, tranne nel caso in cui l'atleta abbia un malore o incidente, documentato da certificato rilasciato dal medico di servizio e purché tale sostituzione non ritardi lo svolgimento della manifestazione*
5. *Le sostituzioni possibili sono, per tutte le categorie:*
 - *un (1) atleta per il solo*
 - *un (1) atleta per il duo*
 - *da uno/a (1) a sei (6) per la Squadra*
 - *da uno a quattro (4) per l'Esercizio Libero Combinato*
6. *In tutti i Campionati, in tutte le categorie ed in tutte le prove, qualora una finalista rinunci alla finale, sarà sostituita automaticamente con la prima delle escluse, che dovrà essere tempestivamente informata appena pervenuta la rinuncia al Giudice Arbitro, e così di seguito.*
7. *In tutti i Campionati Estivi, per tutte le categorie, qualora una atleta qualificata (solo o duo) non potesse partecipare al Campionato perché impegnata per concomitanti attività delle Squadre Nazionali Assoluta o di Categoria (collegiali o manifestazioni agonistiche), potrà essere sostituita con atleta/e della stessa Società aventi diritto a partecipare al Campionato in questione.*

14. Ordine di entrata in acqua - Finali - Premiazioni

1. Sorteggio gruppo obbligatori

Il sorteggio del gruppo degli obbligatori verrà eseguito 10 giorni prima dell'inizio del rispettivo campionato.

2. Sorteggio ordine di entrata in acqua

1. *Il sorteggio per l'entrata in acqua delle eliminatorie per tutte le categorie e per tutti gli esercizi viene effettuato tre giorni prima dell'inizio della competizione (in deroga alla Regola FINA SS 8.3.1 e SS 13.4) nella sede della FIN con metodo informatico.*
2. *I risultati dei sorteggi vengono pubblicati sul sito FIN (<http://www.federnuoto.it>). Viene comunque inviata comunicazione a tutti i Comitati Regionali.*
3. *Sorteggio per l'ordine di entrata in acqua delle Finali :*
 - *l'ordine di entrata in acqua per le finali sarà stabilito con il sorteggio in due (2) gruppi di sei (6) partecipanti. Le atlete/società classificate dal 1° al 6° posto, per la norma SS 13.5, saranno sorteggiate per partire dal numero 7 al 12; le atlete/società classificate dal 7° al 12° posto per partire dal numero 1 al 6. Se il numero dei partecipanti non fosse divisibile per sei (6) il gruppo più piccolo partirà per primo (regola FINA SS 13.5.1).*
 - *nel sorteggio per le finali, il più alto classificato verrà sorteggiato per primo e seguito dagli altri in ordine di classifica. Se ci fosse un ex aequo all'interno dei due (2) gruppi di sei (6) si effettuerà un sorteggio tra i due (2) ex aequo per stabilire chi sorteggerà per primo. Se l'ex aequo fosse tra il sesto e settimo posto, quindi con il cambiamento di gruppo, questi ex aequo faranno gruppo a parte (1-5, 6-7, 8-12) (regola FINA SS 13.5.2).*
 - *Dove sia prevista la finale ad otto (8) il sorteggio viene effettuato in due gruppi di quattro (da 1 a 4 e da 5 a 8), con le stese modalità ed eccezioni sopra descritte.*

3. Ammissione alle finali

L'ammissione alle finali è determinata dalla somma delle due prove eliminatorie calcolando le seguenti percentuali (in deroga alla regola FINA SS 20.2.):

- a. *Programmi Tecnici 50% + Obbligatori 50%*
- b. *Programmi Liberi 50% + Obbligatori 50%*
- c. *Esercizio Libero Combinato 100% (prova eliminatoria singola)*

Risultati finali - Parità - Premiazioni

- 1) *Nelle finali precedute da prove eliminatorie non si terrà in alcun conto il risultato delle eliminatorie. La classifica per la premiazione sarà data dal risultato della sola finale.*
- 2) *Nel caso di finale diretta per esercizi Tecnici, Liberi e Obbligatorî è valida la classifica combinata delle due prove (50% di ciascuna)*
- 3) *Le premiazioni delle prove di Obbligatorî saranno effettuate in base alla relativa classifica, in unica prova*
- 4) *Alle prime tre (3) atlete e squadre classificate negli Esercizi Obbligatorî e in ogni finale di Esercizi Tecnici, Liberi e Esercizio Libero Combinato, vengono assegnate medaglie.*
- 5) *Verranno assegnate medaglie anche alle riserve:*
 - *1 riserva per il Duo*
 - *4 riserve per la Squadra*
 - *4 riserve per il Libero Combinato*
- 6) *In caso di parità (calcolato con quattro decimali) nel SOLO, DUO e SQUADRA, LIBERO COMBINATO si dichiarerà un pari merito e verranno attribuite le relative medaglie.*
- 7) *Nel caso in cui si debba prendere una decisione (es., Qualificazioni, Promozioni o Retrocessioni) si userà la seguente procedura:*
 - *per Solo, Duo e Squadra:*
 - *Deciderà il voto più alto del Programma Libero*
 - *Se c'è ancora parità deciderà il voto del Merito Tecnico del Programma Libero.*
 - *In caso ci sia ancora parità deciderà il voto più alto del Programma Tecnico.*
 - *Se ancora c'è parità deciderà il voto più alto per l'Esecuzione del Programma Tecnico.*
 - *Per il Libero Combinato:*
 - *Deciderà il punteggio più alto del Merito Tecnico.*
 - *Per le manifestazioni con sistema di punteggio (GR 9.8.5) e BL10.4*
 - *In caso di parità il risultato finale come da norma SS 20 di tutte le sessioni verrà addizionato e la somma totale più alta sarà determinante.*

15. Sistema delle Stelle (Anno 2012)

Tutte le atlete di nuoto sincronizzato tesserate per la Federazione Italia Nuoto dovranno partecipare all'attività agonistica nel quadro di un sistema di graduazione delle loro abilità tecniche denominato "Sistema delle stelle". Lo scopo di questo programma è quello di assicurare un buon livello tecnico a tutte le nuotatrici, fornendo una chiara linea direttiva e uniformando i criteri di insegnamento dei fondamentali tecnici di base.

Il Sistema delle stelle è basato su un programma di sviluppo delle capacità tecniche diviso in 6 livelli, con esercizi e prove progressivamente più complesse. Ogni livello, attività agonistica, regionale e nazionale, delle categorie di età, secondo lo schema seguente:

Campionati	Attività regionale		Attività Nazionale						
Categoria	Prop.	Es. B	Es. A		Ragazze			Junior	Assoluto
Anno	2003	2002	2001	2000	1999	1998			
Età	9	10	11	12	13	14	15	16 - 17 - 18	19 -
Stelle	1*	2*	3*	4*	5* / 1-5	5* / 6-10	5* completa	6*	

Stelle e Regole Principali.

1. Stella 1 - Ammissione Attività Regionale Propaganda (obbligatoria)
 2. Stella 2 - Ammissione Attività Regionale Esordienti "B" (obbligatoria)
 3. Stella 3 - Ammissione Attività Nazionale Esordienti "A" 1° anno (obbligatoria)
 4. Stella 4 - Ammissione Attività Nazionale Esordienti "A" 2° anno (obbligatoria)
 5. Stella 5 - Ammissione Attività Nazionale Ragazze (obbligatoria anno 1998)
 6. Stella 6 - Ammissione Attività Nazionale Juniores
- Essendo partito il progetto nel 2008, non sono coinvolte nel sistema delle stelle le atlete nate nel 1997 e anni precedenti.
 - Ogni atleta potrà anche conseguire "Stelle" superiori alla sua categoria di appartenenza.
 - Per ogni "Stella" l'atleta dovrà eseguire tutte le figure richieste in successione, mantenendo ogni singola posizione per un minimo di cinque (5) secondi.
 - Le atlete potranno presentarsi con un costume di propria scelta.
 - E' consentito l'uso di cuffia, occhiale e stringinaso.
 - Al termine delle prove la Giuria comunicherà i risultati delle "Stelle", consegnando la relativa certificazione (costituita dal Tesserino vidimato) ai dirigenti di società.
 - In caso di esito negativo della prova, questo non verrà verbalizzato sul Tesserino e l'atleta potrà ripresentarsi in una data successiva alla prova fallita.
 - Il "Tesserino del Sistema delle Stelle" dovrà essere esibito insieme al Tesserino Federale in occasione delle manifestazioni agonistiche del Settore.

Sul sito FIN (<http://www.federnuoto.it>) è disponibile il "Regolamento del Sistema delle Stelle approvato dal 1° Consiglio di Presidenza del 14/03/2008".

16. Atleti/e Militari – Doppio tesseramento

La normativa riguardante gli atleti/e militari del settore Sincro si rifà alla normativa generale in materia emanata annualmente della FIN, ed in particolare al Regolamento Organico, alle Norme Organizzative Generali, alla Normativa Generale e alla Circolare Normativa, nonché al Regolamento Tecnico del settore.

Per gli atleti/e con doppio tesseramento civile/militare, viene riconosciuto il doppio accredito del punteggio o della frazione di punteggio spettante al singolo atleta, sia alla società civile che alla società militare, e questo in tutte le gare previste dal programma, sia individuali (solo, obbligatori), sia sincronizzate in coppia (duo) sia di squadra (squadra, combo).

Per gli atleti/e con solo tesseramento militare i punteggi vengono assegnati come per quelli con solo tesseramento civile.

L'esistenza del doppio tesseramento degli atleti/e dovrà essere sempre indicata nelle iscrizioni-gara, nei programmi, nei comunicati dei risultati e negli annunci degli speakers.

Gli atleti/e con doppio tesseramento gareggeranno di norma (salvo le limitazioni numeriche esistenti nel regolamento Sincro) per i colori del gruppo sportivo militare.

Partecipazione Atleti/e Militari alle competizioni

Stante le limitazioni numeriche generali di partecipazione per le società alle singole prove esistenti nel regolamento del Sincro, la partecipazione degli atleti/e con doppio tesseramento civile/militare dovrà rispondere alle norme seguenti.

Obbligatori

- 1) Ogni società può iscrivere fino a un massimo di 14 atleti/e e consegue, ai fini della classifica per società, i punteggi delle atlete/i/i iscritte.*
- 2) I gruppi sportivi militari dovranno comunicare entro il 31 Gennaio, o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, alla FIN e alle società civili con cui condividono atleti/e i nominativi degli atleti/e che intendono far gareggiare con i propri colori ai Campionati Assoluti Invernali, ed effettuare le relative iscrizioni entro le scadenze previste.*
- 3) In caso di mancata comunicazione entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, le società civili si regoleranno a loro discrezione. Le società civili iscrivono di conseguenza gli atleti/e loro spettanti, secondo regolamento.*
- 4) Al fine della classifica di società, i punteggi verranno attribuiti secondo le usuali tabelle. Per gli atleti/e con doppio tesseramento questo punteggio verrà poi accreditato sia alla società civile che al gruppo militare. Ad ogni società, civile o*

militare, verranno attribuiti i migliori punteggi dei loro atleti/e in numero pari ai rispettivi iscritti, fino a un massimo di 14. I punteggi eventualmente non attribuiti per eccesso di partecipazione vengono assegnati, a scalare, ai concorrenti seguenti nella classifica.

SOLO Tecnico e Libero

- 1) Ogni società può iscrivere fino ad un massimo di due Solo, secondo regolamento.*
- 2) I gruppi sportivi militari dovranno comunicare entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, alla FIN e alle società civili con cui condividono atleti/e i nominativi dell'atleta (o dei due atleti/e) che intendono far gareggiare con i propri colori ai Campionati Assoluti Invernale ed Estivo, ed effettuare le relative iscrizioni entro le scadenze previste.*
- 3) In caso di mancata comunicazione entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, le società civili si regoleranno a loro discrezione.*
- 4) Le società civili scelgono ed iscrivono di conseguenza il Solo (o i Solo) loro spettanti, secondo regolamento, dichiarando preventivamente se desiderano avvalersi di loro atleti/e con doppio tesseramento già schierati dai gruppi militari. Al fine della classifica di società, i punteggi verranno attribuiti secondo le usuali tabelle.*
- 5) Per gli atleti/e con doppio tesseramento questo punteggio verrà poi accreditato sia alla società civile che al gruppo militare.*
- 6) Ad ogni società, civile o militare, verranno attribuiti i punteggi degli atleti iscritti.*
- 7) In questa prova le riserve delle società militari potranno gareggiare e portare punteggio per la rispettiva società civile*

DUO Tecnico e Libero

- 1) Ogni società può iscrivere fino ad un massimo di due Duo, secondo regolamento.*
- 2) I gruppi sportivi militari dovranno comunicare entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, alla FIN e alle società civili con cui condividono atleti/e i nominativi degli atleti/e componenti il Duo (o i Duo) che intendono far gareggiare con i propri colori ai Campionati Assoluti Invernale ed Estivo, ed effettuare le relative iscrizioni entro le scadenze previste. In caso di mancata comunicazione entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, le società civili si regoleranno a loro discrezione.*
- 3) Le società civili scelgono ed iscrivono di conseguenza il Duo (o i Duo) loro spettanti, secondo regolamento, dichiarando preventivamente se desiderano avvalersi di duo composti da due atlete/i della propria società già iscritte da gruppi militari; dichiarano anche preventivamente quali sono le quattro atlete di loro competenza di cui utilizzeranno i punteggi per la classifica del Campionato.*
- 4) Al fine della classifica di società, i punteggi verranno attribuiti secondo le usuali tabelle. In Duo composti da atleti/e di società diverse (civile e militare) il punteggio attribuito ad ogni atleta verrà calcolato dimezzando quello spettante al Duo; questo punteggio verrà poi accreditato sia alla società civile che al gruppo militare.*
- 5) In questa prova le riserve delle società militari non potranno gareggiare e portare punteggio per la rispettiva società civile*

Esercizio Squadra Tecnico e Libero

- 1) *Ogni società può iscrivere una Squadra composta da 4 ad 8 atleti/e.*
- 2) *I gruppi sportivi militari dovranno comunicare entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, alla FIN e alle società civili con cui condividono atleti/e i nominativi degli atleti/e componenti la Squadra che intendono far gareggiare con i propri colori ai Campionati Assoluti Invernale ed Estivo, ed effettuare le relative iscrizioni entro le scadenze previste. In caso di mancata comunicazione entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, le società civili si regoleranno a loro discrezione.*
- 3) *Le società civili compongono ed iscrivono di conseguenza la loro Squadra.*
- 4) *Al fine della classifica di società, i punteggi verranno attribuiti secondo le usuali tabelle.*
- 5) *In Squadre militari composte da atleti/e di società civili diverse, il punteggio attribuito ad ogni atleta verrà calcolato dividendo quello spettante alla Squadra per il numero di componenti della squadra stessa; questo punteggio verrà poi accreditato sia alla società civile che al gruppo militare.*
- 6) *Ad ogni società verranno attribuiti i punteggi migliori degli atleti/e di loro competenza, da 4 a 8 a seconda del numero di atleti/e schierati dalla società stessa.*
- 7) *In questa prova le riserve delle società militari non potranno gareggiare e portare punteggio per la rispettiva società civile*

Esercizio Libero Combinato

- 1) *Ogni società può iscrivere un Libero Combinato composto da 4 a 10 atleti/e.*
- 2) *I gruppi sportivi militari dovranno comunicare entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, alla FIN e alle società civili con cui condividono atleti/e i nominativi degli atleti/e componenti la Squadra che intendono far gareggiare con i propri colori ai Campionati Assoluti Invernale ed Estivo, ed effettuare le relative iscrizioni entro le scadenze previste. In caso di mancata comunicazione entro il 31 Gennaio o entro la scadenza delle iscrizioni al Campionato Invernale, le società civili si regoleranno a loro discrezione.*
- 3) *Le società civili compongono ed iscrivono di conseguenza la loro Squadra.*
- 4) *Al fine della classifica di società, i punteggi verranno attribuiti secondo le usuali tabelle.*
- 5) *In Squadre militari composte da atleti/e di società civili diverse il punteggio attribuito ad ogni atleta verrà calcolato dividendo quello spettante alla Squadra per il numero di componenti della squadra stessa; questo punteggio verrà poi accreditato sia alla società civile che al gruppo militare.*
- 6) *Ad ogni società verranno attribuiti i punteggi migliori degli atleti/e di loro competenza, da 4 a 10 a seconda del numero di atleti/e schierati dalla società stessa.*
- 7) *In questa prova le riserve delle società militari non potranno gareggiare e portare punteggio per la rispettiva società civile*

Classifiche

Per i Campionati Assoluti Invernali ed Estivi e per la Classifica Annuale per Società saranno stilate due (2) classifiche distinte:

- *una prima classifica, definita classifica generale, comprenderà sia i Gruppi militari che le Società civili;*
- *una seconda classifica, definita classifica civile, comprenderà soltanto le Società civili e verrà stilata semplicemente eliminando i Gruppi Sportivi Militari, e conservando alle Società Civili i punteggi ottenuti nella classifica generale.*

Alle Società militari saranno attribuiti i premi in base alla classifica generale, alle Società civili in base alla classifica civile.

L'entità dei premi sarà, in ambedue i casi, corrispondente alle tabelle usuali.

CAMPIONATI NAZIONALI

CAMPIONATO INVERNALE ESORDIENTI “A”

Si svolgerà Sabato 31 Marzo 2012 a Legnano

Scadenza iscrizioni Lunedì 19 Marzo 2012 ore 17.00

Iscrizioni con ammenda accettate fino a Venerdì 23 Marzo 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate 2000 e 2001*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *in possesso della Stella 3 le nate 2001; della Stella 4 nate 2000*
- *che abbiano ottenuto prima del 19 Marzo 2012 un punteggio minimo di 46,000 (quarantasei/000) punti in una gara di obbligatori Regionale o comunque riconosciuta da FIN*

Verrà assegnato il titolo di:

Campione Italiano Primavera Obbligatori cat. Esordienti “A”

Purchè in possesso dei requisiti di cui sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Obbligatori: partecipazione di tutte le atlete con requisiti di cui sopra*

Il Campionato si compone delle seguenti gare/sessioni:

Sessione unica esercizi obbligatori con valenza 100%

Il Campionato vale come prova di qualificazione al Campionato Estivo

Valgono tutte le norme generali precedentemente esposte

CAMPIONATO ESTIVO ESORDIENTI "A"

Si svolgerà dal 27 al 29 Luglio 2012 (Ven-Sab-Dom) a Busto Arsizio

Scadenza iscrizioni Lunedì 16 Luglio 2012 ore 17.00

Iscrizioni con ammenda accettate fino a Venerdì 20 Luglio 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate 2000 e 2001*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *in possesso della Stella 3 le nate 2001; della Stella 4 nate 2000*
- *Classificate entro le prime 300 nella graduatoria Obbligatorie del Campionato Invernale*

In questo Campionato vengono assegnati i seguenti Titoli :

- *Campione Italiano Estivo Obbligatorie cat. Esordienti "A"*
- *Campione Italiano Estivo Solo cat. Esordienti "A"*
- *Campione Italiano Estivo Duo cat. Esordienti "A"*
- *Campione Italiano Estivo Squadra cat. Esordienti "A"*
- *Campione Italiano Estivo Libero Combinato cat. Esordienti "A"*

Purchè in possesso dei requisiti di cui sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Obbligatorie: le prime 300 classificate nella graduatoria degli Obbligatorie del Campionato Invernale; qualificazione nominativa; in caso di rinuncia di una atleta qualificata viene ammessa la prima delle escluse, e così di seguito*
- *Solo: sono ammesse a partecipare le prime 40 atlete classificate sulla base degli Obbligatorie nel Campionato Invernale. Saranno quindi determinati i solo ammessi per ciascuna società, in numero massimo di due per società. Le società dovranno comunicare al Settore entro e non oltre 10 giorni dalla pubblicazione sul sito ufficiale FIN della graduatoria in oggetto, la loro adesione numerica alla manifestazione, senza specificare il nominativo degli atleti. Le iscrizioni nominative dovranno avvenire secondo i termini di cui sopra*
- *Duo : sono ammessi a partecipare i primi 40 duo classificate sulla base degli Obbligatorie nel Campionato Invernale. Saranno quindi determinati i duo ammessi per ciascuna società, in numero massimo di due per società. Le società dovranno comunicare al Settore entro e non oltre 10 giorni dalla pubblicazione sul sito ufficiale FIN della graduatoria in oggetto, la loro adesione numerica alla manifestazione, senza specificare il nominativo degli atleti. Le iscrizioni nominative dovranno avvenire secondo i termini di cui sopra*
- *Squadra: Società partecipazione libera; con le atlete classificate entro le 300 più l'aggiunta di un "fuori-quota"*

CAMPIONATO INVERNALE RAGAZZE

Si svolgerà Domenica 1 Aprile 2012 a Legnano

Scadenza iscrizioni Lunedì 19 Marzo 2012 ore 17.00

Iscrizioni con ammenda accettate fino a Venerdì 23 Marzo 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate 1997 – 1998 – 1999*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *in possesso della Stella 5 / 1-5 le nate 1999
5 / 6-10 le nate 1998
nate 1997 non è richiesta alcuna stella*
- *che abbiano ottenuto prima del 19 Marzo 2012 un punteggio minimo di 51,000 (cinquantuno/000) punti in una gara di obbligatori Regionale o comunque riconosciuta da FIN*

Verrà assegnato il titolo di:

Campione Italiano Invernale Obbligatori cat. Ragazze

Purchè in possesso dei requisiti di cui sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Obbligatori: partecipazione di tutte le atlete con requisiti di cui sopra*

Il Campionato si compone delle seguenti gare/sessioni:

Sessione unica esercizi obbligatori con valenza 100%

Il Campionato vale come prova di qualificazione al Campionato Estivo

Valgono tutte le norme generali precedentemente esposte

CAMPIONATO ESTIVO RAGAZZE

Si svolgerà dal 29 Giugno al 1° Luglio 2012 (Ven-Sab-Dom) a Ostia

Scadenza iscrizioni Lunedì 18 Giugno 2012 ore 17.00

Iscrizioni con ammenda accettate fino a Venerdì 22 Giugno 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate 1997 – 1998 – 1999*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *in possesso della Stella 5 / 1-5 le nate 1999
5 / 6-10 le nate 1998
nate 1997 non è richiesta alcuna stella*
- *Classificate entro le prime 300 nella graduatoria Obbligatorie del Campionato Invernale*

In questo Campionato vengono assegnati i seguenti Titoli :

- *Campione Italiano Estivo Obbligatorie cat. Ragazze*
- *Campione Italiano Estivo Solo cat. Ragazze*
- *Campione Italiano Estivo Duo cat. Ragazze*
- *Campione Italiano Estivo Squadra cat. Ragazze*
- *Campione Italiano Estivo Libero Combinato cat. Ragazze*

Purchè in possesso dei requisiti di cui sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Obbligatorie: le prime 300 classificate nella graduatoria degli Obbligatorie del Campionato Invernale; qualificazione nominativa; in caso di rinuncia di una atleta qualificata viene ammessa la prima delle escluse, e così di seguito*
- *Solo: sono ammesse a partecipare le prime 40 atlete classificate sulla base degli Obbligatorie nel Campionato Invernale. Saranno quindi determinati i solo ammessi per ciascuna società, in numero massimo di due per società. Le società dovranno comunicare al Settore entro e non oltre 10 giorni dalla pubblicazione sul sito ufficiale FIN della graduatoria in oggetto, la loro adesione numerica alla manifestazione, senza specificare il nominativo degli atleti. Le iscrizioni nominative dovranno avvenire secondo i termini di cui sopra*
- *Duo : sono ammessi a partecipare i primi 40 duo classificate sulla base degli Obbligatorie nel Campionato Invernale. Saranno quindi determinati i duo ammessi per ciascuna società, in numero massimo di due per società. Le società dovranno comunicare al Settore entro e non oltre 10 giorni dalla pubblicazione sul sito ufficiale FIN della graduatoria in oggetto, la loro adesione numerica alla manifestazione, senza specificare il nominativo degli atleti. Le iscrizioni nominative dovranno avvenire secondo i termini di cui sopra*

- *Squadra: Società partecipazione libera; con le atlete classificate entro le 300 più l'aggiunta di un "fuori-quota"*
- *Libero Combinato: Società partecipazione libera; con le atlete classificate entro le 300 più l'aggiunta di due "fuori-quota"*

Il Campionato si compone delle seguenti gare/sessioni:

Eliminatorie

- *Esercizi Obbligatori con valenza 50%*
- *Eliminatorie Programmi Liberi (Solo, Duo e Squadra) con valenza 50%*
- *Eliminatorie Esercizio Libero Combinato con valenza 100%*

Finali

- *Finali Programmi Liberi con valenza 100% (Solo, Duo, Squadra, Libero Combinato)*

Saranno ammesse alle finali :

- *i primi dodici (12) Esercizi di Solo classificatisi nelle eliminatorie (50% Solo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Duo classificatisi nelle eliminatorie (50% Duo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Squadre classificatesi nelle eliminatorie (50% Squadra programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Libero Combinato classificatisi nelle eliminatorie.*

Tempi limite dei Programmi Liberi per questa Categoria

- *SOLO 2'30" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *DUO 3'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *SQUADRA 3'30" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *LIBERO COMBINATO 4'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*

Sarà consentita una tolleranza di quindici (15") secondi, in più o in meno sui tempi sopra esposti, per tutti gli esercizi.

"Fuori quota"

Nella gara di Squadra è ammessa per ogni Società la partecipazione di una atleta che non abbia conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto agli invernali o non qualificato nei 300.

Nella gara di Libero Combinato è ammessa per ogni Società la partecipazione di due atlete che non abbiano conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto agli invernali o non qualificate nei 300.

Tali atlete dovranno comunque dimostrare di aver partecipato ad una manifestazione Nazionale o Regionale di Obbligatori

Tutti i "fuori quota" devono partecipare agli obbligatori

Valgono tutte le norme generali precedentemente esposte

CAMPIONATO ESTIVO JUNIORES

Si svolgerà dal 12 al 15 Luglio 2012 (Gio-Ven-Sab-Dom) a Roma, Stadio del Nuoto

Scadenza iscrizioni Lunedì 2 Luglio 2012 ore 17.00

Iscrizioni con ammenda accettate fino a Venerdì 6 Luglio 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate 1994 – 1995 – 1996*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *che abbiano ottenuto prima del 2 Luglio 2012 un punteggio minimo di 56,000 (cinquantasei/000) punti in una gara di obbligatori Regionale o comunque riconosciuta da FIN*
- *che abbiano partecipato agli Obbligatori del Campionato Invernale*

In questo Campionato vengono assegnati i seguenti Titoli :

- *Campione Italiano Estivo Obbligatori cat. Juniores*
- *Campione Italiano Estivo Solo cat. Juniores*
- *Campione Italiano Estivo Duo cat. Juniores*
- *Campione Italiano Estivo Squadra cat. Juniores*
- *Campione Italiano Estivo Libero Combinato cat. Juniores*

Purchè in possesso dei requisiti di cui sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Obbligatori: partecipazione di tutte le atlete con requisiti di cui sopra*
- *Solo: primi 24 solo classificati al Campionato Invernale. Qualificazione intesa per Società. Eventuale sostituzione limitata alla riserva iscritta ai campionati invernali.*
- *Duo: primi 24 duo della classifica dei Campionati Invernali. Qualificazione intesa per Società. Sostituzioni libere.*
- *Squadra: Società partecipazione libera; atlete con requisiti di partecipazione al Campionato; 1 fuori-quota*
- *Libero Combinato: Società partecipazione libera; atlete con requisiti di partecipazione al Campionato; 2 fuori quota*

Il Campionato si compone delle seguenti gare/sessioni:

Eliminatorie

- *Esercizi Obbligatori con valenza 50%*
- *Eliminatorie Programmi Liberi (Solo, Duo e Squadra) con valenza 50%*
- *Eliminatorie Esercizio Libero Combinato con valenza 100%*

Finali

- *Finali Programmi Liberi con valenza 100% (Solo, Duo, Squadra, Libero Combinato)*

Saranno ammesse alle finali :

- *i primi dodici (12) Esercizi di Solo classificatisi nelle eliminatorie (50% Solo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Duo classificatisi nelle eliminatorie (50% Duo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Squadre classificatesi nelle eliminatorie (50% Squadra programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Libero Combinato classificatisi nelle eliminatorie.*

Tempi limite dei Programmi Liberi per questa Categoria

- *SOLO 3'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *DUO 3'30" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *SQUADRA 4'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *LIBERO COMBINATO 4'30" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*

Sarà consentita una tolleranza di quindici (15") secondi, in più o in meno sui tempi sopra esposti, per tutti gli esercizi.

"Fuori quota"

Nella gara di Squadra è ammessa per ogni Società la partecipazione di una atleta che non abbia conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto.

Nella gara di Libero Combinato è ammessa per ogni Società la partecipazione di due atlete che non abbiano conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto.

Tali atlete dovranno comunque dimostrare di aver partecipato ad una manifestazione Nazionale o Regionale di Obbligatori

Tutti i "fuori quota" devono partecipare agli obbligatori

Valgono tutte le norme generali precedentemente esposte

CAMPIONATO INVERNALE ASSOLUTO

Si svolgerà dal 3 al 5 Febbraio 2012 (Ven-Sab-Dom) a Novara

Scadenza iscrizioni Lunedì 23 Gennaio 2012 ore 17.00

Iscrizioni con ammenda accettate fino a Venerdì 27 Gennaio 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate negli anni 1999 e precedenti; non possono partecipare le Esordienti, nate 2000 e seguenti*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *che abbiano ottenuto prima del 23 Gennaio 2012 un punteggio minimo di 60,000 (sessanta/000) punti in una gara di obbligatori Regionale o comunque riconosciuta da FIN*

In questo Campionato vengono assegnati i seguenti Titoli :

- *Campione Italiano Invernale Obbligatori Assoluto*
- *Campione Italiano Invernale Solo cat. Assoluto*
- *Campione Italiano Invernale Duo cat. Assoluto*
- *Campione Italiano Invernale Squadra Assoluto*

Purchè in possesso dei requisiti di cui sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Obbligatori: partecipazione libera*
- *Solo: partecipazione libera*
- *Duo: partecipazione libera*
- *Squadra: partecipazione libera 1 fuori quota*

Il Campionato si compone delle seguenti gare/sessioni:

Eliminatorie

- *Esercizi Obbligatori con valenza 50%*
- *Eliminatorie Programmi Tecnici (Solo, Duo e Squadra) con valenza 50%*

Finali

- *Finali Programmi Tecnici con valenza 100% (Solo, Duo, Squadra,)*

Saranno ammesse alle finali :

- *i primi dodici (12) Esercizi di Solo classificatisi nelle eliminatorie (50% Solo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Duo classificatisi nelle eliminatorie (50% Duo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Squadre classificatisi nelle eliminatorie (50% Squadra programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Libero Combinato classificatisi nelle eliminatorie.*

Tempi limite dei Programmi Liberi per questa Categoria

- *SOLO 2'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *DUO 2'20" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *SQUADRA 2'50" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*

Sarà consentita una tolleranza di quindici (15") secondi, in più o in meno sui tempi sopra esposti, per tutti gli esercizi.

“Fuori quota”

Nella gara di Squadra è ammessa per ogni Società la partecipazione di una atleta che non abbia conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto.

Tali atlete dovranno comunque dimostrare di aver partecipato ad una manifestazione Nazionale o Regionale di Obbligatori.

Tutti i “fuori quota” devono partecipare agli obbligatori

Il Campionato vale come prova di qualificazione al Campionato Estivo

Le norme e gli elementi dei programmi tecnici sono espresse nel Capitolo 8 delle norme a carattere generale, “ Programmi Tecnici: elementi obbligati”, a cui si rimanda.

Le norme riguardanti le atlete militari in regime di doppio tesseramento sono espresse nel Capitolo 15 delle norme a carattere generale, “Atlete militari”, a cui si rimanda.

Valgono tutte le altre norme generali precedentemente espresse

CAMPIONATO ESTIVO ASSOLUTO

Si svolgerà dal 7 al 10 Giugno 2012 (Gio-Ven-Sab-Dom) a Savona

Scadenza iscrizioni Lunedì 7 Maggio 2012 ore 17.00

Possono partecipare

- *atlete nate negli anni 1999 e precedenti; non possono partecipare le Esordienti, nate 2000 e seguenti*
- *regolarmente tesserate FIN stagione 2011-2012*
- *che abbiano ottenuto prima del 7 Maggio 2012 un punteggio minimo di 60,000 (sessanta/000) punti in una gara di obbligatorie Regionale o comunque riconosciuta da FIN*

In questo Campionato vengono assegnati i seguenti Titoli :

- *Campione Italiano Estivo Solo Assoluto*
- *Campione Italiano Estivo Duo Assoluto*
- *Campione Italiano Estivo Squadra Assoluto*
- *Campione Italiano Estivo Libero Combinato Assoluto*

Purchè in possesso dei requisiti di cui al sopra, sono ammesse a partecipare:

- *Solo: primi 24 solo classificati al Campionato Invernale. Qualificazione intesa per Società. Eventuale sostituzione limitata alla riserva iscritta ai campionati invernali.*
- *Duo: primi 24 duo della classifica dei Campionati Invernali. Qualificazione intesa per Società. Sostituzioni libere.*
- *Squadra: prime 20 Società classificate nel Campionato Invernale; atlete con requisiti di partecipazione al Campionato; 1 fuori-quota*
- *Libero Combinato: le stesse 20 società classificate per l'esercizio "Squadra"; atlete con requisiti di partecipazione al Campionato; 2 fuori quota*

Il Campionato si compone delle seguenti gare/sessioni:

Eliminatorie

- *Eliminatorie Programmi Liberi (Solo, Duo e Squadra) con valenza 100%*

- *Eliminatorie Esercizio Libero Combinato con valenza 100%*
- *Finali*
- *Finali Programmi Liberi con valenza 100% (Solo, Duo, Squadra, Libero Combinato)*

Saranno ammesse alle finali :

- *i primi dodici (12) Esercizi di Solo classificatisi nelle eliminatorie (50% Solo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Duo classificatisi nelle eliminatorie (50% Duo programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Squadre classificatisi nelle eliminatorie (50% Squadra programma Libero + 50% obbligatori)*
- *i primi dodici (12) Esercizi di Libero Combinato classificatisi nelle eliminatorie.*

Tempi limite dei Programmi Liberi per questa Categoria

- *SOLO 3'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *DUO 3'30" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *SQUADRA 4'00" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*
- *LIBERO COMBINATO 4'30" Compreso un max di 10" sul bordo vasca*

Sarà consentita una tolleranza di quindici (15") secondi, in più o in meno sui tempi sopra esposti, per tutti gli esercizi.

“Fuori quota”

Nella gara di Squadra è ammessa per ogni Società la partecipazione di una atleta che non abbia conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto.

Nella gara di Libero Combinato è ammessa la partecipazione di due atlete che non abbiano conseguito il punteggio minimo di obbligatori richiesto.

Tali atlete dovranno comunque dimostrare di aver partecipato ad una manifestazione Nazionale o Regionale di Obbligatori

Le norme riguardanti le atlete militari in regime di doppio tesseramento sono esposte nel Capitolo 15 delle norme a carattere generale, “Atlete militari”, a cui si rimanda.

Valgono tutte le altre norme generali precedentemente esposte

CAMPIONATO ASSOLUTO ESTIVO OPEN ABBINATO A MANIFESTAZIONE INTERNAZIONALE

Nel caso in cui il Campionato Italiano Assoluto Estivo sia abbinato ad una Manifestazione Internazionale Open, cioè aperta a Nazionali e società non italiane, valgono le seguenti norme.

Il programma del Campionato Assoluto è quello specificato nel precedente Capitolo, e comprende solo esercizi liberi.

Il programma della manifestazione Open comprende anche esercizi tecnici.

Pertanto:

- *le Nazionali e Società Estere prenderanno parte ai Programmi Tecnici e Liberi*
- *le Società Italiane prenderanno parte solo ai Programmi Liberi.*

Il Campionato Italiano Assoluto si svolgerà con le medesime modalità previste al capitolo precedente.

La manifestazione "Open" si svolgerà secondo proprio regolamento.

CLASSIFICHE – PREMI – RIMBORSI

CLASSIFICHE CAMPIONATO DI SOCIETA'

Ai fini della classifica del Campionato di Società sono valide le seguenti manifestazioni:

a) Campionati Nazionali Invernali ed Estivi di Categoria

b) Campionato Assoluto Invernale ed Estivo

Per i Campionati Assoluti sono previste due classifiche separate, ma di uguale valore: una per il Campionato Invernale ed una per quello Estivo, che saranno sommate tra di loro solo al termine della stagione, come per le altre categorie.

Per i Campionati di categoria Junior, Ragazzi/e ed Esordienti A, ai fini dell'attribuzione del punteggio per il Campionato di Società, la classifica finale si ottiene sommando i punteggi dei rispettivi Campionati Nazionali Invernali, Primavera ed Estivi.

In relazione alla presenza dei Gruppi Sportivi Militari, per i Campionati Assoluti Invernali ed Estivi e per la Classifica Annuale per Società, saranno stilate due (2) classifiche distinte:

- una prima classifica, definita classifica generale, comprenderà sia i Gruppi militari che le Società civili;*
- una seconda classifica, definita classifica civile, comprenderà soltanto le Società civili e verrà stilata semplicemente eliminando i Gruppi Sportivi Militari, e conservando alle Società Civili i punteggi ottenuti nella classifica generale.*

Alle Società militari saranno attribuiti i premi in base alla classifica generale, alle Società civili in base alla classifica civile.

L'entità dei premi sarà, in ambedue i casi, corrispondente alle tabelle usuali.

Atlete Nazionali

Le atlete delle squadre Nazionali di qualunque categoria che per concomitanti impegni agonistici non potessero prendere parte ai rispettivi Campionati Invernali o Estivi, riceveranno un "bonus", relativo alla "Tabella Attribuzione Punteggi Campionato di Società", per ciascun Campionato a cui non potranno partecipare, di:

- 5 punti ad atleta a Campionato per la Nazionale A fino ad un massimo di 150 punti per Campionato*
- 4 punti ad atleta per la Nazionale B fino ad un massimo di 150 punti per Campionato*
- 3 punti ad atleta per la Nazionale Juniores fino ad un massimo di 150 punti per Campionato*
- 2 punti ad atleta per la Nazionale Ragazze fino ad un massimo di 120 punti per Campionato*

Classifica dei Campionati

Tabella Attribuzione Punteggi Cat. Esordienti "A", Ragazze/i, Juniores, Assoluto

Classifica	Obbligat. ATLETE	Obbligat. SOCIETA	SOLO Elim	DUO Elim	SQUADRA COMBINATO Elim	SOLO Fin	DUO Fin	SQUADRA COMBINATO Fin
1	50	100	60	80	100	20	30	40
2	49	80	58	76	95	18	28	38
3	48	70	56	72	90	16	26	36
4	47	60	54	68	85	14	24	34
5	46	55	52	64	80	12	22	32
6	45	50	50	60	75	10	20	30
7	44	45	48	56	70	9	19	29
8	43	40	46	52	65	8	18	28
9	42	38	44	48	60	7	17	27
10	41	36	42	44	55	6	16	26
11	40	34	40	40	50	5	15	25
12	39	32	38	36	45	4	14	24
13	38	30	36	32	40			
14	37	28	34	28	35			
15	36	26	32	24	30			
16	35	24	30	22	25			
17	34	22	28	20	20			
18	33	20	26	18	15			
19	32	18	24	16	10			
20	31	16	22	14	5			
21	30	14	20	12	4			
22	29	12	19	10	3			
23	28	10	18	8	2			
24	27	9	17	7	1 per tutti i partecipanti			
25	26	8	16	6				
26	25	7	15	5				
27	24	6	14	4				
28	23	5	13	3				
29	22	4	12	2				
30	21	3	11	1 per tutti i partecipanti				
31	20	2	10					
32	19	1 per tutti i partecipanti	9					
33	18		8					
34	17		7					
35	16		6					
36	15		5					
37	14		4					
38	13		3					
39	12		2					
40	11		1 per tutti i partecipanti					
41	10							
42	9							
43	8							
44	7							
45	6							
46	5							
47	4							
48	3							
49	2							
50	1 per tutti i partecipanti							

Tabella Attribuzione Punteggi Campionato di Società

Classifica	ASSOLUTO INVERNALE	ASSOLUTO ESTIVO	JUNIOR	RAGAZZE	ES/A
1	150	150	150	120	110
2	130	130	130	100	90
3	120	120	120	90	80
4	110	110	110	80	70
5	105	105	105	75	65
6	100	100	100	70	60
7	95	95	95	65	55
8	90	90	90	60	50
9	85	85	85	55	45
10	80	80	80	50	40
11	75	75	75	45	35
12	70	70	70	40	30
13	65	65	65	35	28
14	60	60	60	30	26
15	55	55	55	28	24
16	50	50	50	26	22
17	45	45	45	24	20
18	40	40	40	22	19
19	35	35	35	20	18
20	30	30	30	19	17
21	25	25	25	18	16
22	20	20	20	17	15
23	19	19	19	16	14
24	18	18	18	15	13
25	17	17	17	14	12
26	16	16	16	13	11
27	15	15	15	12	10
28	14	14	14	11	9
29	13	13	13	10	8
30	12	12	12	9	7
31	11	11	11	8	6
32	10	10	10	7	5
33	9	9	9	6	4
34	8	8	8	5	3
35	7	7	7	4	2
36	6	6	6	3	1 per tutti i partecipanti
37	5	5	5	2	
38	4	4	4	1 per tutti i partecipanti	
39	3	3	3		
40	2	2	2		
41	1 per tutti i partecipanti	1 per tutti i partecipanti	1 per tutti i partecipanti		
42					
43					
44					
45					
46					
47					
48					
49					
50					

CONTRIBUTI E PREMI

Avranno diritto ai contributi e premi le Società che prenderanno parte ai Campionati Nazionali Invernali/Estivi Assoluti, Campionati Nazionali Invernali e/o Primavera di Categoria Esordienti A, Ragazzi/e e Juniores, in relazione ai risultati conseguiti, secondo lo schema seguente:

Campionato Estivo Assoluto

- a) Ai primi 12 esercizi di Solo, Duo, Squadra, Libero Combinato classificati fino ad un max di quattordici (14) atlete per società*
- b) In caso gli esercizi siano in numero inferiore a 12 le finali e i contributi saranno riservati ai primi 8 esercizi Liberi classificati.*

Campionati Estivi di Categoria Esordienti A, Ragazze/i, Juniores

- a) Ai primi 80 atleti/e classificati/e nelle gare Obbligatorie*
- b) Ai primi 12 esercizi di Solo, Duo, Squadra, Libero Combinato classificati fino ad un max di quattordici (14) atlete per società*
- c) In caso gli esercizi siano in numero inferiore a 12 le finali e i contributi saranno riservati ai primi 8 esercizi Liberi classificati.*

Le società hanno diritto ad un solo contributo per ogni atleta classificata, indipendentemente dal numero delle gare in cui l'atleta si sarà classificata.

I contributi verranno così erogati in relazione al chilometraggio e alle seguenti giornate di gara

Chilometri	1 gg.	1 gg.1/2	2 gg.	2 gg.1/2	3 gg.	3 gg.1/2	4 gg.
51- 100	12	20	25	31	37	43	50
101- 150	19	31	39	50	60	70	81
151- 200	25	40	45	55	66	76	87
201- 300	33	48	54	64	74	85	95
301- 400	41	55	62	72	83	95	105
401- 500	47	60	68	79	89	99	109
501- 600	54	65	74	85	95	105	116
601- 800	62	75	83	93	103	114	124
801-1000	74	85	95	106	116	126	136
1001-1200	87	95	107	117	128	138	149
Oltre-1200	99	105	120	130	140	151	161

Nel caso in cui la Federazione organizzi un Campionato con particolari agevolazioni economiche per le Società, i contributi indicati nelle pagine successive verranno ridotti. Le modalità verranno comunicate unitamente alle informazioni relative al Campionato in oggetto.

I premi alle Società e ai Tecnici, in relazione ai risultati conseguiti, verranno erogati secondo le seguenti tabelle :

Premi Campionati Assoluti Invernali e Estivi			
€	600.00	alla società	1 ^a classificata
€.	490.00		2 ^a
€	400.00		3 ^a
€	330.00		4 ^a
€	240.00		5 ^a e 6 ^a
€	200.00		7 ^a , 8 ^a e 9 ^a
€	120.00		10 ^a , 11 ^a e 12 ^a

Premi Campionati Estivi Esordienti A, Ragazze, Junior			
€	400.00	alla società	1 ^a classificata
€	330.00		2 ^a
€	240.00		3 ^a
€	200.00		4 ^a
€	165.00		5 ^a e 6 ^a
€	120.00		7 ^a , 8 ^a e 9 ^a
€	72.00		10 ^a , 11 ^a e 12 ^a

In base alla Classifica Annuale di Società vengono erogati i seguenti premi :

Premi di fine anno a Società ed Allenatori				
Classifica	Società		Allenatore	
1 ^a	€	1650.00	€	410.00
2 ^a	€	1100.00	€	330.00
3 ^a	€	740.00	€	280.00
4 ^a	€	570.00	€	200.00
5 ^a	€	410.00	€	165.00
6 ^a	€	340.00	€	165.00
7 ^a	€	280.00	€	165.00
8 ^a	€	280.00	€	120.00
9 ^a	€	200.00	€	120.00
10 ^a	€	200.00	€	120.00
11 ^a	€	160.00	€	82.00
12 [^]	€	160.00	€	82.00
13 ^a	€	160.00	€	82.00
14 ^a	€	160.00	€	82.00
15 [^]	€	160.00	€	82.00

MANIFESTAZIONI EXTRAFEDERALI

MANIFESTAZIONI EXTRA-FEDERALI

Le norme per l'approvazione delle manifestazioni extrafederali sono regolate dagli art. 52, 53 e 54 del Regolamento Organico Federale.

Sulla base di tali articoli si conferma che:

- 1) e' competenza della Segreteria della F.I.N. l'approvazione di manifestazioni a carattere internazionale, nazionale o interregionale.*
- 2) e' competenza del Comitato Regionale l'approvazione di manifestazioni a carattere regionale, provinciale locale e di propaganda.*

La F.I.N. impartisce in proposito le seguenti disposizioni:

- a) qualsiasi richiesta per l'effettuazione di manifestazioni extrafederali, comprese quelle la cui approvazione è di pertinenza della Segreteria della F.I.N., va preventivamente sottoposta al Comitato Regionale competente per territorio, allo scopo di concordare date e sedi di svolgimento della manifestazione per non interferire con il calendario dell'attività federale predisposto dal Comitato stesso e dalla F.I.N.*
- b) le richieste delle Società, di competenza della Segreteria della F.I.N., vanno inviate (corredate dal parere del Comitato Regionale) alla Segreteria Federale; le richieste dovranno includere inoltre: la bozza completa del regolamento e il programma della manifestazione, compresa l'indicazione di massima degli orari e l'attestazione da parte del Comitato Regionale dell'avvenuto pagamento sia della tassa approvazione gara che dell'anticipazione sulle spese di giuria. Il parere del Comitato è indispensabile per procedere all'autorizzazione, e va quindi inviato comunque alla F.I.N., anche quando non favorevole; in questo caso il Comitato Regionale è tenuto a darne alla Segreteria Federale motivazione scritta. Qualora notifichi alla FIN parere non favorevole, il Comitato non potrà incassare la tassa approvazione e l'anticipazione sulle spese di giuria;*
- c) I termini di tempo entro i quali le richieste (per manifestazioni a carattere internazionale, nazionale o interregionale), complete di tutta la documentazione necessaria, dovranno improrogabilmente pervenire alla F.I.N., sono:*
 - per manifestazioni aperte (tipo meeting) o del tipo ad incontro diretto di Società con più di sei (6) Società partecipanti, almeno cinquanta (50) giorni prima della data di inizio della manifestazione;*
 - per manifestazioni del tipo diretto a incontro di Società con un massimo di sei (6) Società partecipanti, almeno venticinque (25) giorni prima della data di inizio della manifestazione;*

*N.B: richieste di approvazione che pervengano oltre i termini indicati, o prive del relativo regolamento e programma, o del parere del Comitato, o dell'attestazione dei pagamenti effettuati **NON SARANNO PRESE IN CONSIDERAZIONE.***

d) l'importo della tassa di approvazione gara, da versare al Comitato Regionale competente per territorio, per qualsiasi tipo di manifestazione, è fissata nelle aliquote, differenziate a seconda della classificazione delle stesse; come da Circolare Normativa dell'8 luglio 1995.

e) le spese di Giuria (comprehensive del servizio del GUG) sono a totale carico degli organizzatori, fissate nelle quote differenziate a seconda della manifestazione (per ogni turno di gara fino ad un massimo di tre ore e mezza), come da Circolare normativa del 26/07/1997.

Le quote indicate devono intendersi come anticipazioni sulle spese di giuria; a manifestazione conclusa il Comitato Regionale e il GUG regionale dovranno provvedere al consuntivo di spesa finale. Il saldo dovrà essere effettuato in tutti i casi dalla Società organizzatrice al Comitato Regionale competente.

*Qualora una manifestazione, per la quale sia stata già versata l'anticipazione sulle spese di giuria, non ottenga l'autorizzazione da parte della FIN, o venga annullata dagli organizzatori stessi, il Comitato dovrà provvedere alla restituzione di tale anticipazione, ma **non** della Tassa Approvazione Gara.*

Una volta approvati dalla FIN i programmi e i regolamenti delle manifestazioni, non potranno essere modificati dalla organizzazione, senza aver sottoposto tali variazioni alla FIN ed averne ottenuto consenso.

Si rammenta inoltre che, in base all'art.58 del Regolamento Organico Federale, gli organizzatori di qualsiasi manifestazione sono tenuti ad inviare tempestivamente alla Segreteria F.I.N. e al Comitato Regionale di appartenenza copia dei risultati ufficiali della manifestazione stessa entro e non oltre quindici (15) giorni.