



# SINCRO PERTUTTI

**I PROVA**

**16 FEBBRAIO 2025  
MONZA**

**FIN** COMITATO  
REGIONALE  
LOMBARDO  
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO



[nuotoartistico@federnuoto.lombardia.it](mailto:nuotoartistico@federnuoto.lombardia.it)



02-757 757 28

## **NORME DI ACCESSO PER ATLETI E TESSERATI F.I.N.**

- Gli atleti, i tecnici e i dirigenti potranno accedere alla vasca tramite gli spogliatoi, dove sarà obbligatorio effettuare il cambio scarpe.
- **Prima o durante la sessione di riscaldamento di ogni gara, chiediamo ai tecnici delle società iscritte di recarsi in segreteria per firmare il foglio presenze e comunicare eventuali variazioni e/o assenze.**
- Vista l'entità delle iscrizioni e vista la necessità di avere lo spazio utile che garantisca la sicurezza degli atleti e degli operatori impegnati nella manifestazione, sarà messo a disposizione delle società il piano vasca adiacente alle vasche didattiche. Non sarà consentito l'utilizzo delle vasche didattiche.

## **NORME DI COMPORTAMENTO PER ATLETI E TESSERATI F.I.N.**

- **Ricordiamo alle società iscritte che non sono consentite acconciature e che l'utilizzo di gelatina all'interno dell'impianto è vietato come indicato da regolamento regionale. Tutte le atlete impegnate nella manifestazione dovranno indossare la cuffia.**
- E' vietato consumare cibo negli spogliatoi e sul piano vasca.
- Le allenatrici, le atlete e i dirigenti dovranno provvedere a tener pulita la zona occupata dalla propria società.

Chiunque verrà sorpreso ad infrangere queste elementari regole di buona educazione sarà allontanato dall'impianto e alla società verrà imputata un'ammenda di 60,00 €.

## **NORME DI ACCESSO PER IL PUBBLICO**

- Il pubblico potrà accedere alla vasca tramite l'ingresso tribune.
- L'accesso alla manifestazione sarà consentito solo ai genitori degli atleti impegnati nella competizione. Si richiede di rispettare gli orari di ingresso e di uscita della sessione gara d'interesse e di sostare all'interno dell'impianto unicamente per la visione della gara del proprio figlio.

## **GIURIE, GIUDIZIO E PENALITA'**

Nei **Programmi Tecnici** le Giurie saranno composte da tre (3) pannelli di tre (3) giudici ciascuno: uno giudicherà l'Esecuzione, uno l'Impressione artistica e uno gli Elementi Obbligati.

Ci sarà inoltre un **Controllore Tecnico** che:

- controllerà il numero, l'ordine e la corretta esecuzione degli elementi richiesti;
- assegnerà le eventuali penalità, previste dal regolamento.

Il ruolo di Controllore Tecnico sarà ricoperto da un Ufficiale Gara convocato e designato dal GUG Regionale.

Nei **Programmi Liberi** le Giurie saranno composte da tre (3) pannelli di tre (3) giudici ciascuno: uno giudicherà l'Esecuzione, uno l'Impressione Artistica e uno la Difficoltà.

# PROGRAMMA GARE

**NOTA IMPORTANTE:** Al termine di ogni sessione gara sarà possibile consultare le classifiche tramite la sezione "RISULTATI GARE" del nostro sito <https://www.federnuoto.lombardia.it/sincro/risultati-gare/>

## I Sessione: CAT. ESORDIENTI A

INGRESSO ATLETE E ACCREDITO	ORE	08:45
RISCALDAMENTO	ORE	09:00 – 09:20
DUO E DUO MIX	ORE	09:30 – 09:45
SQUADRA	ORE	09:45 – 10:15
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	10:15 – 10:35
PREMIAZIONI	ORE	10:35 – 10:50

INGRESSO PUBBLICO	ORE	09:00
USCITA PUBBLICO	ORE	10:50

### SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:

DDS  
 ENJOY SSD  
 IN SPORT  
 NUOTO CLUB MILANO ASD  
 SPORT PLUS  
 SYNCHRO BRESCIA

## II Sessione: CAT. RAGAZZE

INGRESSO ATLETE E ACCREDITO	ORE	10:35
RISCALDAMENTO	ORE	10:50 – 11:10
DUO, DUO MIX E DUO EX AGO	ORE	11:20 – 11:50
SQUADRA	ORE	11:50 – 12:40
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	12:40 – 13:00
PREMIAZIONI	ORE	13:00 – 13:15

INGRESSO PUBBLICO	ORE	10:50
USCITA PUBBLICO	ORE	13:15

### SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:

ACTIVA NUOTO  
 ACQUA13  
 AQA CUSAGO  
 CUS GEAS  
 H2SPORT  
 SAN GIUSEPPE SPORT  
 TEAM INSUBRIKA

## III Sessione: CAT. JUNIORES

INGRESSO ATLETE E ACCREDITO	ORE	13:45
RISCALDAMENTO	ORE	14:00 – 14:20
DUO E DUO EX AGO	ORE	14:30 – 15:10
SQUADRA E SQUADRA EX AGO	ORE	15:10 – 16:20
PREMIAZIONI	ORE	16:20 – 16:35

INGRESSO PUBBLICO	ORE	14:00
USCITA PUBBLICO	ORE	16:35

### SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:

CAMPUS TEAM  
 CUS BERGAMO  
 GREEN SPORT  
 H2O MUGGIO'  
 LEONE XIII  
 NP VAREDO  
 SPORTING LODI

## IV Sessione: CAT. ASSOLUTE

INGRESSO ATLETE E ACCREDITO	ORE	16:20
RISCALDAMENTO	ORE	16:35 – 16:55
DUO E DUO EX AGO	ORE	17:05 – 17:20
SQUADRA E SQUADRA EX AGO	ORE	17:20 – 17:45
PREMIAZIONI	ORE	17:45 – 18:00

INGRESSO PUBBLICO	ORE	16:35
USCITA PUBBLICO	ORE	18:00

### SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:

BUSTO NUOTO  
 N.C. MILANO SRL  
 PROGETTO NUOTO  
 RN LEGNANO  
 SPORT ACTIVE  
 SPORTING CLUB VERONA LOMBARDIA