



SINCRO

PER TUTTI

ESTIVI

01-02 GIUGNO 2025 - MONZA
08 GIUGNO 2025 - SEREGNO

FIN COMITATO
REGIONALE
LOMBARDO
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO



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.
- 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 due (2) pannelli di tre (3) giudici ciascuno: uno giudicherà l'Esecuzione, uno l'Impressione artistica e 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 Giudice Arbitro.

Nei **Programmi Liberi** le Giurie saranno composte da due (2) pannelli di tre (2) giudici ciascuno: uno giudicherà l'Esecuzione, uno l'Impressione Artistica e la Difficoltà.

PROGRAMMA GARE

DOMENICA 01 GIUGNO 2025

Monza, Pia Grande

III Sessione: CAT. JUNIORES

INGRESSO ATLETE	ORE	09:00
ACCREDITO E RIUNIONE TECNICI *	ORE	09:10 – 09:25
RISCALDAMENTO	ORE	09:30 – 09:50
DUO E DUO EX AGO	ORE	10:00 – 10:45
TRIO	ORE	10:45 - 11:10
SQUADRA E SQUADRA EX AGO	ORE	11:10 – 12:10
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	12:10 – 12:20
PREMIAZIONI	ORE	12:20 – 12:40

INGRESSO PUBBLICO	ORE	09:00
USCITA PUBBLICO	ORE	12:40

SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:

*CUS GEAS
RN LEGNANO
SPORTING CLUB VERONA*

IV Sessione: CAT. ASSOLUTE

INGRESSO ATLETE	ORE	13:00
RISCALDAMENTO	ORE	13:10 – 13:30
ACCREDITO E RIUNIONE TECNICI *	ORE	13:35 – 13:50
DUO E DUO EX AGO	ORE	14:00 – 14:20
TRIO	ORE	14:20 – 14:30
SQUADRA E SQUADRA EX AGO	ORE	14:30 – 14:50
COMBINATO E COMBINATO EX AGO	ORE	14:50 – 15:50
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	15:50 – 16:10
PREMIAZIONI	ORE	16:10 – 16:30

INGRESSO PUBBLICO	ORE	13:00
USCITA PUBBLICO	ORE	16:30

SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:

*NP VAREDO
SAN GIUSEPPE
SOGISPORT NIBIONNO*

*** NOTA IMPORTANTE:** E' obbligatorio comunicare Assenze e Sostituzioni durante l'accredito e la riunione tecnici. NON saranno accettate richieste pervenute nel corso della manifestazione.

REGOLAMENTO:

- **IDENTIFICAZIONE:** Le atlete vengono identificate dal Giudice Arbitro dietro presentazione, al suo assistente gara incaricato, della tessera federale valida per l'anno in corso.
- **CONCESSIONI:** L'uso di **occhialini** e **tape** (color rosa carne) è consentito solo per ragioni di salute attestate da certificato medico da presentare al giudice arbitro prima dell'inizio della manifestazione
- **ACCONCIATURE, COSTUMI TRUCCO E GIOIELLI:**
 - **Non sono consentite acconciature e l'utilizzo di gelatina all'interno dell'impianto. Tutte le atlete dovranno indossare la cuffia.** Non è possibile indossare la cuffia o il costume della società di appartenenza.
 - I costumi per gli esercizi tecnici e liberi devono essere conformi alla norma GR5 e AS 13.9-13.13; non sono ammesse trasparenze evidenti.
 - Non è consentito un trucco Teatrale. È ammesso un normale trucco del viso, degli occhi e delle labbra.

PROGRAMMA GARE

LUNEDI 02 GIUGNO 2025

Monza, Pia Grande

I Sessione: CAT. RAGAZZE

INGRESSO ATLETE	ORE	09:00	<u>SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:</u> <i>ACQUA 13</i> <i>NC MILANO SRL</i> <i>LEON XIII</i>
ACCREDITO E RIUNIONE TECNICI *	ORE	09:10 – 09:25	
RISCALDAMENTO	ORE	09:30 – 09:50	
DUO, DUO MIX E DUO EX AGO	ORE	10:00 – 10:30	
TRIO	ORE	10:30 – 10:50	
SQUADRA	ORE	10:50 – 11:50	
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	11:50 – 12:15	
PREMIAZIONI	ORE	12:15 – 12:30	
INGRESSO PUBBLICO	ORE	09:00	
USCITA PUBBLICO	ORE	12:30	

II Sessione: CAT. ESORDIENTI A

INGRESSO ATLETE	ORE	13:15	<u>SOCIETA' A DISPOSIZIONE DEL GIUDICE ARBITRO:</u> <i>ENJOY SSD</i> <i>H2O MUGGIO'</i> <i>SPORT PLUS</i>
ACCREDITO E RIUNIONE TECNICI *	ORE	13:30 – 13:45	
RISCALDAMENTO	ORE	13:50 – 14:10	
DUO	ORE	14:20 – 14:40	
TRIO	ORE	14:40 – 14:55	
SQUADRA	ORE	14:55 – 15:30	
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	15:30 – 15:45	
PREMIAZIONI	ORE	15:45 – 16:00	
INGRESSO PUBBLICO	ORE	13:15	
USCITA PUBBLICO	ORE	16:00	

*** NOTA IMPORTANTE:** E' obbligatorio comunicare Assenze e Sostituzioni durante l'accredito e la riunione tecnici. NON saranno accettate richieste pervenute nel corso della manifestazione.

REGOLAMENTO:

- **IDENTIFICAZIONE:** Le atlete vengono identificate dal Giudice Arbitro dietro presentazione, al suo assistente gara incaricato, della tessera federale valida per l'anno in corso.
- **CONCESSIONI:** L'uso di **occhialini e tape** (color rosa carne) è consentito solo per ragioni di salute attestate da certificato medico da presentare al giudice arbitro prima dell'inizio della manifestazione
- **ACCONCIATURE, COSTUMI TRUCCO E GIOIELLI:**
 - Non sono consentite acconciature e l'utilizzo di gelatina all'interno dell'impianto. Tutte le atlete dovranno indossare la cuffia. Non è possibile indossare la cuffia o il costume della società di appartenenza.
 - I costumi per gli esercizi tecnici e liberi devono essere conformi alla norma GR5 e AS 13.9-13.13; non sono ammesse trasparenze evidenti.
 - Non è consentito un trucco Teatrale. È ammesso un normale trucco del viso, degli occhi e delle labbra.

PROGRAMMA GARE

DOMENICA 08 GIUGNO 2025

Seregno, C.S. Trabattoni

I Sessione: CAT. ESORDIENTI C

INGRESSO ATLETE E ACCREDITO	ORE	08:45
ACCREDITO E RIUNIONE TECNICI *	ORE	09:00 – 09:10
RISCALDAMENTO	ORE	09:15 – 09:40
DUO	ORE	09:50 – 10:05
TRIO	ORE	10:05 – 10:15
SQUADRA	ORE	10:15 – 10:40
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	10:40 – 11:00
PREMIAZIONI	ORE	11:00 – 11:15
INGRESSO PUBBLICO	ORE	09:00
USCITA PUBBLICO	ORE	11:15

II Sessione: CAT. ESORDIENTI B

INGRESSO ATLETE E ACCREDITO	ORE	11:00
ACCREDITO E RIUNIONE TECNICI *	ORE	11:15 – 11:25
RISCALDAMENTO	ORE	11:30 – 11:55
DUO	ORE	12:05 – 12:30
TRIO	ORE	12:30 – 12:40
SQUADRA	ORE	12:40 – 13:00
CONTROLLO TECNICO GUG	ORE	13:00 – 13:15
PREMIAZIONI	ORE	13:15 – 13:30
INGRESSO PUBBLICO	ORE	11:30
USCITA PUBBLICO	ORE	13:30

*** NOTA IMPORTANTE:** E' obbligatorio comunicare Assenze e Sostituzioni durante l'accredito e la riunione tecnici. NON saranno accettate richieste pervenute nel corso della manifestazione.

REGOLAMENTO:

- **IDENTIFICAZIONE:** Le atlete vengono identificate dal Giudice Arbitro dietro presentazione, al suo assistente gara incaricato, della tessera federale valida per l'anno in corso.
- **CONCESSIONI:** L'uso di **occhialini e tape** (color rosa carne) è consentito solo per ragioni di salute attestate da certificato medico da presentare al giudice arbitro prima dell'inizio della manifestazione
- **ACCONCIATURE, COSTUMI TRUCCO E GIOIELLI:**
 - **Non sono consentite acconciature e l'utilizzo di gelatina all'interno dell'impianto. Tutte le atlete dovranno indossare la cuffia.** Non è possibile indossare la cuffia o il costume della società di appartenenza.
 - I costumi per gli esercizi tecnici e liberi devono essere conformi alla norma GR5 e AS 13.9-13.13; non sono ammesse trasparenze evidenti.
 - Non è consentito un trucco Teatrale. È ammesso un normale trucco del viso, degli occhi e delle labbra.