



Comitato Regionale Lombardo

20137 Milano – Via Piranesi 46 – Tel. 02/7577571 – Fax 02/70127900

[www.finlombardia.org](http://www.finlombardia.org) e-mail: [cr Lombardia@federnuoto.it](mailto:cr Lombardia@federnuoto.it) pec: [lombardia@pec.federnuoto.it](mailto:lombardia@pec.federnuoto.it)

Milano, 29 ottobre 2019  
Ns. Prot. 20-68

Alle Società affiliate  
Ai Delegati Provinciali  
Al GUG  
Al Medico Fiduciario Regionale  
Alla Federazione Italiana Nuoto  
Alla Direzione Impianti

## SINCRO 3000

### **NOTA IMPORTANTE**

**Il Comitato Regionale lombardo ha previsto una tassa di iscrizione per le manifestazioni in oggetto.**

**Sono esentate dal pagamento di suddetta tassa le società dell'impianto ospitante la manifestazione.**

**NON SONO AMMESSE PARTECIPANTI TESSERATE IN ALTRE REGIONI CAUSA PROBLEMI DI ORDINE PUBBLICO RELATIVO AD UN NUMERO ECCESSIVO DI ATLETE IN VASCA**

Il Settore propaganda di questo Comitato organizza DUE manifestazioni regionali a carattere competitivo per tutte la atlete tesserate propaganda.

Le atlete saranno suddivise nelle seguenti categorie: ESORDIENTI B PROPAGANDA 2010/2011.

## PROGRAMMA GARE

### **Categoria ESORDIENTI B**

#### **1^ giornata**

**16.02.20**      **OBBLIGATORI**  
Sede            **Piscina di Parabiago**  
Orari            ore 09.30 gara  
                    ore 09.00 riscaldamento

31.01.2020    termine iscrizioni presso il Comitato Regionale Lombardo

## Esordienti B

eserc. 1 - gamba di balletto esercizio 101	coef. 1.6
eserc. 2 - da canoa a carpiato	coef. 1.2
eserc. 3 - Torpedo inverso tutta la giuria	coef. 1.0
eserc. 4 - svincolo di ariana	coef. 1.6

## 2^ giornata

**29.03.2020** OBBLIGATORI

Sede **Piscina di Parabiago**

Orari ore 09.30 gara  
ore 09.00 riscaldamento

13.03.2020 termine iscrizioni presso il Comitato Regionale Lombardo

eserc. 1 - gamba di balletto tesa esercizio 106	coef. 1.6
eserc. 2 - svincolo di ariana più passo d'uscita in avanti	coef. 1.6
eserc. 3 - da posizione supina presa di arco, <b>PAUSA, più arco gamba flessa</b>	coef. 1.6
eserc. 4 - capriola carpiata in avanti fino alla posizione di gamba di balletto doppia in immersione	coef. 1.3

## REGOLAMENTO

**Per quanto riguarda gli orari di inizio gara le società dovranno interessarsi presso questo Comitato Regionale a partire dal mercoledì precedente la gara, in quanto gli stessi verranno ridefiniti in base al numero delle atlete partecipanti.**

E' ammessa la partecipazione di atlete tesserate per tutti i settori F.I.N. diversi dal sincronizzato (ESORDIENTI B) e altri circuiti propaganda.

Ogni Società potrà presentare un numero illimitato di atlete.

Le atlete che prendono parte alla manifestazione dovranno presentare all'inizio di ogni gara la tessera societaria

Le atlete dovranno partecipare a tutti gli esercizi obbligatori previsti.

## ISCRIZIONI

**Le iscrizioni dovranno pervenire a questo Comitato Regionale entro le date previste, su foglio riepilogativo distinto per categoria, via e-mail.**

**Non saranno prese in considerazione, per la compilazione del programma gara, iscrizioni incomplete, errate o non pervenute nei termini fissati**

Le iscrizioni dovranno essere accompagnate dall'apposito modulo riportante i nominativi delle persone disponibili per le giurie.

Si consiglia di verificare l'avvenuta ricezione da parte della segreteria almeno un giorno prima del sorteggio ordine di partenza.

**Da quest'anno, non sarà più necessario allegare alle iscrizioni il versamento della tassa di iscrizione alla manifestazione. Sarà il comitato, una volta chiuse le iscrizioni, a scalare in autonomia la quota dall'economato di ogni società.**

Le tasse di iscrizione sono di seguito riepilogate:

- obbligatori Euro 4,50  
*per ogni atleta componente la rappresentativa societaria, riserve comprese.*

**Non saranno accettate iscrizioni di atlete fuori gara e/o di prova**

## **GIURIE**

Saranno formate da allenatori e/o ex atlete o da giudici di gara; la giuria sarà composta da tre o cinque elementi.

Ogni Società dovrà mettere a disposizione una persona competente per la giuria e la segreteria per tutta la giornata di gara, il cui nominativo dovrà essere segnalato all'atto della consegna delle iscrizioni sull'apposito modulo, pena la non accettabilità delle stesse. Le persone a disposizione dovranno presentarsi al giudice arbitro almeno un'ora prima dell'inizio delle gare. **Le Società inadempienti verranno escluse dall'ordine di partenza.**

Sarà messo a disposizione dal G.U.G. Regionale un Giudice Arbitro.

Molti cordiali saluti

Il Presidente  
Danilo Vučenovich  
