



Comitato Regionale Lombardo

[www.finlombardia.org](http://www.finlombardia.org)

e-mail [crlombardia@federnuoto.it](mailto:crlombardia@federnuoto.it)

20137 Milano - Via Piranesi 44/B – Tel 02/7577571 – Fax 02/70127900

Milano, 29 ottobre 2013

Ns. Prot. 14 - 87

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

### **SINCRO 3000**

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

Le atlete saranno suddivise nelle seguenti categorie:

**Esordienti B propaganda 2004/2005**

Programma gare

### **Categoria ESORDIENTI B**

**23/02/2014 1^ giornata OBBLIGATORI**  
**Sede Centro sportivo Saini - vasca tuffi**  
**Orari gara ore 10.00**  
**riscaldamento ore 09.00**

**07/02/2014 termine iscrizioni presso il Comitato Regionale**

Es B	eserc. 1 - gamba di balletto fino ad estensione	1,0
	eserc. 2 - da canoa a carpiato	1,0
	eserc. 3 - posizione supina braccia alte entrata dorsale fino ad arco dorsale	1,0
	eserc.4 - da posizione supina raggruppato e mezza kip	1,0

**30/03/2014 2^ giornata OBBLIGATORI**  
**Sede Centro sportivo Saini - vasca Tuffi**  
**Orari gara ore 10.00**  
**riscaldamento ore 09.00**

**14/03/2014 termine iscrizioni presso il Comitato Regionale Lombardo**

eserc. 1 - 101 gamba di balletto	1,0
eserc 2 - da spaccata chiusura verticale alle caviglie più discesa	1,0
eserc 3 - colpo di piede alla luna	1,0
eserc. 4 - da posizione supina entrata in arco fino a verticale alle caviglie seguita da una discesa in verticale	1,0

### **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.

Per ogni manifestazione verrà stilata una classifica individuale per ogni categoria.

### **ISCRIZIONI**

**Le iscrizioni dovranno pervenire a questo Comitato Regionale entro le date previste, su foglio riepilogativo distinto per categoria, via fax o 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

**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.

**Si coglie l'occasione per pregare le Società interessate di comunicare eventuali disponibilità di impianti per l'effettuazione di queste gare di propaganda ed anche per l'attività regionale.**

Certi dell'importanza di propagandare il nostro sport in ogni provincia auspichiamo di ricevere quanto prima comunicazione sulla Vostra disponibilità.

Molti cordiali saluti

Il Presidente  
Danilo Vucenovich