UISP aps
sportpertutti
Regionale Piemonte

2023-2024

REGOLAMENTO NUOTO SINCRONIZZATO

COPPA PIEMONTE

ITALIA
ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

REGOLAMENTO GENERALE

CATEGORIE ATLETE:

- Esordienti C 2015/2016 e seguenti
- Esordienti B 2014
- Esordienti A 2012/2013
- Ragazze 2009/2010/2011
- Juniores 2005/2006/2007/2008
- Assolute 2011- 2003*
- Master 2004 e precedenti

*Per completare la squadra e il combinato si possono inserire atlete del 2002-2001 anche tesserate master.

Sono invitate tutte le Società di Piemonte e Valle d'Aosta.

il tesseramento UISP 2023-24 (prevede possesso di Certificato Medico per attività Agonistica con la sola eccezione della categoria Giovanissime per la quale è sufficiente il certificato non Agonistico. Per le esordienti B è possibile avere il certificato medico agonistico per il nuoto).
N.B. è possibile tesserare UISP anche atlete in possesso di tesseramento Fin Propaganda o Fin Agonistico.
Ogni società dovrà presentare il documento che verrà riprodotto sul sito di aquatime e dovrà essere firmato e timbrato dal presidente della società di appartenenza in copia originale, questo foglio attesta che tutte le atlete abbiano eseguito e siano idonee alla visita medica agonistica.

PROGRAMMA:

La coppa PIEMONTE UISP 2023/2024 è composto da 6 Giornate; gli esercizi in programma per tutte le categorie (es.C, es B, es A, RAGAZZE, JUNIORES,ASSOLUTI e MASTER) sono i seguenti:

- Solo
- Duo
- Trio
- Squadra
- Libero combinato
- Acquashow

Regole generali per esercizi liberi

- SOLO nessuna limitazione
- DUO esclusa la esordienti C: max. due spinte o agganci (= 2 spinte opp. 2 aggancio pp. 1 spinta+1 aggancio) per le categorie esordienti B e A ; max. 3 spinte e agganci liberi per le categorie Ragazze, Juniores, Assolute e Master.
- SQUADRE si possono iscrivere da 4 a 8 atlete per squadra(sono previste penalità se il numero è inferiore a 8). Ad eccezione delle esordienti C non ci sono limitazioni sul numero di spinte (torri, piattaforme..). Per la esordienti C sono vietate le spinte e le torri di qualunque tipo e in qualunque specialità, sono consentiti gli agganci.
- Combo: Il libero combinato dovrà essere composto da almeno 4 parti: 1 solo, 1 duo, 1 trio, 1 squadra . Si possono iscrivere da un minimo di 6 atlete/i a un massimo di 10 atlete/i.

Una nuova parte ha inizio sempre dove termina la precedente.
L'esercizio può iniziare in acqua o fuori, ma le successive parti dovranno iniziare in
acqua. Non ci sono limitazioni sul numero di spinte (torri, piattaforme..).
Le società non possono usare la stessa musica più di 2 volte tra le categorie ragazze, junior, assolute. Al momento dell'iscrizione verrà eseguito controllo sui file musicali. Qualora la musica sia presentata la terza volta, il terzo balletto presentato verrà squalificato.
Qualora la stessa musica sia usata per la seconda volta nelle specialità di squadra e libero combinato, il gruppo deve contenere almeno 4 atlete diverse tra i due balletti.

UISP sportpertutti Regionale Piemonte

ITALIA ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

TEMPI LIMITE e suddivisione per categorie

Cat.	Solo#	Duo#	Trio#	Squadra#	Libero combinato #
Giovanissimi/e Es. C	1'20"			1'30"	
Es. B	1'20"	1'30"		1'40"	2'00"
Es. A	1'20"	1'30"		1'40"	2'30"
Ragazze/i	1'30"	1'40"		1'50"	3'00"
Juniores	1'30"	1'50"		2'20"	3'00"
Assolute	1'30"	1'50"		2'20"	3'00"
Master	1'30"	1'40"		1'50"	3'00"

#Compresi max. 10” sul bordo
Tolleranza durata musiche: ±15” sul tempo totale.

DETRAZIONI E PENALITA' PER I PROGRAMMI LIBERI

Mezzo punto (0,50) sarà tolto:

- nell'esercizio di squadra, per ogni concorrente in meno di otto.
- nel caso si superino i 30 secondi di camminata sul bordo vasca

Un punto (1) di penalità sarà detratto nei casi in cui:

- Si superi il tempo limite di dieci secondi (10) per i movimenti sul bordo vasca.

Due punti (2) di penalità saranno detratti nei casi in cui:

- Una concorrente durante l'esercizio faccia deliberatamente uso del fondo vasca
- Una concorrente durante l'esercizio faccia deliberatamente uso della vasca per supportare un'altra concorrente
- Una concorrente durante l'esercizio tocchi il bordo vasca
- Una squadra, durante la fase fuori dall'acqua, effettui torri o piramidi in modo da avere atlete che non abbiano una parte del corpo in contatto con la pavimentazione della piscina.
- Vengano effettuate più spinte di quelle permesse.

In caso di malore sarà consentito di ripetere l'esercizio.

ACQUASHOW

L'ACQUASHOW è una sessione di gara dove ogni Società potrà partecipare con tutte le atlete ad una coreografia a tema predisposto ogni anno dalla Commissione UISP settore nuoto sincronizzato.
Tale sessione di gara è stata ideata per omaggiare il pubblico che ci segue con un grande show di nuoto sincronizzato.
Ogni società presenterà un proprio spettacolo, all'interno del quale le atlete non dovranno necessariamente interagire tra di loro e nuotare assieme, ma è possibile preparare routine slacciate ed indipendenti l'una dall'altra. Non è necessario seguire una trama specifica!!! E' possibile presentare quante routine si desidera, ma restando sempre all'interno del tempo consentito.
Per rendere lo spettacolo più avvincente e permettere al pubblico di seguirlo con facilità, si invita a non far eseguire alle atlete esercizi totalmente diversi e sconnessi tra loro sui 4 angoli della vasca nello stesso momento (saranno penalizzati in fase di valutazione).
Considerato l'aspetto artistico di questo esercizio, sono ammessi trucchi, costumi e accessori al fine di spettacolarizzare al meglio la presentazione coreografica.
E' chiaramente ammessa la partecipazione di atleti maschi tesserati anche in altri settori.

IL TEMA PER LA STAGIONE 2023/2024 E' LIBERO

TEMPI LIMITE: Durata minima 4' 30" , durata massima di 6'00"; è ammessa una tolleranza massima di 30 secondi.

MUSICA:
La scelta della musica è libera.

PREMIAZIONI:
Le singole prestazioni verranno poste a giudizio dei giudici e verranno premiate le tre migliori.

VOTAZIONE:
Ogni giudice esprimere 3 voti:

- IMPRESSIONE COREOGRAFICA: verrà valutata l'insieme di tutta la rappresentazione sia dentro che fuori dall'acqua, la continuità dei vari esercizi e la spettacolarità della prova;
- VALUTAZIONE TECNICA: verrà valutata la difficoltà e l'esecuzione tecnica degli esercizi presentati;
- TRUCCO E COSTUMI: verranno valutati l'attinenza al tema dei: trucchi, costumi e ogni oggetto scenografico presentato.

PENALITA':

- Due punti (2) di penalità ogni 30 secondi eccedenti il tempo limite totale di 6 min. (+ 30 sec di tolleranza).

REGOLE SINGOLE SPECIALITA' PER CATEGORIA

Per tutte le categorie

Nelle squadre e nei combo possono gareggiare massimo metà delle atlete della categoria immediatamente precedente. In ogni duo può gareggiare massimo 1 atleta della categoria immediatamente precedente.

Un'atleta non può essere iscritta per due squadre o due combo o due esercizi di duo della stessa categoria.

Il numero di squadre e combinati che ogni Società può iscrivere ad ogni gara è sempre illimitato mentre per tutte le altre specialità è prevista una limitazione che è specificata all'interno del programma.

Riserve:

È possibile indicare sulle iscrizioni:

• per gli esercizi di SOLO, DUO e TRIO 1 riserva

• per gli esercizi di SQUADRA e COMBO max. 4 riserve.

Non verranno premiate le riserve che non effettuano l'esercizio

Per tutti gli esercizi:

In base al regolamento generale Uisp è vietato indossare qualsiasi tipo di accessorio (braccialetti, orologi, anelli, piercing, bretelle, cinture...) durante l'esecuzione degli esercizi..

REGOLE SINGOLE SPECIALITA' PER CATEGORIA

Nel regolamento di ogni gara verrà specificato il numero delle iscrizioni possibili per associazioni o società sportive e il tipo di esercizio da presentare.

Dovranno pervenire circa 15 giorni prima della gara (comunque entro la data indicata per ogni singola manifestazione) unicamente tramite il portale http://www.aquatime.it/uisppiemonte.php.

Non verrà accettata la partecipazione di atlete che non risultino iscritte nell'apposito file inviato alle associazioni o società sportive come titolari o riserve.

Cat. Es. B e C: L'assenza di un'atleta nell'esercizio di duo (in mancanza di riserva) comporta l'annullamento dell'esercizio fatta salva la possibilità di presentare un solo FUORI GARA.
Non sono ammesse né iscrizioni né variazioni sul campo gara.

ASSENZE E SOSTITUZIONI ATLETE:

Le assenze e le sostituzioni devono essere comunicate alla segreteria **30 minuti prima dell'inizio della gara**.
Le sostituzioni delle atlete (nel caso di iscrizione con riserve) devono essere comunicate all'inizio della manifestazione. Dopo il fischio di inizio nessuna sostituzione verrà accettata.

TASSE ISCRIZIONI:

Sono fissate a € 12,00 ad atleta (max. 3 gare per categoria) e € 15,00 Acquashow. La tassa per le iscrizioni tardive sono fissate a € 24,00 mentre per l'acquashow è di € 30,00.
Le iscrizioni mancanti sono accettate come "tardive" fino al giovedì precedente la gara, previo pagamento di una ammenda di € 50 (settantacinque), indipendentemente dal numero di iscrizioni comunicate.
Tassa NON partito è di € 35,00, si intende la mancata comunicazione dell'assenza entro il termine previsto dal regolamento.
Per musica mancante è fissata una tassa di € 15,00.
Le tasse gara dovranno essere corrisposte anche in caso di assenza.
Il pagamento iscrizioni dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario, intestato a:
UISP COM. REG. PIEMONTESE BANCA SELLA
DIP. TORINO P.ZZA CARDUCCI
IBAN IT87D 03268 01012 052448222000 SWIFT SELBIT2BXXX
CAUSALE:
SDANUOTO-NUOTOSINCRONIZZATOISCRIZIONE-DATA-MANIFESTAZIONE-SOCIETA'
(esempio: SDANUOTO - NUOTO SINCRONIZZATO ISCRIZIONE-14GENNAIO2024- PRIMA GIORNATA COPPA PIEMONTE-SOCIETA'DI RIFERIMENTO).
Si prega di inviare, entro e non oltre una settimana prima della manifestazione, l'attestazione di pagamento via mail a **nuoto.piemonte@uisp.it** e di portarla stampata il giorno della manifestazione.

CAMPO GARA, SERVIZIO MEDICO:

L'organizzazione provvederà alla richiesta dell'impianto gara, al servizio medico e al servizio di giuria.

GIURIE:

La giuria sarà composta da:

- 1 Giudice arbitro
- 5 Giudici di voto per quanto riguarda le competizioni di esercizi liberi

Il giudice arbitro

- Dovrà appurare che le concorrenti siano pronte per la partenza e darà il segnale per l'accompagnamento musicale.
- Dovrà comunicare ai segretari l'applicazione delle penalità alle concorrenti in caso di infrazione delle norme.
- Il giudice arbitro potrà intervenire in qualsiasi momento per assicurarsi che siano osservate le regole del regolamento .
- Il giudice arbitro potrà squalificare qualsiasi concorrente per qualsiasi violazione delle regole e potrà applicare sanzioni.

I giudici di voto:

- Ogni giudice esprimerà due voti: uno tecnico (che comprende esecuzione e difficoltà) con valenza 60%, uno impressione artistica con valenza 40%.

Votazione conseguita: dopo aver eliminato il voto più alto e più basso, la votazione conseguita è la somma degli altri 3 voti della giuria (con eventuale sottrazione di penalità).

IMPIANTO STEREOFONICO:

L'addetto alla musica è responsabile per la corretta e sicura presentazione di ciascun brano musicale.

PREMIAZIONI:

Saranno premiati i podi (1° 2° e 3° classificato) per ciascuna specialità e categoria.
Le atlete agoniste FIN saranno separate dalle atlete Uisp.
A chiusura del campionato saranno premiate le prime tre società le cui hanno ottenuto il punteggio superiore alle 6° giornate della Coppa Piemonte.

PUNTEGGIO SOCIETA':

SOLO	
1°	50
2°	40
3°	30
4°	25
5°	20
6°	15
TUTTE LE POSIZIONI	SCALATE DI 5 FINO AD UN MIN. DI 5 PUNTI

DUO/TRIO	
1°	80
2°	70
3°	60
4°	55
5°	50
6°	45
TUTTE LE POSIZIONI	SCALATE DI 5 FINO AD UN MIN. DI 5 PUNTI

SQUADRA/ LIBERO COMBINATO	
1°	100
2°	90
3°	80
4°	75
5°	70
6°	65
TUTTE LE POSIZIONI	SCALATE DI 5 FINO AD UN MIN. DI 5 PUNTI

UISP sportpertutti Regionale Piemonte

ITALIA ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

SEDE

Uisp Piemonte in via Nizza 102, Torino 1°Piano scala destra.

INFORMAZIONI

Responsabile nuoto-sincronizzato Marrella Valeria Tel.3458382897
Segreteria Pistritto Sara
E-mail istituzionale → nuoto.piemonte@uisp.it
E-mail nuoto-sincronizzato → sincro.uisp@gmail.com
Sito gestionale atleti e info → www.aquatime.it/uisppiemonte.php
E-mail gestione sito → info@aquatime.it

Seguici su: **uisppiemontenuoto**

Il presente regolamento potrebbe subire delle variazioni nel corso della stagione si prega di prenderne visione periodicamente sul portale (ultimo aggiornamento novembre2023).