



COPA ANDORRA NATACIÓ ARTÍSTICA 2017/18- 02_NORMATIVA LLIGA BASE SINCRO 2017-18

1

JORNADES	DATA	LLOC	Escalfament/Inici
1 ^a	03-02-2018	SANT JULIÀ	09:00/10:00
2 ^a	14-04-2018	SANT JULIÀ	09:00/10:00

PARTICIPACIÓ: Nedadores amb llicència F.A.N - N. Sincronitzada 2017-18 nascudes els anys 2006 al 2010 + grup B: nascudes 2002-03-04-05. Les nedadores nascudes l'any 2011 poden participar però les medalles es faran conjuntament amb l'any 2010. Les nedadores del grup B no poden participar a la Lliga de Figures/Elements.

PROVA INDIVIDUAL RECORREGUT DE 25m *1^a JORNADA-PUNTUACIÓ: EXECUCIÓ

	ANYS 2010 A 2007+ grup B	ANY 2006
1	Entrada a l'aigua de cap	Idem
2	Sortida: primer el cap + preparació per assumir posició estirada d'esquena	Idem
3	7m desplaçament r.standard	Idem
4	STOP i 5'' p.estirada d'esquena	Idem
5	Execució Figura nº311 Kip	Idem
6	Boost sense braços	Idem
7	Desplaçament en eggbeatter	Idem
8	Desplaçament en peus de crol lateral	Idem
9	Assumir carpa endavant M.B 3	Executar Figura 363 Water drop

PROVA PER EQUIPS **		
	PROVES 2 ^a JORNADA	PUNTUACIÓ
1	Formació a escollir + 2 cadències seguides	IMPRESSIÓ GENERAL
2	Boost a 2 braços	
3	Figura nº 420 Walkoverback	
4	Desplaçament de 5m en formació de 2 línees paral·leles i en kick-pull	
5	Figura nº 106_Straight Ballet Leg	

*Les series s'organitzaran per any de naixement , una nedadora per carrer .

- Nedadores nascudes any 2006 tenen 1 prova diferent a la jornada individual.

** Els equips estaran formats per un mínim de 4 components, no hi ha màxim de components.

- Cada club pot presentar tants equips com vulgui
- Els equips es poden formar amb les edats que es vulgui entre els anys 2010 i 2006+ grup B.
- Totes les components del equip han d'executar els elements al mateix temps (excepte les cadències)
- Les nedadores portaran banyador negre i casquet blanc a la 1ª jornada. Per la 2ª jornada banyador NEGRE i casquet lliure ó TEMÀTIC segons música escollida
- Les proves s'executaran en l'ordre establert a les dues jornades i es permet afegir altres elements només a la 2ª jornada, sempre i quan es respecti la distància on s'han d'executar els elements tal i com es descriu al diagrama.
- Hi haurà penalitzacions de 1.0 punt als equips per:
 - Ometre clarament un o més elements
 - Alteració del ordre dels elements
- A la 2ª jornada s'utilitzarà obligatòriament les músiques del llistat adjunt-**Anexe I-**

PREMIS

Medalla a les 3 primeres classificades per any de naixement a la 1ª Jornada i medalla als 3 primers equips classificats a la 2ª Jornada.

Grup B com a categoria (02-03-04-05)

Diploma a totes les participants

JORNADES	DATA LÍMIT INSCRIPCIONS	PUBLICACIÓ LLISTATS DE SORTIDA
1ª	22-01-2018	01-02-2018
2ª	23-03-2018	11-04-2018

Les inscripcions es realitzaran únicament en els fulls oficials d'inscripció (R.Nominal-excel 2017-18) i enviats per correu electrònic a nataliameca@fan.ad

Tot el que no quedi contemplat en aquesta normativa es regirà pel reglament FINA i FAN vigent.