

Settore Nuoto Sincronizzato

Prot. 6878 – LD-sm

Roma, 3 ottobre 2018

- **A tutte le Società interessate**

Oggetto: Selezione per la Squadra Nazionale Juniores 2018/2019

Il Settore Nuoto Sincronizzato della FIN comunica che la selezione della Squadra Nazionale Juniores si svolgerà ad OSTIA nei giorni 17 e 18 novembre 2018.

La partecipazione è aperta alle atlete nate negli anni 2001, 2002 e 2003 secondo i seguenti criteri:

- . Le prime 20 atlete classificate, per ogni anno di nascita, considerando la media dei punteggi ottenuti negli esercizi obbligatori ai Campionati Italiani Juniores Invernali ed Estivi nella stagione 2017/2018.
- . Due atlete per società, al di fuori della precedente classifica, indicate e ritenute meritevole di attenzione da parte dei responsabili tecnici della società stessa.
- . Le eventuali atlete, al di fuori della precedente classifica, identificate e segnalate dal C.T.

La Direzione Tecnica delle Squadre Nazionali si riserverà di selezionare le atlete in oggetto tenendo conto dei requisiti fisici e tecnici necessari per essere competitive in campo internazionale.

La selezione si articolerà su due giornate nelle quali verranno svolte 3 sedute di allenamento collegiale (sabato mattina, sabato pomeriggio e domenica mattina). L'inizio del raduno è previsto per le ore 9.00 di sabato 17 novembre ed i lavori si concluderanno domenica 18 novembre alle ore 13.00.

Le atlete verranno guidate, seguite e valutate dallo Staff Tecnico della Squadra Nazionale e dai Giudici Internazionali durante il lavoro collettivo, in gruppi, a coppie ed individuale.

Alle atlete verranno proposte sedute di nuoto, nuoto specifico, tecnica, ed esercitazioni in palestra; saranno inoltre valutate sulla nuotata del Programma Tecnico, Libero, e sulle parti di Squadra del Libero Combinato dei Mondiali Juniores di Budapest 2018.

A tale proposito si richiede cortesemente che le atlete partecipanti al raduno di Selezione siano in possesso di una buona conoscenza delle Routines indicate.

./.



Al termine del raduno verranno identificate le atlete idonee che successivamente saranno convocate a prendere parte ai raduni di preparazione della Squadra Nazionale Juniores.

Durante la stagione 2018/19 sarà comunque valutata e presa in considerazione la crescita tecnica delle atlete attualmente escluse, tramite eventuali risultati o segnalazioni da parte dei tecnici di società.

Le atlete dovranno portare con loro, oltre al necessario per l'allenamento in acqua, il seguente materiale :

- . abbigliamento e scarpe per la palestra.
- . 1 tappetino da palestra.
- . 1 coppia di cavigliere da 1 kg.
- . 1 coppia di polsiere da 500 gr.
- . 1 elastico da palestra.
- . 1 elastico da poter utilizzare in acqua.

Cordiali saluti.


Il Segretario Generale
(Antonello Panza)