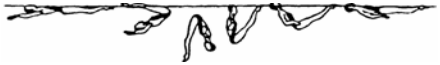
NIVEL 1	Panel:	N* Juez:	Nombre:	Fecha:

SECUENCIA de TÉCNICAS PROPULSIVAS/PIERNAS: PUNTOS CLAVE: buena postura/extensión/equilibrio/ altura-batidora, desplazamientos y transiciones fluidos. Batidora, patada lateral, patada espalda.	PB/MB/FIGURAS PUNTOS CLAVE: Posiciones básicas/Mov. Básicos/Diseno/Control/Transiciones Mortal atrás/bolita 310  Mortal atrás/carpado 303 Palmoteo/escuadra

Nadadora	Club	total	Secuencia batidora/pat.lat/pat.esp	Bolita atrás	Vta. atrás en escuadra	Palmoteo/ escuadra	Flexibilidad
1. Sol Acosta		**3.7**	3.8	3.9	4	3.3	3.4
2. Mnia de Souza		**3.1**	3.6	2.9	2.9	2.7	3.3
3. Milagros Pérez		**3.5**	4	3.8	3.6	2.9	3.4
4. Camila Pirez		**3.1**	3.3	3.1	3.5	2.9	2.7
5. Tiffany Casanx		**3.4**	3.6	3.6	3.5	3.5	2.8
6. Lucía Lamanna		**3.6**	3.3	3.4	3.5	3.3	4.7
7. Shadya Vázquez		**3.7**	3.7	3.6	3.6	3.0	4.8
8. María Vidal		**3.9**	3.8	4.1	4.1	4.1	3.6
9. Guadalupe Vidal		**4.4**	4.4	4.5	4.3	4.6	4
10. Lucía Hernández		**3.5**	3.7	3.9	3.9	3.3	2.5
11. Manuela Hernández		**3.7**	3.7	4	4	3.8	3
Nadadora	Club		Secuencia batidora/pat.lat/pat.espalda	Bolita atrás	Vta. atrás en escuadra	Palm. entrada/ escuadra	Flexibilidad

12. Priscilla Guida		**4.4**	4.5	4.6	4.3	3.9	4.8
13. Candelaria Balbiani		**3**	3	3	3	2.8	3.1
14. Manuela Cabrera		**2.8**	2.8	2.5	2.5	2.8	3.3
15. Manuela Falero		**3.4**	3.5	3.1	3.5	3.5	3.5
16. Lara Reggio		**3.7**	3.4	3	3.8	3.8	4.6
17. Brisa Cónsul		**4**	3.8	3.7	4.3	4.3	4.1
18. Lucía Corbalán		**3.6**	3.4	3.3	3.7	3.4	4
19. Sabrina Veneri		**3.3**	2.7	2.9	3.1	2.9	4.7

Nivel 2	Panel:	N* Juez:	Nombre:	Fecha: 4.06.2016 CPCHP

PB/MB/FIGURAS

PUNTOS CLAVE: Posiciones básicas/Mov. Básicos/Diseno/Control/Transiciones.

Veleros

Blossom 302

Vta. Frente/escuadra 320

Pez espada rod. Flex 401

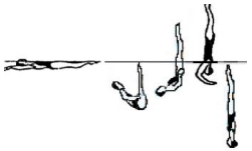
Nadadoras	Club	Veleros	Blossom	Vta. al frente/escuadra	Pez espada rod. Flex.	Flexibilidad
1. Luisina Romero	**3.1**	3.0	2.3	3	3.2	4.2
2. Abril Acosta	**3.1**	3.3	2.6	2.7	2.8	4
3. Martina Banchero	**3.4**	3.5	3	3.1	3.2	4.3
4. Rocío Rocha	**2.9**	3	2.8	2.7	2.4	3.7
5. Josefina Vergara	**3.3**	3.3	3.5	3.4	3.3	2.9
6. Morena Díaz	**3.3**	3.2	3.6	3	3.8	2.7
7. Alfonsina Araújo	**3.6**	3.7	3.6	3.3	3.4	3.8
8. Violeta Ovelar	**3.2**	3.3	3.4	3.6	2.8	2.8
9. Gabriela Perdomo	**3.6**	3.5	3.6	3.7	3.9	3.3
10. Esperanza Gutiérrez	**3.7**	4	3.8	3.7	3.7	3.1
11. Carmela Bermúdez	**3.7**	3.5	3.7	3.3	3.1	5
12. María Emilia Pérez	**3.8**	4	4	3.9	3.7	3.4
13. Ángela Quintana	**34**	3.7	3.1	3.5	3.7	3.2

Nivel 3	Panel:	N* Juez	Nombre:	Fecha:

PB/MB/FIGURAS

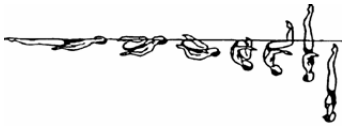
PUNTOS CLAVE: Posiciones Básicas/ Mov. Básicos/ Diseno/Control/Transiciones.

PB 101



Barracuda 301

S. Prawn 362



Kip 311

RUTINA - Tiempo: 2 min. Mantener el orden de los elementos.
Contenidos:

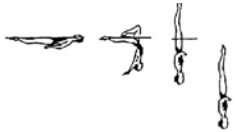
1. Entrada de cabeza
2. Punto alto c/1 brazo y desaparecer
3. Salida en batidora de frente c/1 brazo
4. Patada lateral c/1 brazo
5. Patada espalda c/1 brazo
6. Punto alto de vertical
7. Veleros alternados, pierna de ballet, cubeta, bolita invertida, extensión a vertical y descenso en vertical.
8. Paseo al frente. Fig. 360 Dificultad 2.1
   - Mínimo 4 patrones

Nadadora	Club		P. Ballet	Barracuda	S. Prawn	Kip	Flexibilidad	Rutina
1. Avril Larrieu		----------						
2. Sofia Tamsiunas	**3.5**	----------	3.5	3.3	3.3	3.5	3.7	
3. Catalina Golovchenko	**3.7**	solo	3.9	3.5	3.6	3.6	4	3.7
4. Mia Cortaberria	**3.7**	solo	3.8	3.8	3.4	3.4	4.2	3.7
5. Martina Gonález	**4**	solo	4	3.9	3.7	3.9	4.5	4
6. Julieta Cha	**4**	dueto	3.9	3.8	3.9	3.9	4.6	3.9
7. Micaela Páez	**4**	dueto	4.2	4	4	3.7	4.1	3.9
8. Noelia Revetria	**4**	--------	4.6	4.1	3.7	3.8	3.6	
9. María Ana Ochoteco	**4.1**	-------	4	4.2	4	3.7	4.8	

Nivel 4	Panel:	N* Juez:	Nombre:	Fecha:

PB/MB/FIGURAS

PUNTOS CLAVE: Posiciones Básicas/ Mov. Básicos/ Diseno/Control/Transiciones.



Oceanita 439

Paseo al frente 360

Pez espada pierna extendida 406

Torre 349

RUTINA - Tiempo: 2 min. Mantener el orden de los elementos.

Contenidos:

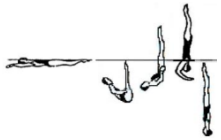
1. Entrada de cabeza
2. Punto alto c/1 brazo y desaparecer
3. Salida en batidora de frente c/1 brazo
4. Patada lateral c/1 brazo
5. Patada espalda c/1 brazo
6. Punto alto de vertical
7. Veleros alternados, pierna de ballet, cubeta, bolita invertida, extensión a vertical y descenso en vertical.
8. Paseo al frente. Fig. 360 Dificultad 2.1
   - Mínimo 4 patrones

Nadadora	total		Oceanita	Paseo al frente	Pez espada rod. extend.	Torre Eiffel	Flexibilidad	Rutina
1. Tatiana Moreno	**3.6**	solo	3.7	3.2	3.3	3.2	5	3.5
2. Agustina Martínez	**3.6**	solo	3.8	3.8	3.7	3.2	4.2	3.6
3. Victoria Lema	**3.9**	solo	4.1	4.1	3.9	3.5	3.6	4

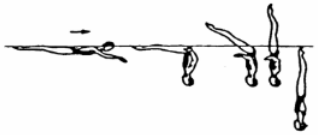
Nivel 5	Panel:	N* Juez:	Nombre:	Fecha:

PB/MB/FIGURAS

PUNTOS CLAVE: Posiciones Básicas/ Mov. Básicos/ Diseno/Control/Transiciones.



Barracuda Spinning 360 - 301e
Se ejecuta el tirabuzón asignado al mismo ritmo que el *Empuje*



355h Marsopa Tirabuzón Ascendente 180*
Tonina Spin-up 180*

Ariana 423
caderas efectúan una rotación de 180º.

Catalina 115

RUTINA - Tiempo: 2 min/15 seg. Mantener el orden de los elementos

1. Entrada de cabeza
2. Punto alto c/2 brazos y desaparecer
3. Salida en batidora de frente c/1 brazo
4. Pierna de ballet derecha (subida c/pierna recta) + flamingo derecha + extensión a flamingo vertical + giro 180* mantenido y spinning 180* extendiendo la pierna flexionada, hasta los tobillos y desaparecer.
5. Punto alto de flamingo y descenso en Spinning 180* extendiendo la pierna flexionada, hasta talones y desaparecer.
6. Cubeta + bolita invertida + vertical + abrir a Split con giro de 180* y salida de paseo al frente.
7. Plataforma, salto o torre (todas las nadadoras tienen que estar involucradas). En caso de ser un número inferior a 3 nadadoras, deberán realizar una elevación de una nadadora a otra.

- Mínimo 5 patrones.

Nadadora	Club	total	Barracuda	Tonina Spin-Up 180*	Ariana	Catalina	Flexibilidad	Rutina
1. Victoria Gamarra		**3.9**	3.3	4	3.9	3.7	4.8	
2. Paola Pérez		**3.9**	3.5	3.7	3.7	3.8	4.2	
3. Lara Budino		**3.5**	2.1	3.5	3.7	3.9	4.3	
4. Juliana González		**3.7**	3.7	3.8	3.6	3.8	3.5	
5. Paula Shaban		**3.9**	3.8	3.4	3.6	3.8	4.8	