

REGULAMENT SARITURI IN APA 2016

SENIORI (14 ANI SI MAI MARI)

Feminin

Trambulina 1 m

Trambulina 3 m

Paltforma 10 m

5 libere (coeficient fara limita de dificultate)

Masculin

Trambulina 1 m

Trambulina 3 m

Paltforma 10 m

6 libere (coeficient fara limita de dificultate)

Sincron 3 m si sincron 10 m

Feminin

- 5 sarituri din 5 grupe diferite din care:
 - 2 cu coeficient maxim 2,0
 - 3 libere (coeficient fara limita de dificultate)

Masculin

- 6 sarituri din 5 grupe diferite din care:
 - 2 cu coeficient maxim 2,0
 - 4 libere (coeficient fara limita de dificultate)

OBSERVATII: TOATE SARITURILE CU FATA DE LA TRAMBULINA DE 3 METRI SE VOR EXECUTA CU ELAN.

SARITURI PE ECHIPE MIXT

- 6 sarituri din 6 grupe diferite astfel:

Feminin: - 1 saritura cu coeficient maxim 2,0 de la 3 m sau 10 m
- 2 sarituri liber alese - din care cel putin una de la trambulina 3 m si cel putin una de la 10 m

Masculin: - 1 saritura cu coeficient maxim 2,0 de la 3 m sau 10 m
- 2 sarituri liber alese - din care cel putin una de la trambulina 3 m si cel putin una de la 10 m

SINCRON PLATFORMA MIXT

Feminin

- 5 sarituri din 5 grupe diferite din care:
 - 2 cu coeficient maxim 2,0
 - 3 libere (coeficient fara limita de dificultate)

Masculin

- 6 sarituri din 5 grupe diferite din care:
 - 2 cu coeficient maxim 2,0
 - 4 libere (coeficient fara limita de dificultate)

CAMPIONAT NATIONAL SENIORI, JUNIORI A SI JUNIORI B

PROGRAM DE CONCURS – PRIMAVARA (se sare CALIFICARI+FINALE)

Zi I - ora 09.30 - Calificari platforma fete (toata seria) juniori B, juniori A; (seria a II-a) seniori

- Finala trambulina 3 m baieti (juniori B, juniori A, seniori)
- Finala echipe mixt (seniori)

- ora 16.00 - Finala platforma fete (seria a II-a), juniori B, juniori A, seniori
- Finala sincron platforma fete+baieti (seniori)

Zi a II-a - ora 09.30 - Calificari platforma baieti (toata seria) juniori B, juniori A; (seria a II-a) seniori

- Finala trambulina 1 m fete (juniori B, juniori A, seniori)
- Finala sincron platforma mixt (seniori)

- ora 16.00 - Finala platforma baieti (seria a II-a), juniori B, juniori A, seniori

- Finala sincron trambulina 3m fete+baieti (juniori+seniori)

Zi a III-a - ora 09.30 - Finala trambulina 3 m fete (juniori B, juniori A, seniori)

- Finala trambulina 1 m fete (juniori B, juniori A, seniori)

PROGRAM DE CONCURS – VARA (se sare DIRECT FINALE)

Zi I - ora 09.30 - Trambulina 3 m baieti (juniori B, juniori A, seniori)

- Echipe mixt (seniori)

- ora 16.00 - Platforma fete (juniori B, juniori A, seniori)

- Sincron platforma fete (juniori B, juniori A, seniori)

Zi a II-a - ora 09.30 - Trambulina 1 m fete (juniori B, juniori A, seniori)

- Sincron platforma mixt (seniori)

- ora 16.00 - Platforma baieti (juniori B, juniori A, seniori)

- Sincron 3m fete+baieti (juniori+seniori)

Zi a III-a - ora 09.30 - Trambulina 3 m fete (juniori B, juniori A, seniori)
- Trambulina 1 m baieti (juniori B, juniori A, seniori)

CAMPIONAT NATIONAL OPEN

PROGRAM CONCURS (se sare DIRECT FINALE)

Zi I - ora 09.30 - Platforma fete (juniori B, open)
- Sincron platforma fete+baieti (seniori)
- ora 16.00 - Trambulina 3 m baieti (juniori B, open)
- Echipe mixt (seniori)

Zi a II-a - ora 09.30 - Platforma baieti (juniori B, open)
- Sincron 3 m fete+baieti (juniori, open)
- ora 16.00 - Trambulina 1 m fete (juniori B, open)
- Sincron platforma mixt (seniori)

Zi a III-a - ora 09.30 - Trambulina 3 m fete (juniori B, open)
- Trambulina 1 m baieti (juniori B, open)

OBSERVATII:

PARTICIPA – JUNIORI B – 14-15 ani

- OPEN – sportivi peste 16 ani

JUNIORIA (16-18 ANI)

Feminin

Trambulina 1 m – 5 impuse (maxim 9,0) + 4 libere

Trambulina 3 m – 5 impuse (maxim 9,5) + 4 libere

Platforma (5 m, 7,5 m si 10 m) - 4 impuse (maxim 7,6) + 4 libere

- se utilizeaza 5 grupe diferite obligatoriu

Masculin

Trambulina 1 m – 5 impuse (maxim 9,0) + 5 libere

Trambulina 3 m – 5 impuse (maxim 9,5) + 5 libere

Platforma (5 m, 7,5 m si 10 m) - 4 impuse (maxim 7,6) + 5 libere

- se utilizeaza 6 grupe diferite obligatoriu

JUNIORI B (14-15 ANI)

Feminin

Trambulina 1 m – 5 impuse (maxim 9,0) + 3 libere

Trambulina 3 m – 5 impuse (maxim 9,5) + 3 libere

Platforma (5 m, 7,5 m si 10 m) - 4 impuse (maxim 7,6) + 3 libere

- se utilizeaza 5 grupe diferite obligatoriu

Masculin

Trambulina 1 m – 5 impuse (maxim 9,0) + 4 libere

Trambulina 3 m – 5 impuse (maxim 9,5) + 4 libere

Platforma (5 m, 7,5 m si 10 m) - 4 impuse (maxim 7,6) + 4 libere

- se utilizeaza 5 grupe diferite obligatoriu

JUNIORI C (12-13 ANI)

Feminin

Trambulina 1 m – 5 impuse (maxim 9,0) + 2 libere

Trambulina 3 m – 5 impuse (maxim 9,5) + 2 libere

Platforma (5 m, 7,5 m) – 4 impuse (maxim 7,6) + 2 libere

Masculin

Trambulina 1 m – 5 impuse (maxim 9,0) + 3 libere

Trambulina 3 m – 5 impuse (maxim 9,5) + 3 libere

Platforma (5 m, 7,5 m) – 4 impuse (maxim 7,6) + 3 libere

JUNIORI D (10-11 ANI)

Feminin + Masculin

Trambulina 1 m si Trambulina 3 m – 3 impuse (maxim 5,4) + 2 libere (maxim 1 salt $\frac{1}{2}$)

Platforma 5 m – 2 impuse (maxim 4,0) + 2 libere (maxim 1 salt $\frac{1}{2}$)

CAMPIONAT NATIONAL JUNIORI C SI JUNIORI D **PROGRAM DE CONCURS**

Zi I - ora 09.30 - Trambulina 3 m baieti (juniori D)

- Trambulina 3 m baieti (juniori C)

- ora 16.00 - Platforma fete (juniori D)

- Platforma fete (juniori C)

Zi a II-a - ora 09.30 - Trambulina 1 m fete (juniori D)

- Trambulina 1 m fete (juniori C)

- ora 16.00 - Platforma baieti (juniori D)

- Platforma baieti (juniori C)

Zi a III-a - ora 09.30 - Trambulina 3 m fete (juniori D)

- Trambulina 3 m fete (juniori C)

- Trambulina 1 m baieti (juniori D)

- Trambulina 1 m baieti (juniori C)