

RICHIESTE LANCI

	VAL MAX	TIPOLOGIE			OBBLIGATORIETA'				
		LANCI GIRI	LANCI SPOSTAMENTO	LANCI STAZIONARI	LANCI ORIZZONTALI	LANCI MANO SX	MOVIMENTI SOTTO IL LANCIO	DIVERSO MODO DI LANCIARE	RIPRESE COMPLESSE
C2	3,5	2	2	1	almeno 1	almeno 1 diverso dall' orizzontale		almeno 1 DA RICCIOLO FRONTALE DIRITTO a scelta tra # SEMPLICE # SOTTO BRACCIO # SOTTO GAMBA	almeno 1 a scelta tra # SCHIENA # INTERNA IN AFFONDO DX- SX
C1	5,5	2	2	1	almeno 1	almeno 1 diverso dall' orizzontale	almeno ILLUSION	almeno 1 DA POMELLO A ROVESCIO mano dx o mano sx	almeno 2 di cui 1 A SCELTA TRA LE RIPRESE DI VALORE 2
B	8	1	2	2	almeno 1	almeno 1 diverso dall' orizzontale	almeno 1 G ILLUSION	almeno 1 a scelta tra DA POMELLO A ROVESCIO mano dx o mano sx DA GRAND BATTEMENT O GRAND BATTEMENT EN TOURNANT DA GRAN JETE'	almeno 2 di cui 1 A SCELTA TRA LE RIPRESE DI VALORE 3
A2	10	1	2	2	almeno 1	almeno 1 diverso dall' orizzontale	almeno 2 ILLUSION	almeno 1 DI VALORE = 0 SUPERIORE A 2,5	almeno 2 di cui 1 A SCELTA TRA LE RIPRESE DI VALORE PARI O SUPERIORE A 3

DEFINIZIONI

LANCIO GIRI : SOLO GIRI PURI

LANCIO SPOSTAMENTO : quando c'è la reale volontà di muoversi da un punto A a un punto B creando uno spostamento coreografico.

LANCIO STAZIONARIO : quando non c'è la reale volontà di muoversi da un punto A ad un punto B

NOTE

LE OBBLIGATORIETA' SUI MODI DI LANCIARE SONO CONGLOBABILI : es il lancio da mano sx può essere conglobato al lancio da pomello mano sx (diverso modo di lanciare)

SE IL PRIMO MOVIMENTO SOTTO IL LANCIO E' SINCRONO CON IL MOMENTO DI LANCIO LO STESSO VIENE CONVALIDATO: es lancio gran jetè-rovesciata, se il lancio avviene sullo stacco del gran jetè, lo stesso è convalidato.

L'OBBLIGO DEL MOVIMENTO SOTTO IL LANCIO (illusion, 1g illusion, 2 illusion) INDICA IL MINIMO PRESENTABILE. Es: in serie B posso presentare lancio 1g illusion, lancio 1 g posa illusion, lancio 2 illusion. SEMPRE NEL RISPETTO DELLE RESTRIZIONI SUL VALORE DEL LANCIO