РЕГИОНАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ПЛАВАНИЯ И СИНХРОННОГО ПЛАВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

ИНН 4705042984 / КПП 470501001
188300, Российская Федерация, Ленинградская обл., г. Гатчина, пр. 25 Октября, дом 21, корпус 3
Телефон +7 (921) 974-45-43 / e-mail: office@lenswimming.ru,lenswimming.ru

«УТВЕРЖДЕНО»
Президиумом
ОО «РСФПСПЛО»
от 8 сентября 2022 г.

ФИГУРЫ
для спортсменов синхронного плавания возрастной группы до 13 лет
Ленинградской области

Возрастная группа девочки, мальчики до 8 лет фигуры «Дельфиник-1»:

- согнутое колено на спине	КТ 1,1
- согнутое колено на груди	КТ 1,2
- поворот 360° в группировке	КТ 1,2
- оборот назад в группировке	КТ 1,2

Возрастная группа девочки, мальчики до 9 лет фигуры «Дельфиник-2»:

- балетная нога (через согнутое колено)	КТ 1,6 (101)
- заход в угол	КТ 1,5
- закрытие из положения шпагат	КТ 1,5
- сед для барракуды	КТ 1,3

Возрастная группа девочки, мальчики до 10 лет фигуры «Дельфиник-3»:

- прямая балетная нога	КТ 1,6 (106)
- барракуда	КТ 1,9 (301)
- креветка по поверхности	КТ 1,3 (362)
- кипнус (погружение с приставлением ноги)	КТ 1,4 (316)

Гл. тренер сборных команд ЛО
по синхронному плаванию Белоусова И.В.