

## EXTRA verduidelijkingen FINA manual – september 2020

1.

**Hoe moet de hoogtetabel worden toegepast op de tweede verticale houding, die wordt bereikt aan het einde van een beweging, zoals in een rocketsplit of solo-element 1 (van de airborne split die weer samenkomt tot de verticale houding)? Raadpleeg zoals in de bewegingen 2-16 of 2-18 van de moeilijkheidsgraadtabellen (pagina 48 van het FINA-manual)**

Maximale hoogte is te allen tijde gewenst. Deze overgangen hebben een 'onstabiele' basis. Bij deze overgangen is het niet mogelijk om de dynamische hoogte te behouden die in het begin van de overgang (na de Thrust) is bereikt. De hoogte van de tweede verticale houding (vóór het verticale ondergaan) moet worden beoordeeld aan de hand van lagere hoogtenormen dan de eerste verticale houding. De hoogteschaal in de dubbel verticaal moeten worden gebruikt voor de stabiele hoogte (pagina 44 van de FINA-handleiding of: zie KNZB 'schaal om hoogte van de uit te voeren figuur te beoordelen')

2.

**Hoe moet de Continuous Spin worden beoordeeld als de helft van de vereiste 720 ° spin wordt uitgevoerd bij de enkels in Solo Element # 5? (vanuit de gehoekte houding achterover, met de benen loodrecht op de waterspiegel, wordt een Barracuda Continuous Spin 720 ° (2 rotaties) uitgevoerd.)**

Verwijzend naar de Uitgebreide cijferschaal voor figuren en kijkend naar de nauwkeurigheid van overgangen en bewegingen / het gemak van beweging (pagina 42 van de FINA-manual), mogen er geen grote fouten zijn om een score te krijgen in de categorie 'goed' 7.0-7.9. Als de helft of meer van de spin bij de enkels wordt uitgevoerd, is dit een grote fout. Het Continuous Spin-gedeelte van het cijfer zal niet hoger zijn dan "Vrij goed" van 6,0-6,9. In Solo Element # 5 zijn de 2 PV's die worden vermeld 3,83 voor de gehoekte houding achterover Thrust naar verticale houding en 6,17 voor de 720 ° continuous spin. Het uiteindelijke cijfer moet ook rekening houden met en meetellen in het eerste deel van de figuur van de gehoekte houding achterover naar de verticale houding.

3.

**Hoe moet het worden beoordeeld wanneer tijdens de Thrust het hoofd, in de gehoekte houding achterover tijdens een opwaartse beweging, uit het water komt? (BM 9 Vanuit een gehoekte houding achterover onder water, met de benen loodrecht op de waterspiegel, wordt snel een verticale opwaartse beweging van de benen en heupen uitgevoerd terwijl het lichaam zich afrolt om een verticale houding aan te nemen)**

De Thrust-beweging begint met de tenen net onder het wateroppervlak. Het afrollen van het lichaam dient te beginnen op hetzelfde moment dat de opwaartse beweging begint. Als dit correct wordt gedaan, zal het hoofd het oppervlak niet doorbreken. Als er een opwaartse beweging is voordat het afrollen begint, zodanig dat het hoofd boven water komt, is dit een grote ontwerpfout. Andere factoren zoals snelheid, ~~uit~~gestrektheid, afwijking van de verticale lijn en nauwkeurigheid van de posities moeten ook worden meegewogen bij het bepalen van het cijfer voor de Thrust.

Bedenk ook dat het voor de zwemmer gemakkelijker is om hoogte te bereiken door te beginnen met een opwaartse beweging, voordat het afrollen begint, daarom moet een lagere waardering worden gegeven aan de hoogte, die wordt bereikt wanneer deze fout wordt gemaakt.