

**APENDICE III - Establecer Números de Elementos para Rutinas -Revisado 26 de Octubre 2022**

Senior/Junior	Tiempo (+/- 5 seg)	Total Elementos	Sumario
Solo Técnico	2:00	7	Total de 5 Elementos Téc. Requeridos y 2 Híbridos libres
Solo Libre	2:15	7	Total de 7 Híbridos libres
Dueto Técnico	2:20	8	Total de 5 Elementos Téc. Requeridos y 2 Híbridos libres, y 1 Acrobacia de Pareja.
Dueto Libre	2:45	9	Total de 7 Híbridos libres, 2 Acrobacias de Pareja
Dueto Mixto Técnico	2:20	8	Total de 5 Elementos Téc. Requeridos , 2 Híbridos libres (uno debe incluir un híbrido con conexión), y 1 Acrobacia de Parejas
Dueto Mixto Libre	2:45	9	Total de 6 Híbridos Libres (uno debe ser un híbrido con conexión), 3 Acrobacias de Pareja: un levantamiento por encima de la cabeza, un lanzamiento y uno de libre elección <b>MÁS Movimientos Adicionales Requeridos para Dueto Mixto Libre:</b> Dos (2) movimientos conectados de superficie con desplazamiento
Equipo Técnico	2:50	9	Total de 5 Elementos Téc. Requeridos y 3 Híbridos libres (uno debe incluir una acción de cadencia), y 1 Acrobacia de Equipo Requerida*
Equipo Libre	3:30	11	Total de 7 Híbridos libres y 4 Acrobacias de Equipo Libres*
Rutina Acrobática	3:00	7	7 Acrobacias de Equipo* (1 de cada grupo = 4 + 3 de libre elección de grupo) + transiciones son libres, pero no otorgan dificultad + híbridos son libres pero no otorgan dificultad
Juvenil (13-15)	Tiempo (+/- 5 seg)	Total Elementos	Sumario
Solo Libre	2:00	6	Total de 6 Híbridos Libres
Dueto Libre	2:30	7	Total de 6 Híbridos Libres y 1 Acrobacia de Pareja
Dueto Mixto Libre	2:30	7	Total de 5 Híbridos Libres (uno de ellos debe incluir un híbrido con conexión) y 2 Acrobacias de Pareja <b>MÁS Movimientos Adicionales Requeridos para Dueto Mixto Libre:</b> Dos (2) movimientos conectados de superficie con desplazamiento
Equipo Libre	3:00	9	Total de 6 Híbridos Libres y 3 Acrobacias de Equipo*(límite de seguridad**) <b>MÁS</b> componentes requeridos (en cualquiera de los 6 híbridos): ambos realizados con completa sincronización: un (1) acción de thrust (T1-T9) y (1) Spin descending 720 con una o ambas piernas (R3)
Combo Juvenil	3:00	9	4 Acrobacias de Equipo (límites por la seguridad**) + Transiciones Libres + <b>SOLO</b> 1 x Híbrido de Solo, 1 x Híbrido de Dueto, 3 x Híbridos de Equipo (mínimo requerido 4 atletas )
12 y Menos	Tiempo (+/- 5 sec)	Total Elementos	Sumario
Solo Libre	2:00	5	Total de 5 Híbridos Libres
Dueto Libre	2:30	6	Total de 5 Híbridos Libres y 1 Acrobacia de Pareja
Dueto Mixto Libre	2:30	6	Total de 5 Híbridos Libres (uno de ellos debe incluir un híbrido de conexión) y 1 Acrobacia de Pareja <b>MÁS movimientos requeridos adicionales para el Dueto Libre Mixto:</b> Dos (2) movimientos conectados de superficie con desplazamiento
Equipo Libre	3:00	9	Total de 6 Híbridos Libres y 3 Acrobacias de Equipo*(límite de seguridad**)
12M Combo	3:00	8	3 Acrobacias de Equipo*(límite de seguridad**) + Transiciones Libres + <b>SOLO</b> 1 x Híbrido de Solo, 1 x Híbrido de Dueto, 3 x Híbridos de Equipo (mínimo requerido 4 atletas)

\*Definición de Team Acrobatic según el Catálogo Acrobático (página 2): “Un movimiento acrobático en equipo se considera un Elemento, a partir de 4 nadadores y más (por ejemplo: 3 nadadores base + 1 nadador destacado; o 2 nadadores base + 1 apoyo -nadador que empuja a 1 nadador destacado). ¡Debe comenzar y terminar en el agua! Todas las demás acciones se consideran acrobacias en pareja o acciones de asistencia en pareja”.

\*\*12U/Juvenil Límite de Seguridad Acrobático: Los Elementos Acrobáticos no pueden tener un DD superior a los siguientes: para el Grupo A: 2.65, para el Grupo B: 2.6, para el Grupo C: 2.45 y para el grupo P 2.5. Consulte el catálogo de acrobacias de la FINA.