



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
COMITATO REGIONALE TOSCANO



Nuoto Sincronizzato Norme e Regolamento Regionale
Stagione 2017 - 2018

Sommario

Informazioni generali	3
Comunicazione.....	3
Commissione tecnica	3
Iscrizioni	3
programma gare.....	4
Start list	4
Fogli gara:	4
Risultati.....	5
Trofeo CONI	5
Richiesta Nulla osta per partecipazione a competizione extra-regione	5
Richiesta prove extrafederali	5
Rappresentativa regionale	5
Nota iscrizione atlete fuori regione	5
Costi	6
Le tasse gara.....	6
Il pagamento.....	6
Organizzazione e direttive Manifestazione.....	6
L'assistenza organizzativa delle Società ospitanti dovrà prevedere:.....	6
Stereo e musica:	7
Addetto ai Concorrenti e tesserini FIN.....	7
Dirigenti e Tecnici ammessi sul piano vasca	7
Spese per l'organizzazione delle manifestazioni.....	7
Premiazioni:.....	8
Elenco obbligatori per la categoria propaganda 2017/2018.....	9
Categoria Giovanissime (2009-2010-2011)	9
Esordienti B (2008).....	9
Esordienti A (2006-2007).....	10
Ragazze (2003-2004-2005).....	10
Juniores- Seniores-Assolute (2002 e precedenti)	10
Calendari.....	11
Calendario Agonismo / Stelle – Campionato Invernale	11
Calendario Agonismo – Campionato Estivo – da definire.....	11
Calendario Propaganda – Master da definire.....	12
Fac-simile moduli iscrizione.....	13

INFORMAZIONI GENERALI

COMUNICAZIONE

Si ricorda che tutte le comunicazioni inerenti il settore NUOTO SINCRONIZZATO dovranno essere inviate esclusivamente all'indirizzo mail:

sincro.toscana@federnuoto.it

- Dalla segreteria del Comitato dovranno passare TUTTE le informazioni ufficiali (in entrata e in uscita) relative alla attività. Non sono ammessi altri canali di comunicazione che pertanto, qualora utilizzati, non avranno alcuna rilevanza istituzionale.
- Le associazioni partecipanti all'attività agonistica sono riconosciute quali unici interlocutori presso la segreteria del Comitato. Eventuali comunicazioni, richieste, istanze provenienti da altri soggetti non facenti parte dell'ordinamento sportivo non potranno pertanto essere oggetto di valutazione alcuna.

COMMISSIONE TECNICA

Con delibera del presidente (prot.67/2016) è stata nominata la commissione tecnica composta da:

Federica Bartoli

Sabra Borselli

Katiuscia Guidi

Il coordinamento della commissione verrà effettuato dalla segreteria del Comitato regionale Toscano nella persona di Ilaria Ceccarelli.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni devono essere inviate esclusivamente via e-mail ai seguenti indirizzi:

sincro.toscana@federnuoto.it.

L'oggetto dell'email ed il nome del file devono riportare: "Gara SY + società + data manifestazione" (es.: Gara SY "team acquasincro" 03/12/2017).

Dovranno essere utilizzati i moduli - **uno per categoria!** - pubblicati sul sito nella sezione sincro/modulistica:

http://federnuoto.toscana.it/Syncro/Syncro_Mod_Iscrizioni.asp (fac-simile in appendice)

Si ricorda di completare il modulo interamente e di specificare la tipologia di gara, la categoria, la società e l'anno di nascita delle atlete. NON saranno accettate iscrizioni imprecise ed incomplete.

Scadenza

Come per la scorsa stagione dovranno essere inviate al COMITATO entro il lunedì antecedente la gara per quanto riguarda i campionati Regionali ed entro due lunedì antecedenti la gara per quanto riguarda il circuito delle STELLE.

La **scadenza delle iscrizioni indicata nel Regolamento** delle diverse manifestazioni deve intendersi **tassativa**. Ogni iscrizione giunta oltre il termine sarà accettata previo pagamento di tassa federale di 25 euro.

Limiti

Non ci sono limitazioni al numero delle atlete iscritte agli esercizi **obbligatori** delle categorie ESORDIENTI C, ESORDIENTI B, ESORDIENTI A, Ragazze, Juniores, Assolute.

Per quanta riguarda i limiti delle iscrizioni dei liberi e tecnici si rimanda al regolamento nazionale ad eccezione del campionato invernale che potrà prevedere l'iscrizione di 3 solo e 3 duo per società, sia per propaganda che per agonismo (che dovranno avere musica diversa).

Le atlete tesserate propaganda non potranno partecipare al circuito agonismo con l'eccezione di max 2 atlete esordienti B per società, che potranno essere iscritte alle gare di obbligatori esordienti A fuori gara.

Stelle

Le atlete iscritte per la prima volta alla prova del Sistema delle Stelle devono consegnare alla Giuria n. 1 foto formato tessera.

L'ordine di entrata in acqua previsto dal programma gara non dovrà in alcun modo essere modificato.

Per atlete che già hanno acquisito la stella 3 e/o seguenti -> Ogni atleta potrà conseguire solo la stella corrispondente alla sua età. Per l'acquisizione delle stelle l'anno di nascita è vincolante, NON si accetterà nessun atleta fuori età e nessuna stella non acquisita verrà recuperata.

Per le atlete che passano dal settore propaganda a quello agonistico o che non hanno mai acquisito la stella 3 e/o seguenti, sarà obbligatorio il conseguimento di tutte le stelle fino a quella del proprio anno di nascita.

Ogni atleta potrà acquisire al massimo due stelle per prova.

PROGRAMMA GARE

Il programma definitivo di gara verrà stilato dal Comitato e comunicato alle società a conclusione delle iscrizioni e comunque non oltre il giovedì pomeriggio.

Per quanto riguarda i dettagli tecnici degli esercizi all'interno delle manifestazioni regionali sia per agonismo che per propaganda e Master si rimanda al Regolamento Nazionale.

Il Comitato si riserva di eliminare la passeggiata dai balletti qualora il tempo della sessione di gara previsto fosse superiore al tempo consentito.

L'elenco degli obbligatori per la propaganda sarà possibile trovarlo in appendice.

START LIST

Sarà pubblicata sul sito nella sezione del nuoto sincronizzato /start list:

http://federnuoto.toscana.it/Syncro/Syncro_startlist.asp entro il giovedì precedente la gara.

Il Comitato esporrà un solo ordine valido sul tavolo della segreteria, sarà interesse delle società prenderne nota.

FOGLI GARA:

Agonismo:

Il Comitato si fa carico di compilare i moduli gara delle atlete iscritte obbligatori. Per i balletti sarà cura della società compilarli e consegnarli al tavolo della segreteria.

Propaganda - Master:

Le società dovranno debitamente compilare i moduli (con dati atlete, manifestazione, coefficienti, codici esercizio...) e presentarli al tavolo della segreteria in duplice copia.

Stelle:

I moduli gara delle PROVE DELLE STELLE, saranno redatti dal Comitato, ma dovranno essere stampati dalla società partecipante in ragione di 3 (tre) copie per atleta.

RISULTATI

Saranno pubblicati nell'apposita sezione del sito sincro/risultati:

http://federnuoto.toscana.it/Sincro/Sincro_Risultati.asp entro il martedì seguente la gara.

Non saranno più resi noti i risultati prima della fine della manifestazione né alle atlete né ai tecnici.

Si richiede di non abbandonare il campo gara prima della fine della manifestazione.

TROFEO CONI

All'interno del Campionato Propaganda si svolgerà, qualora la FIN deciderà di aderire come le passate stagioni, il Trofeo CONI Toscana, che interesserà la prova di DUO della categoria Esordienti A (2006-2007). Tale trofeo servirà per selezionare i 2 duo che parteciperanno alla fase Nazionale che si terrà a settembre 2018 in sede ancora da definire.

Data l'importanza dell'evento chiediamo la massima adesione delle Società.

RICHIESTA NULLA OSTA PER PARTECIPAZIONE A COMPETIZIONE EXTRA-REGIONE

Dovranno pervenire alla segreteria del comitato in carta intestata della Società a firma del presidente, almeno 7 giorni prima dell'evento con tutti i dati delle atlete e della manifestazione.

Non saranno accettate richieste in caso di concomitanza di manifestazione con le prove regionali.

RICHIESTA PROVE EXTRAFEDERALI

Tutte le manifestazioni di nuoto Sincronizzato organizzate dalle Società che prevedano interessamento dei giudici federali, dovranno essere approvate dal Comitato Regionale Toscano.

La richiesta dovrà pervenire almeno 30 giorni prima dell'evento.

RAPPRESENTATIVA REGIONALE

Organizzazione collegiale categoria Esordienti A con tecnici federali in un periodo da stabilire (saranno convocate le prime 10 bambine toscane della classifica nazionale invernale)

NOTA ISCRIZIONE ATLETE FUORI REGIONE

Il Comitato Regionale si riserva l'iscrizione ai campionati regionali di atlete appartenenti ad altre regioni, previa verifica, alla scadenza del termine d'iscrizione, del numero delle atlete partecipanti.

COSTI

LE TASSE GARA

Valide sia per agonismo che per propaganda:

Obbligatori	6,00
Solo	7,00
Duo	9,00
Squadra/combo	15,00
Stelle	5,00

La gara obbligatori Juniores e Assoluti sarà in unica start list, ma con doppia classifica - **le tasse gara saranno dovute per entrambe le categorie.**

E' necessario comunicare tempestivamente le assenze in fase di gara, sarà possibile farlo entro 30 minuti dall'orario di inizio previsto dal programma. Qualora si inizi la manifestazione e le atlete assenti risultino ancora in ordine di partenza, verrà applicata un'ammenda di 10.00 € per atleta alla società di appartenenza.

Il Comitato non è tenuto a richiedere ad ogni responsabile/allenatore le eventuali atlete mancanti, sarà cura delle società presentarsi al tavolo della segreteria e comunicare ogni variazione al programma.

La tassa di iscrizione è dovuta anche in caso di assenza gara non comunicata entro la pubblicazione della start list.

IL PAGAMENTO

La società che si fa carico del costo del campo gara è esonerata dal pagamento delle tasse gare del campionato invernale.

Dovrà avvenire esclusivamente tramite bonifico bancario entro il venerdì precedente alla gara (la contabile dovrà essere inviata tramite mail)

Coordinate bancarie CRT: IT35Y 01005 03309 000000000712

Si prega di inserire nella Causale il nome della Società (anche abbreviato), la data e la tipologia della gara (basta la sigla SY)

ORGANIZZAZIONE E DIRETTIVE MANIFESTAZIONE

L'ASSISTENZA ORGANIZZATIVA DELLE SOCIETÀ OSPITANTI DOVRÀ PREVEDERE:

- Speaker (che dovrà presentare la manifestazione, le prove dei balletti e le premiazioni)
- Assistente Bagnante
- Segreteria (una persona a disposizione)
- Pc per la musica
- Verifica dotazione nell'impianto e regolare funzionamento DAE (defibrillatore semiautomatico)
- Podio per le premiazioni
- Un addetto per la gestione delle musiche

- Predisposizione postazioni giudici
- Predisposizione tavoli per segreteria
- Presa corrente in sicurezza

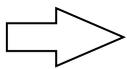
STEREO E MUSICA:

La musica, sia per l'agonismo che per la propaganda, dovrà essere inviata entro il mercoledì precedente la manifestazione utilizzando il servizio gratuito **WeTransfer** (<https://www.wetransfer.com/>) inserendo come destinatario l'indirizzo email di settore (**sincro.toscana@federnuoto.it**).

Non sono accettati file musicali inviati dopo il termine previsto né consegnati il giorno della gara.

Accedendo alla pagina web sopra segnalata, si dovrà cliccare su "Skip" per non utilizzare la versione "Plus" del servizio, inserire email del mittente e del destinatario (**sincro.toscana@federnuoto.it**), scrivere il testo del messaggio ed allegare i files musicali. Cliccare su "Trasferisci" per avviare l'invio.

I files musicali dovranno essere denominati come segue:



"esercizio_nomesocietà_categoria_nomeatleta" (es.: solo_acquasport_junior_paolarossi).

Le musiche saranno inoltrate alla società organizzatrice con googledrive.

Sarà utilizzato lo stereo del Comitato.

ADDETTO AI CONCORRENTI E TESSERINI FIN

Al fine di facilitare il controllo e renderlo più esatto e celere le atlete dovranno presentarsi all'addetto ai concorrenti con il proprio tesserino FIN in mano in anticipo di almeno due o tre esercizi rispetto alla propria partenza. Non saranno accettati tesserini presentati dai tecnici in assenza di atleta.

Per gli obbligatori i cartellini saranno controllati tutti prima dell'inizio della gara e le atlete saranno contrassegnate con il numero corrispondente al proprio ordine di partenza.

In caso di mancata presentazione del tesserino (o autocertificazione delle società di appartenenza accompagnata da certificato medico) l'atleta non potrà partecipare alla manifestazione.

DIRIGENTI E TECNICI AMMESSI SUL PIANO VASCA

Non saranno ammessi sul piano vasca persone prive di tesserino Federale in qualità di tecnico o dirigente.

Coloro che firmeranno il foglio guida – necessario un firmatario per società partecipante - saranno considerati unici referenti della segreteria e del GUG durante la manifestazione.

Agonismo

Il tecnico dovrà possedere qualifica di Allenatore Sincro 1° livello o 2° a seconda della categoria

Propaganda

Il tecnico dovrà possedere almeno la qualifica di Istruttore base

SPESE PER L'ORGANIZZAZIONE DELLE MANIFESTAZIONI

Il campo gara

Sarà a carico della società ospitante. Ogni società che prende parte al circuito FIN (agonismo/propaganda) dovrà organizzare almeno una prova di un'intera giornata a stagione.

Il campo gara delle prove in esubero sarà a carico del Comitato che per l'organizzazione si avvarrà della

collaborazione delle società.

Il servizio medico

Che la società ospitante dovrà trovare, comunicando il nominativo al CRT **entro il giovedì antecedente la gara**) sarà a carico del comitato.

Il medico dovrà emettere fattura/ricevuta al CRT contenente la data, la tipologia della gara e la sua durata.

L'importo sarà di 28,00 euro/h

Riportiamo i dati del comitato che dovrete comunicare ai medici per la fatturazione:

Comitato Regionale Toscano

Federazione Italiana Nuoto

Via Capo di mondo 56 int. 6 - 50136 Firenze

P.I. 01384031009 - C.F. 05284670584

Le medaglie e le Coppe

Saranno a carico del Comitato.

PREMIAZIONI:

- ✓ I criteri di premiazione saranno stabiliti dal Comitato Regionale
- ✓ Saranno eseguite dal Consigliere responsabile del Comitato o in sua assenza da un dirigente della Società organizzatrice
- ✓ Verranno premiati i podi degli esercizi obbligatori di ciascuna categoria e i balletti (ad eccezione del recupero delle prove estive)
- ✓ Sarà effettuata la premiazione delle prime 3 società classificate per categoria in base al punteggio acquisito durante le prove (fatto salvo il recupero obbligatori)
In particolare in base alla Tabella Punteggi della normativa **Obbligatori/atlete * Solo FIN * Duo FIN * Squadra/Combo FIN** (non daranno punteggio le prove di balletto con meno di 3 partecipanti)
- ✓ Per le propaganda si effettuerà la sfilata e la consegna della medaglia di partecipazione per ogni prova obbligatori Esordienti B e Giovanissime

PER QUANTO NON ESPRESSAMENTE PREVISTO DAL PRESENTE REGOLAMENTO SI PREGA DI FAR RIFERIMENTO AL REGOLAMENTO NAZIONALE FIN.

Segreteria Nuoto Sincronizzato
Comitato Regionale Toscano
Federazione Italiana Nuoto

ELENCO OBBLIGATORI PER LA CATEGORIA PROPAGANDA 2017/2018

CATEGORIA GIOVANISSIME (2009-2010-2011)

GRUPPO 1

- Posizione supina
- Posizione prona
- Capovolta indietro

GRUPPO 2

- Vela
- Kip fino a posizione ragguppata (TUCK)
- Posizione di spaccata

GRUPPO 3

- Gamba di balletto
- Ingresso in arco
- Ingresso in carpiato

ESORDIENTI B (2008)

GRUPPO 1

- Gamba di balletto completa eseguita rapidamente (4 tempi)
- Ingresso in arco
- Ingresso in carpiato
- Verticale altezza di galleggiamento

GRUPPO 2

- Gamba di balletto completa (101)
- Ballerina (327) fino a fenicottero in immersione
- Ingresso in arco fino alla nova
- Kip (311) con presa di verticale e discesa eseguita rapidamente

GRUPPO 3

- Gamba di balletto tesa (106)
- Barracuda (301)
- Cigno (226) fino alla posizione di cavaliere
- Kip (311)

Date prove

Gruppo 1 – 04.02.2017

Gruppo 2 – 03.03.2017

Gruppo 3 – 15.04.2017

ESORDIENTI A (2006-2007)

- Gamba di balletto tesa 106 coefficiente 1.6
- Passeggiata indietro 420 coefficiente 1.9
- Kip 311 coefficiente 1.6

RAGAZZE (2003-2004-2005)

- Barracuda 301 coefficiente 1.9
- Marsuino 355 coefficiente 1.9
- Gabbiano 315 coefficiente 2.1

JUNIORES- SENIORES-ASSOLUTE (2002 E PRECEDENTI)

- Marsuino avv. discendente 360° 355 coefficiente 2.2
- Barracuda spaccata sollevata 308 coefficiente 2.8
- London (*fino a 1° verticale) 154 * coefficiente 2.8

Per gli obbligatori Esordienti A – Ragazze – Juniores – Seniore/Cadette saranno considerati nel calcolo dei risultati anche i coefficienti.

CALENDARI - AGONISMO

CALENDARIO AGONISMO / STELLE – CAMPIONATO INVERNALE

MESE	DATA	LUOGO	PISCINA	Prova	CATEGORIA	DESCRIZIONE GARE	Orario	SOC. ORGANIZZATRICE
Dicembre	3	Castelfiorentino	Piscina Azzurra	1	Assoluti e Juniores	Obbligatori gruppo 1 Unica gara – doppia classifica	a.v. 14.00 - i.g. 14.30	Rari Nantes Florentia
Dicembre	2 o 16	Firenze	Piscina Paolo Costoli	1	STELLE a partire da esordienti A		a.v. 13.30 - i.g. 14.00	H. Sport
Gennaio	7	Pontassieve	Piscina Comunale	2	Assoluti e Juniores	Obbligatori gruppo 2 balletti (tecnico e libero) Assoluti	a.v. 14.00 - i.g. 14.30	Rari Nantes Florentia
Gennaio	14	Livorno	La Bastia	1	Ragazze	Obbligatori gruppo 1	a.v. 8,30 - i.g. 9,00	Odisport
				1	Esordienti A	Obbligatori gruppo 1	a.v. 14.00 - i.g. 14.30	
Gennaio	20	Firenze	Campi / Costoli	2	STELLE tutte le categorie		a.v. 13,00 - i.g. 13,30	H. Sport
Gennaio	21	Prato	Piscina Galilei	3	Assoluti e Juniores	Obbligatori gruppo 3 (+ 4 per assoluti) + balletti (tecnici e liberi) jun/ass	a.v. 14.00 - i.g. 14.30	Futura Club Cavalieri Prato
Febbraio	18	Massarosa	Piscina "Fratelli"	2	Ragazze	Obbligatori gruppo 2	a.v. 8,30 - i.g. 9,00	Aquatica
				2	Esordienti A	Obbligatori gruppo 2	a.v. 14.00 - i.g. 14.30	
Febbraio	25	Fucecchio	Piscina di Fucecchio	3	STELLE tutte le categorie		a.v. 14.00 - i.g. 14.30	Team Nuoto Toscana Empoli
				4	Juniores	Obbligatori gruppo 4 + balletti	a.v. 17.00 - i.g. 17.30	
Marzo	25	Prato	Piscina Galilei	3	Ragazze	Obbligatori gruppo 3	a.v. 8,30 - i.g. 9,00	Azzurra Nuoto Prato
				3	Esordienti A	Obbligatori gruppo 3	a.v. 14.00 - i.g. 14.30	

CALENDARIO AGONISMO – CAMPIONATO ESTIVO – DA DEFINIRE

MESE	DATA	LUOGO	PISCINA	Prova	CATEGORIA	DESCRIZIONE GARE	Orario	Società organizzatrici	
Aprile	22	Prato		Prima prova Assoluti - Juniores		1	Assoluti e Juniores	Obbligatori gruppo 1 + liberi	Pom. Futura Club Cavalieri
Maggio	6	Castelfiorentino		Campionato Regionale Estivo Juniores		2	Juniores e Assoluti	Obbligatori gruppo 3 + liberi	
					Ragazze	1	Obbligatori gruppo 2 + liberi		
Maggio		Pontassieve		Campionato Regionale Estivo Assoluti		3	Assoluti	Obbligatori gruppo 2 + liberi	
					Ragazze	2	Obbligatori gruppo 1 + liberi		
Giugno	24	Livorno		Campionato Regionale Estivo Ragazze		1	Esordienti A	Obbligatori gruppo 1 + liberi	
					Ragazze	3	Obbligatori gruppo 3 + liberi		
Luglio	8	Fucecchio		Campionato Regionale Estivo Esordienti A		2	Esordienti A	Obbligatori gruppo 3 + liberi	Mattina Team Nuoto Toscana Empoli

CALENDARIO PROPAGANDA / MASTER DA DEFINIRE

MESE	DATA	LUOGO		Prova	CATEGORIA	DESCRIZIONE GARE	Orario	SOC. ORGANIZZATRICE
Febbraio	04	Firenze - Tropos	Propaganda	1	Giovani - Esordienti B	Prova obbligatori	a.v. 9,00 - i.g 9,30	Tropos
			Propaganda	1	Da esordienti A a cadette	Prova obbligatori	a.v. 14.00 - i.g 14.30	
Marzo	04	Castelfiorentino Piscina Azzurra	Propaganda	2	Giovani - Esordienti B	Prova obbligatori e balletti	a.v. 8,30 - i.g 9,00	Rari Nantes Florentia
			Propaganda		Da esordienti A a cadette	Balletti	a.v. 14.00 - i.g 14.30	
			Master		MASTER	Balletti liberi e/o tecnici da stabilire	A seguire	
Aprile	15	Pontassieve Piscina Comunale	Propaganda	3	Giovani - Esordienti B	Prova obbligatori e balletti	a.v. 8,30 - i.g 9,00	
			Propaganda		Da esordienti A a cadette	Balletti	a.v. 14.00 - i.g 14.30	
			Master		MASTER	Balletti liberi e/o tecnici da stabilire	A seguire	
Giugno	17	Pontassieve Piscina Comunale	Propaganda		Tutte	Balletti	a.v. 14.00 - i.g 14.30	

Qualora ci siano richieste potranno essere effettuate prove Master in concomitanza con le date selezionate per il campionato propaganda.

Le prove interesseranno le atlete regolarmente tesserate Master per la stagione 2017/2018 e prevedranno balletti liberi e tecnici.

Saranno accettate massimo due iscrizioni per solo/duo e una per trio/squadra/combo per Società.

FAC-SIMILE MODULI ISCRIZIONE



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
Comitato Regionale Toscano
Nuoto Sincronizzato - Stagione 2017/2018

Manifestazione _____
 Data _____
 SOCIETA' _____

Cod _____

Manifestazione _____ SISTEMA DELLE STELLE _____ Data _____

	CODICE TESSERA	DATA DI NASCITA (gg/mm/aaaa)	ATLETA (Cognome e Nome)	SOCIETA'	STELLA							
					1	2	3	4	5	6	7	
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
					0	0	0	0	0	0	0	0
					Totale							0

Il Responsabile della Società

Data _____



Comitato Regionale Toscano

Nuoto Sincronizzato stagione 17/18

Manifestazione
Sede
Data

	Cognome	Nome	Società	Anno	Categoria	OBBLIGATORI	SOLO	DUO	SQUADRA	COMBO
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Importo Tasse Gara

Numero Atlete/balletto

(duo-squadra-combo inserire il numero manualmente)

Totale

€ 0,00

Il Responsabile della Società

€ 6	€ 7	€ 9	€ 15	€ 15
0	0	0	0	0
€ 0	€ 0	€ 0	€ 0	€ 0

Data _____

Legenda :

Per le gare assolute/juniores attenzione a segnare correttamente le categorie

Inserire "X" per le atlete titolari e "R" per le atlete riserva

Per distinguere i 2 Solo ed i 2 Duo, inserire "X1" e "X2". Per le riserve "X1R" e "X2R".