

Tuffi

I tuffi sono uno sport che consiste nel saltare in acqua, lanciandosi da un trampolino o da una piattaforma.

Il **trampolino** è una tavola lunga e flessibile, posta a 1 e 3 metri, sulla quale il tuffatore salta per guadagnare altezza e velocità prima di eseguire il tuffo.

La **piattaforma** è rigida ed è posta a 10 metri. Durante l'esecuzione del tuffo gli atleti eseguono diverse acrobazie, con diverse posizioni di partenza. I tuffatori vengono giudicati: - in base all'esecuzione del tuffo, che deve essere eseguito in conformità a ciò che si è dichiarato prima di tuffarsi; - in base alla quantità di spruzzi sollevati dall'entrata in acqua (meno sono, migliore è il giudizio). Il punteggio ottenuto viene moltiplicato per un coefficiente di difficoltà, specifico per ogni tuffo. Il tuffatore che, dopo una serie di tuffi, ha il punteggio totale più elevato, vince la gara.

Dal 2000 i **tuffi sincronizzati** sono entrati a far parte del programma olimpico. In questa spettacolare disciplina, che richiede un grande livello di coordinazione e sincronia, due tuffatori devono eseguire contemporaneamente lo stesso tuffo; migliore è la sincronia, più alto è il punteggio.

17/11/2007