

KLASA SENIOR I MŁODZIEŻOWIEC

SEZON 2022/2023

Grupy wiekowe:	Grupy podstawowe:	15+ Senior U23 Młodzieżowiec	urodzeni przed 01.07.2007 r.			
	Grupy dodatkowe:	brak	urodzeni pomiędzy 01.07.1999 r. a 30.06.2007 r.			
Norma punktacyjna do zdobycia klasy:	Klasa I (Senior)	Solistki	47,50 pkt.			
		Soliści	50,00 pkt.			
	Klasa Mistrzowska	Solistki	53,20 pkt.			
		Soliści	55,50 pkt.			
Segmety konkurencji:	Solistki:	Program krótki: Program dowolny:	2:40 (+/- 10 sek.) 4:00 (+/- 10 sek.)			
	Soliści:	Program krótki: Program dowolny:	2:40 (+/- 10 sek.) 4:00 (+/- 10 sek.)			
Ocenianie komponenty:	<ul style="list-style-type: none"> • Kompozycja Composition CO • Prezentacja Presentation PR • Umiejętności łyżwiarskie Skating Skills SS 	Mnożniki komponentów:	Solistki:	SP 1,33	FP 2,67	
			Soliści:	SP 1,67	FP 3,33	
Odjęcia za każdy upadek:	-1 pkt. (pierwszy i drugi) -2 pkt. (trzeci i czwarty) -3 pkt. (piąty i każdy kolejny)	Maksymalna liczba zawodników na rozgrzewce:	6	Długość rozgrzewki:	6:00	
Odjęcia za zatrzymanie się w trakcie programu:	<ul style="list-style-type: none"> • więcej niż 10 sek. do 20 sek.: -1 pkt. • więcej niż 20 sek. do 30 sek.: -2 pkt. • więcej niż 30 sek. do 40 sek.: -3 pkt. • zatrzymanie się do 3 min.; wznowienie programu od momentu zatrzymania: -5 pkt. (raz w programie) 					
W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie odpowiednie zastosowanie ma:		<ul style="list-style-type: none"> • ISU Special Regulations & Technical Rules Single & Pair Skating 				
PROGRAM KRÓTKI (SP)						
Dobrze wyważony program krótki musi zawierać:	elementy skokowe: max. 3	a) Musi być: podwójny lub potrójny Axel (2A lub 3A). b) Musi być: <ul style="list-style-type: none"> • u solistek skok potrójny (nie można powtarzać skoku z pkt a). • u solistów skok potrójny lub poczwórny (nie można powt. skoku z pkt a). c) Musi być jedna kombinacja skoków składająca się z: <ul style="list-style-type: none"> • u solistek z dwóch potrójnych lub jednego potrójnego i jednego podwójnego skoku (nie można powtarzać skoków z pkt. a i b), • u solistów z dwóch potrójnych lub jednego potrójnego i jednego podwójnego lub jednego poczwórnego i jednego podwójnego lub jednego poczwórnego i jednego potrójnego skoku (nie można powtarzać skoków z pkt. a i b). 				
	piruety: max. 3	d) Musi być kombinacją piruetów z tylko jedną zmianą nogi . <ul style="list-style-type: none"> • Co najmniej 6 obrotów na każdej nodze. • Dozwolona jest tylko jedna zmiana nogi. e) Musi być skokiem do piruetu w jednej pozycji . <ul style="list-style-type: none"> • Co najmniej 8 obrotów. • Zmiana nogi jest niedozwolona. • Pozycja lądowania inna niż w piruecie z pkt f). f) Musi być: <ul style="list-style-type: none"> • u solistek piruetem z odchyleniem tułowia (do boku lub do tyłu) albo piruetem siadającym albo w pozycji wagi bez zmiany nogi. - Co najmniej 8 obrotów. • u solistów piruetem siadającym albo w pozycji wagi ze zmianą nogi. - Co najmniej 6 obrotów na każdej nodze. - Dozwolona jest tylko jedna zmiana nogi. 				
	sekwencje: max. 1	g) Sekwencja kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowiska.				
Uwagi:	<p>Powtórzone skok: jeżeli ten sam skok wykonany jest jako skok solo i jako część kombinacji, to powtórzony skok nie będzie liczony (jeżeli powtórzenie występuje w kombinacji, to tylko ten jeden skok, który nie jest zgodny z powyższymi wymaganiami nie będzie liczony).</p> <p>Piruet ze zmianą nogi: jeżeli piruet nie ma co najmniej trzech (3) obrotów przed i po zmianie nogi nie spełnia wymogów dla programu krótkiego i nie otrzyma wartości (no value).</p> <p>Jeśli wykonany element nie spełnia wymagań regulaminu programu krótkiego, zostanie on uznany za niezgodny z regulaminem i nie otrzyma wartości punktowej. Będzie jednak zajmował miejsce elementu (box).</p>					


PROGRAM DOWOLNY (FP)

Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:	elementy skokowe: max. 7	a) Musi być skok typu Axel . <ul style="list-style-type: none"> Mogą być nie więcej niż 3 kombinacje skoków lub 2 kombinacje skoków i 1 sekwencja skoków. Kombinacja skoków i sekwencja skoków mogą składać się z takich samych lub różnych skoków – pojedynczych, podwójnych, potrójnych lub poczwórnych. Jedna kombinacja lub sekwencja skoków może składać się nie więcej niż z 3 skoków, a pozostałe z nie więcej niż 2 skoków. Sekwencja skoków składa się z 2 (dwóch) lub 3 (trzech) skoków o dowolnej liczbie obrotów, w której drugi i/lub trzeci skok jest skokiem typu Axel, z bezpośrednim krokiem od krzywej lądowania pierwszego/drugiego skoku do krzywej wysokoku do Axla. Dozwolony jest jeden pełny obrót na tafli lodowej pomiędzy skokami (noga wolna może dotknąć taflę lodową, ale bez przeniesienia na nią ciężaru ciała). Skoki w sekwencji skoków otrzymają pełną wartość punktową. Euler (half-loop) może występować pomiędzy dwoma skokami z listy i jest wówczas liczony jako skok z listy z wartością zgodną ze Skalą Wartości (SOV).
	piruety: max. 3	b) Trzy różne piruety, wśród których musi być: <ul style="list-style-type: none"> Kombinacja piruetów. <ul style="list-style-type: none"> - Co najmniej 10 obrotów łącznie. - Zmiana nogi jest dozwolona Skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem. <ul style="list-style-type: none"> - Co najmniej 6 obrotów. - Zmiana nogi jest dozwolona. Piruet tylko w jednej pozycji. <ul style="list-style-type: none"> - Co najmniej 6 obrotów. - Zmiana nogi jest dozwolona.
	sekwencje: max. 2	c) Sekwencja kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowiska. d) Sekwencja choreograficzna <ul style="list-style-type: none"> Sekwencja choreograficzna musi zawierać co najmniej 2 różne elementy choreograficzne np.: spiralki, arabeski, mondo, Ina Bauer, hydroblading, jakiegokolwiek skoki (maksymalnie 2 obroty), piruety itd. <u>Kroki i kroki obrotowe mogą być użyte do połączenia ze sobą 2 lub więcej różnych elementów choreograficznych.</u>
Uwagi:	<p>Każdy skok podwójny, potrójny lub poczwórny może być wykonany nie więcej niż 2 razy (jako skok osobno lub część kombinacji / sekwencji).</p> <p>Ze wszystkich typów skoków potrójnych i poczwórnych tylko dwa (2) mogą być wykonane dwukrotnie. <u>Spośród wykonanych dwukrotnie skoków tylko jeden może być skokiem poczwórnym</u>. Jeżeli przynajmniej jeden z nich jest wykonany jako część sekwencji / kombinacji skoków, oba otrzymują pełną wartość zgodnie ze Skalą Wartości (SOV). Jeżeli oba wykonania są skokami solo (niewykonanymi w kombinacji ani w sekwencji) wówczas drugi z nich otrzyma 70% wartości zgodnej ze Skalą Wartości (SOV) i zostanie oznaczony „+REP”.</p> <p>Jeżeli został wykonany dodatkowy skok, to tylko ten jeden, dodatkowy skok niezgodny z wymaganiami nie będzie miał wartości. Skoki będą rozpatrywane zgodnie z kolejnością ich wykonania.</p> <p>Piruety muszą mieć różny charakter. Jeżeli piruet ma ten sam charakter (skrót literowy) co piruet wcześniej wykonany nie otrzyma wartości, ale będzie zajmował miejsce piruetu.</p>	