

**KLASA SENIOR I MŁODZIEŻOWIEC**
SEZON 2022/2023

Grupy wiekowe:	Grupy podstawowe:	15+ Senior	urodzeni przed 01.07.2007r.		
		U23 Młodzieżowiec	urodzeni pomiędzy 01.07.1999r. a 30.06.2007r.		
	Grupy dodatkowe:	brak			
Norma punktacyjna do zdobycia klasy:		Klasa I (Senior)	45,90 pkt.		
		Klasa Mistrzowska	51,60 pkt.		
Segmenty konkurencji:	Pary sportowe:	Program krótki:	2:40 (+/- 10 sek.)		
		Program dowolny:	4:00 (+/- 10 sek.)		
Ocenianie komponenty:	<ul style="list-style-type: none">KompozycjaPrezentacjaUmiejętności łyżwiarskie	Composition	CO	Mnożniki komponentów:	SP 1,33
		Presentation	PR		FP 2,67
		Skating Skills	SS		
Odjęcia za każdy upadek:	-1 pkt. (przez jednego z partnerów) -2 pkt. (przez oboje partnerów)	Maksymalna liczba zawodników na rozgrzewce:	4	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)

Program krótki powinien zawierać:	Podnoszenia: max. 2	a) Dowolne podnoszenie typu Lasso (grupa 5) . b) Podwójne lub potrójne podnoszenie Twistowe . <ul style="list-style-type: none">Podnoszenie Twistowe musi rozpoczynać się wejściem typu Lutz/Flip.
	Skoki: max. 2	c) Podwójny lub potrójny skok wyrzucany . d) Podwójny lub potrójny skok wykonywany solo .
	Piruety: max. 1	e) Piruet kombinowany wykonywany solo , z tylko jedną zmianą nogi.
	Spirala śmierci: max. 1	f) Tyłem wewnątrz spirala śmierci .
	Sekwencje: max. 1	g) Sekwencja kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowej.
Uwagi:	Piruet kombinowany wykonywany solo: musi zawierać tylko jedną (1) zmianę nogi oraz piruet, który nie ma co najmniej trzech (3) obrotów przed i po zmianie nogi to nie spełnia wymogów dla programu krótkiego i nie otrzyma wartości (no value). Jeżeli wykonany piruet ma mniej niż dwie (2) pozycje bazowe z dwoma (2) obrotami, również nie otrzyma wartości. 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).	



PROGRAM DOWOLNY (FP)		
Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:	Podnoszenia: max. 3	a) <u>Wszystkie podnoszenia muszą mieć różne oznaczenia.</u> <ul style="list-style-type: none">Jeżeli wykonywane są 2 podnoszenia z grupy 5 to wyskok musi być inny. Jeżeli drugi będzie taki sam, to drugie podnoszenie nie będzie zaliczone, ale zajmie box podnoszenia.Podnoszenia muszą zostać wykonane z pełnym wyprostem ramion.
	Podnoszenie Twistowe: max. 1	b) Ilość obrotów w podnoszeniu Twistowym jest dowolna. Każdy typ wejścia do podnoszenia Twistowego jest dozwolony (Lutz/Flip, Toe Loop, Axel).
	Skoki wyrzucane: max. 2	c) Wykonywane skoki wyrzucane muszą być różne.
	Skoki: max. 2	d) Maksymalnie jeden skok wykonywany solo. e) Maksymalnie jedna kombinacja lub sekwencja skoków.
	Piruety: max. 1	f) Piruet kombinowany parowy , ze zmianą nogi.
	Spirala śmierci: max. 1	g) W programie dowolnym spirala śmierci musi być innego typu niż spirala śmierci wykonana w programie krótkim.
	Sekwencje: max. 1	h) Sekwencja choreograficzna. <ul style="list-style-type: none"><u>Sekwencja choreograficzna musi zawierać co najmniej 2 różne elementy choreograficzne np.: spiralki, arabeski, mondo, Ina Bauer, hydroblading, jakiegokolwiek skoki (maksymalnie 2 obroty), piruety itd. Kroki i kroki obrotowe mogą być użyte do połączenia ze sobą 2 lub więcej różnych elementów choreograficznych.</u>
Uwagi:	Kombinacja/sekwencja skoków może zawierać dwa (2) lub trzy (3) skoki. W kombinacji lub sekwencji skoków mogą zawierać się dwa (2) takiego samego typu skoki. Piruet kombinowany parowy musi zawierać minimum osiem (8) obrotów oraz musi zawierać co najmniej jedną (1) zmianę nogi przez obojga partnerów, ale nie musi być ona wykonana w tym samym czasie.	