

**KLASA WSTĘPNA**  
**SEZON 2022/2023**

Grupy wiekowe:	Grupy podstawowe:	<b>U7 urodzeni po 30.06.2015r. i młodszy</b>					
	Grupy dodatkowe:	<b>U9 urodzeni pomiędzy 01.07.2013r. a 30.06.2015r.</b>					
		<b>U12 urodzeni pomiędzy 01.07.2010r. a 30.06.2013r.</b>					
		<b>U15 urodzeni pomiędzy 01.07.2007r. a 30.06.2010r.</b>					
		<b>U18 urodzeni pomiędzy 01.07.2004r. a 30.06.2007r.</b>					
Norma punktacyjna do zdobycia klasy:	Solistki:		3,20 pkt.				
	Soliści:		3,20 pkt.				
Segmenty konkurencji:	Solistki:	Program dowolny: 2:00 (+/- 10 sek.)					
	Soliści:	Program dowolny: 2:00 (+/- 10 sek.)					
Ocenianie komponenty:	<ul style="list-style-type: none"><li>Kompozycja</li><li>Prezentacja</li><li>Umiejętności łyżwiarskie</li></ul>	Composition	CO	Mnożniki komponentów:	Solistki:	FP	1,67
		Presentation	PR		Soliści:	FP	1,67
Odjęcia za każdy upadek:	-0,5 pkt.	Maksymalna liczba zawodników na rozgrzewce:	8	Długość rozgrzewki:	4:00		
Odjęcia za zatrzymanie się w trakcie programu:	<ul style="list-style-type: none"><li>więcej niż 10 sek. do 20 sek.: -0,5 pkt.</li><li>więcej niż 20 sek. do 30 sek.: -1 pkt.</li><li>więcej niż 30 sek. do 40 sek.: -1,5 pkt.</li><li>zatrzymanie się do 3 min.; wznowienie programu od momentu zatrzymania: -2,5 pkt. (raz w programie)</li><li>za naruszenie czasu programu za każde brakujące lub przekraczające 5 sek. odjęcie -0,5 pkt.</li></ul>						
		W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie odpowiednie zastosowanie ma:					
		<ul style="list-style-type: none"><li>aktualny komunikat ISU dotyczący kategorii Novice</li><li>ISU Special Regulations &amp; Technical Rules Single &amp; Pair Skating</li></ul>					

**PROGRAM DOWOLNY (FP)**

Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:	elementy skokowe: <b>max. 4</b>	a) W tym <b>nie więcej niż 2 kombinacje lub sekwencje skoków.</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Kombinacja skoków może składać się tylko z 2 skoków.</li><li>Sekwencja skoków składa się z 2 (dwóch) skoków o dowolnej liczbie obrotów, zaczynając od dowolnego skoku z listy, po którym następuje skok typu Axel z bezpośrednim krokiem od krzywej lądowania pierwszego skoku do krzywej wysokości do Axla.</li><li>Ten sam skok z taką samą liczbą obrotów może być wykonany tylko 2 (dwa) razy. W przypadku kolejnego powtórzenia skoku:<ul style="list-style-type: none"><li>skok powtórzony solo – cały element będzie traktowany jako niezgodny z regulaminem (bez wartości punktowej), ale będzie zajmował miejsce elementu skokowego,</li><li>skok powtórzony w kombinacji lub sekwencji – tylko powtórzony skok nie będzie miał wartości punktowej.</li></ul></li></ul>
	piruety: <b>max. 2</b>	b) <b>Musi</b> być piruet w jednej pozycji podstawowej i bez zmiany nogi (minimum 4 obroty). c) <b>Musi</b> być dowolny piruet (złożonym tylko z pozycji podstawowych). Jeśli jest kombinacją piruetów lub piruetem w jednej pozycji, bez zmiany nogi, musi mieć co najmniej 4 obroty. Natomiast pozostałe piruety ze zmianą nogi muszą mieć co najmniej po 4 obroty na każdej nodze. <ul style="list-style-type: none"><li>Trudne odmiany pozycji bazowych są niedozwolone.</li><li>Piruet nie może rozpocząć się skokiem.</li></ul>
	sekwencje: <b>max. 1</b>	d) <b>Sekwencja choreograficzna</b> zawierająca co najmniej jedną pozycję spirali wykonaną po prostej lub po łuku, utrzymaną przez co najmniej 3 sekundy. Należy wykorzystać co najmniej 2/3 tafli lodowiska. <ul style="list-style-type: none"><li>Pod pojęciem pozycji spirali rozumiemy pozycję, w której kolano i stopa nogi wolnej znajduje się powyżej biodra.</li></ul>

Uwagi:	<p>Pod pojęciem <u>pozycji podstawowej</u> rozumiemy pozycje piruetu stanego, siadanego i w pozycji wagi – bez żadnych „wariacji” i trudnych odmian pozycji.</p> <p>Pod pojęciem <u>pozycji bazowej</u> rozumiemy pozycje piruetu stanego, siadanego i w pozycji wagi wraz z ich trudnymi odmianami.</p> <p>W klasie wstępnej można osiągnąć <b>maksymalnie 1 poziom</b> trudności w elementach technicznych. Wszystkie cechy powyżej 1 poziomu nie będą liczone i będą ignorowane przez panel techniczny.</p> <p><b>Wykonanie 4 obrotów</b> w piruetach w pozycji podstawowej piruetu stanego, siadanego i wagi jest zaliczane jako cecha tylko raz w programie.</p> <p><b>Trzy pozycje podstawowe na jednej nodze</b> w kombinacji piruetów, bez zmiany lub ze zmianą nogi, będą zaliczane jako cecha tylko raz w programie.</p>
--------	--