



## KLASA BRĄZOWA SEZON 2024/2025

Grupy wiekowe:	Grupy podstawowe:	<b>U9</b>	urodzeni po 30.06.2015 r. i młodszy		
	Grupy dodatkowe:	<b>U12</b>	urodzeni pomiędzy 01.07.2012 r. a 30.06.2015 r.		
		<b>U15</b>	urodzeni pomiędzy 01.07.2009 r. a 30.06.2012 r.		
		<b>U18</b>	urodzeni pomiędzy 01.07.2006 r. a 30.06.2009 r.		
Norma punktacyjna do zdobycia klasy:		Solistki:	<b>5,80 pkt.</b>		
		Soliści:	<b>5,80 pkt.</b>		
Segmety konkurencji:	Solistki:	<b>Program dowolny:</b>	<b>2:20 (+/- 10 sek.)</b>		
	Soliści:	<b>Program dowolny:</b>	<b>2:20 (+/- 10 sek.)</b>		
Ocenianie komponenty:	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Kompozycja</b> Composition CO</li> <li><b>Prezentacja</b> Presentation PR</li> <li><b>Umiejętności łyżwiarskie</b> Skating Skills SS</li> </ul>	Mnożniki komponentów:	Solistki:	<b>FP</b>	1,67
			Soliści:	<b>FP</b>	1,67
Odjęcia za każdy upadek:	<b>Poza elementami</b>	Maksymalna liczba zawodników na rozgrzewce:	<b>8</b>	Długość rozgrzewki:	<b>4:00</b>
Odjęcia za zatrzymanie się w trakcie programu:	<ul style="list-style-type: none"> <li>więcej niż 10 sek. do 20 sek.: <b>-0,5 pkt.</b></li> <li>więcej niż 20 sek. do 30 sek.: <b>-1 pkt.</b></li> <li>więcej niż 30 sek. do 40 sek.: <b>-1,5 pkt.</b></li> <li>zatrzymanie się do 3 min.; wznowienie programu od momentu zatrzymania: <b>-2,5 pkt.</b> (raz w programie)</li> </ul>				
W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie odpowiednie zastosowanie ma:		<ul style="list-style-type: none"> <li><b>aktualny komunikat ISU dotyczący kategorii Novice</b></li> <li><b>ISU Special Regulations &amp; Technical Rules Single &amp; Pair Skating</b></li> </ul>			

PROGRAM DOWOLNY (FS)					
Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:	elementy skokowe: <b>max. 5</b>	a) Musi być <b>skok typu Axel</b> . b) W tym <b>nie więcej niż 2 kombinacje lub 1 kombinacja skoków i 1 sekwencja 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 <u>2 (dwa) razy</u>.</li> </ul>			
	piruety: <b>max. 2</b>	c) Musi być <b>piruet w jednej pozycji bazowej piruetu siadanego lub wagi i bez zmiany nogi</b> (minimum 4 obroty) lub <b>ze zmianą nogi</b> (minimum 4/4 obroty). d) Musi być <b>dowolny piruet, ale jeżeli jest wykonywany w jednej pozycji i bez zmiany nogi lub ze zmianą nogi to inny niż w pkt. c)</b> . 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. e) Uwagi: <ul style="list-style-type: none"> <li>Trudne odmiany pozycji bazowych są dopuszczalne po wykonaniu co najmniej 2 obrotów w danej pozycji podstawowej, na danej nodze. <b>Wyjątek stanowi piruet kombinowany, w którym nie ma obowiązku utrzymania 2 obrotów w pozycji podstawowej przed wykonaniem trudnej odmiany, aby mogła być zaliczona cecha.</b></li> <li>Oba piruety mogą rozpoczynać się skokiem.</li> </ul>			
	sekwencje: <b>max. 1</b>	<b>f) Sekwencja choreograficzna z krokami (ChStSq) zawiera co najmniej:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jedną pozycję spirali (kolano i stopa nogi wolnej znajdują się powyżej biodra) wykonaną po łuku, utrzymaną przez co najmniej 3 sekundy.</li> <li>Jeden dowolny ruch łyżwiarski (mondo, Ina Bauer, szpilki, biellmann, pozycja spirali, hydroblading itp.)</li> </ul>			

- Widoczną sekwencję kroków, zawierającą próbę wykonania minimum dwóch trudnych kroków lub obrotów.
- Należy wykorzystać pełną taflę lodowiska.

## Uwagi:

W klasie brązowej można osiągnąć **maksymalnie 2 poziom** trudności w elementach technicznych. Wszystkie cechy powyżej 2 poziomu nie będą liczone i będą ignorowane przez panel techniczny.

**Piruety:**

Pod pojęciem pozycji podstawowej rozumiemy pozycje piruetu stanego, siadanego i w pozycji wagi – bez żadnych „wariacji” i trudnych odmian pozycji.

Pod pojęciem pozycji bazowej rozumiemy pozycje piruetu stanego, siadanego i w pozycji wagi wraz z ich trudnymi odmianami.

**Wykonanie 6 obrotów** w piruetach w pozycji podstawowej piruetu siadanego i wagi jest zaliczane jako cecha tylko raz w programie.

**Trzy pozycje bazowe wykonane na jednej nodze** w kombinacji piruetów, bez zmiany lub ze zmianą nogi, będą zaliczane jako cecha tylko raz w programie.

**Sekwencja Choreograficzna z krokami (ChStSq)** jest elementem ocenianym na poziomy.

Aby wykonać element na wyższy poziom musi być zawarta przynajmniej jedna (poziom 1), lub dwie (poziom 2) z poniższych cech:

- Pozycja spirali utrzymana ponad 3 sek w trudnej odmianie, wykonana po łuku
- Dwa trudne kroki lub obroty wykonane czysto
- Jaskółka lub trudna odmiana pozycji spirali, wykonana z czystą zmianą krawędzi, z czego pozycja musi być utrzymana zarówno przed jak i po zmianie krawędzi przez minimum 3 sek oraz wykonana po wyraźnych łukach. Pozycja spirali musi być utrzymana przez cały czas trwania elementu. Aby pozycja jaskółki była zaliczona kolano nogi wolnej musi znajdować się cały czas powyżej biodra nogi pracującej.

**Trudne odmiany pozycji spirali:** szpilka (noga wolna uniesiona tak aby kąt pomiędzy nogą wolną a pracującą był nie mniejszy niż 120 stopni), biellmann, jaskółka ze złapaniem nogi gdzie stopa znajduje się powyżej biodra i głowy, jaskółka gdzie kąt między nogą pracującą a wolną nie jest mniejszy niż 120 stopni, itp. Pozycja musi wymagać znacznej gibkości i siły.

**Bazowa wartość punktowa:**

ChStSqB = 1pkt.

ChStSq1 = 1,5pkt.

ChStSq2 = 2pkt.

Wartości GOE są normalnie stosowane.