

KLASA SENIOR I MŁODZIEŻOWIEC
SEZON 2024/2025

Grupy wiekowe:	Grupy podstawowe:	17+ Senior	urodzeni przed 01.07.2007 r.		
	Grupy dodatkowe:	U23 Młodzieżowiec	urodzeni pomiędzy 01.07.2001 r. a 30.06.2008 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:	2:40 (+/- 10 sek.)		
	Soliści:	Program dowolny:	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
			Soliści:	FS	2,67
Odjęcia za każdy upadek:	-1 pkt. (pierwszy i drugi)	Maksymalna liczba zawodników na rozgrzewce:	6	Długość rozgrzewki:	6:00
	-2 pkt. (trzeci i czwarty)				
Odjęcia za zatrzymanie się w trakcie programu:	-3 pkt. (piąty i każdy kolejny)	<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	<p>a) Musi być: podwójny lub potrójny Axel (2A lub 3A).</p> <p>b) Musi być:</p> <ul style="list-style-type: none"> u solistek skok potrójny (nie można powtarzać skoku z pkt a) u solistów skok potrójny lub poczwórnny (nie można powt. skoku z pkt a) <p>c) Musi być jedna kombinacja skoków składająca się z:</p> <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	<p>d) Musi być kombinacją piruetów z tylko jedną zmianą nogi.</p> <ul style="list-style-type: none"> Co najmniej 6 obrotów na każdej nodze. Dozwolona jest tylko jedna zmiana nogi. <p>e) Musi być skokiem do piruetu w jednej pozycji.</p> <ul style="list-style-type: none"> Co najmniej 8 obrotów. Zmiana nogi jest niedozwolona. Pozycja lądowania inna niż w piruecie z pkt f). <p>f) Musi być:</p> <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>Powtórzony 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 (FS)

Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:	elementy skokowe: max. 7	<p>a) Musi być skok typu Axel.</p> <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, poczwórnych lub popiątnych. • 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 wyskoku 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	<p>b) Trzy różne piruety, wśród których musi być:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kombinacja piruetów. - Co najmniej 10 obrotów łącznie. - Zmiana nogi jest dozwolona • Skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem. - Co najmniej 6 obrotów. - Zmiana nogi jest dozwolona. • Piruet tylko w jednej pozycji. - Co najmniej 6 obrotów. - Zmiana nogi jest dozwolona.
	sekwencje: max. 2	<p>c) Sekwencja kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowiska.</p> <p>d) Sekwencja choreograficzna</p> <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, poczwórny lub popiątany może być wykonany nie więcej niż 2 razy (jako skok osobno lub część kombinacji / sekwencji).</p> <p>Ze wszystkich typów skoków potrójnych, poczwórnych i popiątanych tylko dwa (2) mogą być wykonane dwukrotnie. Spośród wykonanych dwukrotnie skoków tylko jeden może być skokiem poczwórnym. 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>
--------	--