

## POZIOMY TRUDNOŚCI WYMAGANYCH ELEMENTÓW 2016/2017

## A. Taniec Obowiązkowy jako element Tańca Krótkiego (Pattern Dance Element).

## Zasady wywoływania Elementu:

- Proces oceny Elementów Kluczowych (Key Points) i ich poprawnego wykonania jest taki sam jak przy innych elementach obowiązkowych programu. Poprawne bądź niepoprawne wykonanie tych elementów jest oznaczone w wynikach szczegółowych w następujący sposób:
  - „Yes” oznacza, że wszystkie składowe (prawidłowe krawędzie, poprawne postawienie kroku etc.) Elementu Kluczowego (Key Point) są poprawne. Oraz wszystkie kroki były postawione i utrzymane odpowiednią ilość taktów bądź ich części.
  - „Timing” oznacza, że wszystkie składowe (prawidłowe krawędzie, poprawne postawienie kroku etc.) Elementu Kluczowego (Key Point) są poprawne, ale jedno lub kilka kroków było postawionych lub utrzymanych nieprawidłową ilość taktów bądź ich części.
  - „No” oznacza, że jedna lub kilka składowych (prawidłowe krawędzie, poprawne postawienie kroku etc.) Elementu Kluczowego (Key Point) są niepoprawne niezależnie czy były postawione i trzymane odpowiednią ilość taktów bądź ich części.
- Jeśli Upadek lub Przerwanie nastąpi w trakcie lub po rozpoczęciu elementu i element będzie kontynuowany, jego poziom trudności lub jego brak będzie określony zgodnie z wymogami osiągniętymi przed jak i po Upadku lub Przerwaniu elementu.
- Jeśli Przerwanie w skutek potknięcia, upadku etc. przekracza 4 takty muzyki, Techniczny Specjalista wywołuje Element Kluczowy (Key Point) zgodnie w wykonaniem (Yes, No, Timing) identyfikuje Taniec Obowiązkowy (PDE Pattern Dance Elements) i wywołuje Poziom 1 z zaznaczeniem „downgraded” (zdegradowany). Taki element w wynikach szczegółowych jest oznaczony symbolem „<<”
- Jeśli zostanie wykonane mniej niż 75% Tańca Obowiązkowego (PDE Pattern Dance Elements) Techniczny Specjalista wywołuje Element Kluczowy (Key Point) zgodnie w wykonaniem (Yes, No, Timing) identyfikuje Taniec Obowiązkowy (PDE Pattern Dance Elements) jako „No Level” dodając „attention” (wykrzyknik) Taki element w wynikach szczegółowych jest oznaczony symbolem „!”

<u>Level 1</u>	<u>Level 2</u>	<u>Level 3</u>	<u>Level 4</u>
<u>75% Tańca Obowiązkowego</u> wykonane przez oboje partnerów	<u>Przerwa w Tańcu Obowiązkowym</u> spowodowana upadkiem, potknięciem, itp. nie dłuższa niż 4 takty muzyki i <b>1 Element Kluczowy (Key Points)</b> wykonany poprawnie	<u>Przerwa w Tańcu Obowiązkowym</u> spowodowana upadkiem, potknięciem, itp. nie dłuższa niż 4 takty muzyki i <b>2 Elementy Kluczowe (Key Points)</b> wykonane poprawnie	<u>Nie ma żadnej przerwy w Tańcu Obowiązkowym</u> i <b>3 Elementy Kluczowe (Key Points)</b> wykonane poprawnie

## *Element Kluczowy (Key Point)*

### **Blues**

<b>Sequence with Step # 1 on the Judges' side (1BL)</b>	<b>Key Point 1 Lady &amp; Man Steps #5-7 (RBO,LFO, CR-RFO-SwR)</b>	<b>Key Point 2 Lady Steps #12 &amp; 13 (LFI ClCho, RBO)</b>	<b>Key Point 3 Man Steps #12 &amp; 13 (LFI ClCho, RBO)</b>
<b>Key Point Features</b>	1. Correct Edges	1. Correct Edges 2. Correct Turn 3. ClCho: correct placement of the free foot	1. Correct Edges 2. Correct Turn 3. ClCho: correct placement of the free foot
<b>Sequence with Step # 1 on the Judges' opposite side (2BL)</b>	<b>Key Point 1 Lady &amp; Man Steps #5-7 (RBO, LFO, CR-RFO-SwR)</b>	<b>Key Point 2 Lady Steps #12 &amp; 13 (LFI ClCho, RBO)</b>	<b>Key Point 3 Man Steps #12 &amp; 13 (LFI ClCho, RBO)</b>
<b>Key Point Features</b>	1. Correct Edges	1. Correct Edges 2. Correct Turn 3. ClCho: correct placement of the free foot	1. Correct Edges 2. Correct Turn 3. ClCho: correct placement of the free foot

### **Midnight Blues**

<b>Pattern Dance Element (1 MB) Section1: Original Steps #5-14, start with the original step #5 on the Judges' opposite side</b>	<b>Key Point 1 Lady &amp; Man original prescribed Step #7 (Lady - RBOI3; Man - LFOI3)</b>	<b>Key Point 2 Man original prescribed Step #11 (RBO3/RFI-Br/RBOI/RBI-Rk)</b>	<b>Key Point 3 Lady original prescribed Step #12 &amp; 13 (XF-LBI-Tw1, RBO, LFO)</b>
<b>Key Point Features</b>	1. Correct Edges 2. Correct change of Edge 3. Correct Turn	1. Correct Edges (except RBI-Rk) 2. Correct Turns RBO3/RFI-Br 3. Correct change of Edge	1. Correct Edges (except RBO) 2. Correct Turn

## PIRUET TANECZNY

### Zasady wywoływania Elementu:

1. Jeśli w programie wymagany jest jeden Piruet Taneczny, pierwszy wykonany piruet będzie zidentyfikowany jako wymagany i sklasyfikowany jako Piruet albo Kombinacja Piruetów (określony zostanie poziom trudności albo brak poziomu, jeśli wymagania na poziom 1 nie będą spełnione). Kolejny piruet będzie sklasyfikowany jako Extra Element bez wartości. Jednak jeśli **Choreograficzny Element Rotacyjny** (Choreographic Spinning Movement) jest dozwolony jako jedna z opcji Choreograficznych Elementów, i żaden inny Choreograficzny Element nie był do tej pory zidentyfikowany, pierwszy kolejny Piruet Taneczny będzie wywołany jako „**Choreographic Spinning Movement**” (**Choreograficzny Element Rotacyjny**) (musi zawierać min. 2 obroty wykonane jednocześnie)
2. Jeśli wymagany jest Piruet a Kombinacja Piruetów jest zabroniona, Piruet wykonany jak Kombinacja będzie sklasyfikowany jako Extra Element bez wartości.
3. Jeśli Upadek lub Przerwanie zdarzy się w wejściu lub w trakcie wykonywania piruetu, i natychmiast piruet będzie kontynuowany, element będzie zidentyfikowany i dostanie poziom zależny od tego co było wykonane przed Upadkiem/Przerwaniem (lub nie dostanie poziomu jeśli wymagania na poziom 1 nie będą spełnione). Część wykonywana po Upadku/Przerwaniu nie będzie brana pod uwagę. (Uwaga: przerwanie rotacji w trakcie wykonywania cech takich jak: zmiana kierunku rotacji, obrót na jednej nodze w miejscu przed wznowieniem rotacji nie będzie zaliczane jako takie Przerwanie).

### Podstawowe Typy Pozycji w piruecie tanecznym:

1. **Pozycja piruetu Stanego:** Kąt pomiędzy udem a łydką nogi pracującej nie mniejszy niż  $120^{\circ}$
2. **Pozycja piruetu Siadanego:** Kąt pomiędzy udem a łydką nogi pracującej nie większy niż  $120^{\circ}$
3. **Pozycja Wagi „Camel”:** Jeśli linia pasa nie będzie pozioma i/lub rdzeń ciała będzie oddalony od linii horyzontalnej więcej niż  $45^{\circ}$  pozycja będzie zaliczona jako Stana.  
Jeśli kąt pomiędzy udem a łydką nogi pracującej będzie mniejszy niż  $120^{\circ}$  pozycja będzie zaliczona jako Siadana.

### Przykłady różnych Trudnych odmian/wariacji dla Typów Pozycji:

#### Dla Pozycji Stanej :

- a) „Biellmann” –ciało wyprostowane z wolną nogą uniesioną ponad głowę (obcas buta powyżej poziomu głowy ),
- b) Pełne wygięcie górnej części ciała (od pasa) w łuk w kierunku lodu lub w bok z górną częścią ciała (od pasa) zgiętą do boku i skierowaną w kierunku lodu,
- c) Szpagat z dwoma prostymi nogami, z nogą wolną na wysokości buta/łyżwy trzymaną powyżej głowy ( może być ona podtrzymywana przez partnera),
- d) Górna część ciała wygięta w łuk do tyłu lub do boku, z łyżwą nogi wolnej prawie dotykającą głowy w pozycja „donata”- pączka\*.

e) Wychylenie od partnera, gdzie oś od kolana do górnej części pleców jest odchylona od pionu więcej niż  $45^0$

### **UWAGA:**

Przykłady b) i e) wykonywane przez tego samego partnera będą uznane za tą samą trudną odmianę/wariację pozycji stojącej.

\* Maksymalna odległość: pół długości płozy pomiędzy głową a łyżwą

### **Dla Pozycji Siadanej:**

- wolna noga (ugięta lub prosta) skierowana do przodu, – udo nogi pracującej musi być przynajmniej równoległe do lodu,
- wolna noga (ugięta lub prosta) skierowana w tył, – udo nogi pracującej musi być przynajmniej równoległe do lodu,
- wolna noga (ugięta lub prosta) skierowana do boku, – kąt pomiędzy udem a łydką nogi pracującej nie większy niż  $90^0$ ,
- wolna noga skrzyżowana z tyłu i wyciągnięta do boku – kąt pomiędzy udem a łydką nogi pracującej nie większy niż  $90^0$ ,
- wolna noga skrzyżowana z tyłu i dotykająca nogę pracującą - udo nogi pracującej powinno być zgięte przynajmniej równoległe do lodu,
- wolna noga wyciągnięta do przodu - kąt pomiędzy udem a łydką nogi pracującej nie większy niż  $90^0$  i z górną częścią ciała równoległą do lodu.

**UWAGA:** Przykład e) wykonywany zaraz po innej trudnej odmianie/wariacji pozycji siadanej będzie uznany jako ta sama trudna odmiana/wariacja pozycji siadanej

### **Dla Pozycji Wagi „Camel” :**

- Piruet Waga z górną częścią ciała (ramiona i głowa) skrzyżowaną twarzą ku górze – tak , że linia ramion jest przynajmniej  $45^0$  odchylenia od osi pionowej
- Piruet Waga z ciałem prawie w pozycji poziomej (horyzontalnej) lub zgiętym do boku, przy czym wolna noga i głowa prawie się stykają w pozycja „donata”\*
- Piruet Waga z ciałem prawie w pozycji poziomej (horyzontalnej) z nogą wolną wyciągniętą za but w górę (but powyżej wysokości głowy)
- Piruet Waga z ciałem zgiętym do przodu w kierunku nogi pracującej, z wolną nogą wyciągniętą do tyłu i do góry do pełnego szpagatu ( kąt pomiędzy udami ok.  $180^0$ ).
- prosta Waga „Camel” dla mężczyzny z nogą wolną w linii poziomej lub wyżej

**UWAGA:** Prosta Waga „Camel” dla partnerki nie będzie zaliczona jako trudna poza!

\* Maksymalna odległość: pół długości płozy pomiędzy głową a łyżwą

### **UWAGA:**

- Typ pozycji „donat” pozycji stojącej i pozy „donat” pozycji „camel” nie może być wykonywany przez jednego partnera jako dwie różne trudne pozy, ale może zostać wykorzystany przez drugiego partnera.
- Typ Pozy Biellmann i Camel z nogą wyciągniętą za but powyżej głowy nie może być wykonywany przez jednego partnera jako dwie różne trudne, pozy, ale może zostać wykorzystany przez drugiego partnera.
- Liczba obrotów będzie liczona jeśli ruch będzie ciągły, obroty będą pełne , wykonywane na jednej nodze i równocześnie przez obojga partnerów
- Liczba obrotów zaliczanych do trudnej odmiany będzie rozważana kiedy ruch będzie ciągły a pozycja pełna i stabilna.

### **Opcje piruetu tanecznego:**

- **Piruet Opcja 1** bez zmiany kierunku rotacji
- **Piruet Opcja 2** ze zmianą kierunku rotacji wykonaną jednocześnie przez obojga partnerów (min. 2 obroty w każdym kierunku)
- **Kombinacja Piruetów Opcja 1** z tym samym kierunkiem rotacji w dwóch częściach piruetu
- **Kombinacja Piruetów Opcja 2** z równoczesną zmianą kierunku rotacji dla obojga partnerów.

Zmiana kierunku rotacji wykonywana jednocześnie ze zmianą nogi (z co najmniej 3 obrotami w każdym z kierunków)

LUB

Zmiana kierunku wykonywana w jednej z części kombinacji piruetów czyli na jednej nodze (co najmniej 2 obroty w każdym z kierunków w tej części kombinacji)

**Definicje:**

**Piruet:** - Piruet kręcony przez parę jednocześnie, w dowolnej pozycji/ w jakimkolwiek trzymaniu. Wykonywany na miejscu, wokół jednej, wspólnej osi, na jednej nodze, jednocześnie przez obojga partnerów. Oboje partnerzy muszą wykonać przynajmniej 3 pełne obroty na jednej nodze.

**Kombinacja Piruetów:** - Piruet opisany jw., po którym następuje zmiana nogi na drugą nogę, wykonywana równocześnie przez oboje partnerów, po której następują kolejne obroty. Zmiana nogi oznacza „zmianę na drugą nogę”. Oboje partnerzy muszą wykonać trzy pełne obroty na jednej nodze, po których następuje jednoczesna zmiana nogi dla obojga partnerów i następnie co najmniej 1 obrót na drugiej nodze. Nie można wykonać więcej niż ½ obrotu na dwóch nogach podczas zmiany nóg.

**Cech wejście/wyjście:** a) niespodziewane wejście/wyjście z piruetu bez widocznego przygotowania  
b) skomplikowana kombinacja kroków i lub ruchów wykonana bezpośrednio przed lub po piruecie

**Charakterystyka poziomów trudności:**

- Trudna odmiana/wariacja będzie brana pod uwagę przy określaniu poziomu jeśli będą wykonane przynajmniej 2 obroty dla Piruetu i przynajmniej 3 obroty dla Kombinacji Piruetów

- Poziom 3 lub 4 może być przyznany tylko jeśli każdy partner wykona przynajmniej jedną trudną odmianę/wariację zaliczaną do poziomu.

- W Kombinacji Piruetów poziom 3 lub 4 może być przyznany tylko jeśli każda część Kombinacji zawiera przynajmniej jedną trudną odmianę/wariację zaliczaną do poziomu.

POZIOM 1	POZIOM 2	POZIOM 3	POZIOM 4
<p><b>Piruet:</b> przynajmniej 3 obroty</p> <p><b>Kombinacja Piruetów:</b> Przynajmniej 3 obroty w jednej z części i co najmniej jeden obrót w drugiej z części</p>	<p><b>OPCJA 1</b></p> <p>2 różne, trudne odmiany/ wariacje z 2 różnych typów Podstawowych Pozycji</p> <p><b>OPCJA 2</b></p> <p>1 trudna odmiana w dowolnym typie Podstawowej Pozycji</p>	<p><b>OPCJA 1</b></p> <p>3 różne, trudne odmiany/ wariacje z 3 różnych typów Podstawowych Pozycji</p> <p><b>OPCJA 2</b></p> <p>2 różne, trudne odmiany/ wariacje z 2 różnych typów Podstawowych Pozycji</p>	<p><b>OPCJA 1</b></p> <p>4 różne, trudne odmiany/ wariacje z 3 różnych typów Podstawowych Pozycji (Przynajmniej 2 muszą być wykonywane jednocześnie) i <b>cecha wejście/wyjście</b></p> <p><b>OPCJA 2</b></p> <p>3 różne, trudne odmiany/ wariacje z 3 różnych typów Podstawowych Pozycji i <b>cecha wejście/wyjście</b></p>

### UWAGA:

- Jeśli piruet został rozpoczęty i łyżwiarz jest dalej na dwóch nogach przez więcej niż pół obrotu wówczas jego poziom zostanie obniżony o 1. (Jeżeli oboje z partnerów rozpoczną piruet na dwóch nogach, wówczas jego poziom zostanie obniżony o 2).
- Jeśli podczas zmiany nogi para pozostaje na dwóch nogach dłużej niż ½ obrotu to, wtedy poziom zostanie obniżony o 1 poziom, gdy dotyczy to jednego partnera, ( gdy oboje partnerzy pozostają na dwóch nogach, wtedy poziom zostanie obniżony o 2).
- Jeśli podczas Piruetu Tanecznego:
  - partnerzy się nie trzymają (z wyjątkiem zmiany pozycji), lub
  - zdarzy się „zachwianie” na skutek czego wystąpią następujących błędów:
    - podparcie (nogą, stopą, ręką, rękoma) jednego z partnerów (uwaga: ale nie dotyczy sytuacji opisanej w podpunkcie 1 i 2)
    - jeden partner nie ma kontaktu z lodem
    - partnerzy nie trzymają się

przez połowę obrotu a następnie piruet jest kontynuowany, wówczas poziom zostanie określony na podstawie spełnionych wymagań na poziom i obniżony o 1 poziom za każde rozdzielenie/błąd. Jeśli jednak trwa to dłużej niż pół obrotu, będzie potraktowane to jak Przerwanie elementu i obowiązują wówczas inne zasady oceny.
- Jeśli w Kombinacji Piruetów jeden partner nie zmieni nogi (na inną nogę) element będzie zidentyfikowany jako Piruet Poziom 1.

## PODNO SZENIA

**Definicja i wymagania:** (muszą być zgodne z Regulaminem 704, paragraf 16)

Podnoszenie - czynność ruchowa, w której jeden z partnerów jest podnoszony z aktywną i/lub bierną asystą drugiego partnera, do jakiegokolwiek dozwolonej wysokości, utrzymany na tej wysokości i opuszczony z powrotem na lód. Podnoszenie powinno podkreślać wybraną muzykę i charakter tańca i powinno być prezentowane w sposób elegancki, bez wysiłku; należy unikać „udziwnionych”, nieestetycznych póz.

**Typy Krótkiego Podnoszenia** – Maksymalny czas trwania następujących podnoszeń to 7 sekund:

- a) **Stacjonarne** - podnoszenie wykonywane na miejscu ( bez przemieszczania się) przez partnera podnoszącego, który może lub nie, obracać się wokół jednej osi.
- b) **Po linii prostej** - podnoszenie, w którym partner podnoszący przemieszcza się po linii prostej w jakiegokolwiek pozycji na jednej lub dwóch nogach.
- c) **Po łuku** - podnoszenie, w którym partner podnoszący przemieszcza się po łuku w jakiegokolwiek pozycji, na jednej lub obu nogach.
- d) **Rotacyjne** - podnoszenie, w którym partner podnoszący obraca się w jednym kierunku, zgodnie lub przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, jednocześnie przemieszczając się.

**Kombinacja Podnoszeń** – Maksymalny czas trwania podnoszenia to 12 sekund:

- a) **Kombinacja podnoszeń** - podnoszenie składające się z dwóch Krótkich Podnoszeń (typy podnoszeń a), b), c) i d)). Jeśli jakaś część Kombinacji nie może zostać zdefiniowana, wtedy tylko jedna część zostanie nazwana jako Podnoszenie Krótkie +Combo i dostanie odpowiedni poziom. Kombinacja Podnoszeń może składać się również z dwóch podnoszeń Po łuku z rysunkiem przypominającym literę „S lub z dwóch podnoszeń rotacyjnych w różnych kierunkach obrotu

**W sezonie 2016/2017 w programie dowolnym jest możliwość wyboru :**

**SENIORZY** 1 Krótkie i 1 Kombinacja Podnoszeń lub 3 Krótkie podnoszenia (każde musi być innego typu\*)

**JUNIORZY** 1 Kombinacja Podnoszeń lub 2 Krótkie podnoszenia (każde musi być innego typu\*)

\* nie dotyczy to Kombinacji Podnoszeń, która składa się z dwóch Podnoszeń po łuku o rysunku w kształcie litery „S” lub Kombinacji Podnoszeń, która składa się z dwóch Podnoszeń Rotacyjnych w różnych kierunkach.

**Zasady wywoływania Elementu:**

1. Pierwsze wykonywane Podnoszenia będą zaliczane jako Podnoszenia wymagane (określony zostanie poziom trudności lub brak poziomu jeśli wymagania na poziom 1 nie będą spełnione). Kolejne Podnoszenie będzie sklasyfikowane jako Extra Element bez wartości. Jednak jeśli Choreograficzny Element jest dozwolony i żaden inny nie był do tej pory wywołany, pierwsze dodatkowe podnoszenie będzie wywołane jako Choreograficzne Podnoszenie.
2. **Każde Podnoszenie lub część Kombinacji Podnoszeń powtarzające dany Typ Podnoszenia (stacjonarne, po linii prostej, po łuku, rotacyjne) będzie sklasyfikowane jako Extra Element bez wartości.** Nie dotyczy to drugiej części Kombinacji Podnoszeń, w której kombinacja składa się z dwóch podnoszeń po łuku o rysunku litery „S”, lub dwóch podnoszeń rotacyjnych w różnych kierunkach.
3. Każde podnoszenie, którego typ nie należy do Wymaganych Elementów w Tańcu Krótkim lub w Tańcu Dowolnym, będzie sklasyfikowane jako Extra Element bez wartości.

4. Krótki ruch, w którym obie łyżwy jednego z partnerów są nad lodem, partner unoszony jest z asystą drugiego partnera ale nie jest w utrzymanej w powietrzu pozycji, nie będzie liczone jako podnoszenie.
5. Jeśli program rozpoczyna się Podnoszeniem (pozycja Podnoszenia jest wykonana zanim muzyka się rozpocznie) Podnoszenie zacznie być liczone kiedy zawodnik wykona pierwszy ruch.
6. Jeśli Upadek albo Przerwanie wystąpią w wejściu albo w trakcie Podnoszenia element będzie zidentyfikowany i otrzyma poziom zależnie od tego co zostało wykonane przed Upadkiem/Przerwaniem (albo nie otrzyma poziomu jeśli wymagania na poziom 1 nie zostaną spełnione).

#### **Uwagi do Podnoszenia Rotacyjnego:**

1. Podnoszenie Rotacyjne zostanie wywołane jeśli partner podnoszący wykona więcej niż 1 obrót. Wykonanie max. 1 obrotu na początku lub na końcu Podnoszenia lub jakiejś części Kombinacji Podnoszeń będzie ignorowane przez Panel Techniczny.
2. Jeśli w trakcie Podnoszenia Rotacyjnego partner podnoszący przestanie się przemieszczać, liczba obrotów, trudna pozycja, zmiana pozycji, albo inna cecha od tego momentu przestanie być brana pod uwagę do określenia poziomu trudności.

#### **Uwagi do Kombinacji Podnoszeń:**

1. W Kombinacji Podnoszeń zostaną wywołane dwa pierwsze wykonane Typy Krótkich Podnoszeń, które tworzą mniej więcej równe części . Poziomy trudności określone są dla każdego Krótkiego Podnoszenia osobno.
2. Jeśli którakolwiek z części Kombinacji podnoszeń nie może być zidentyfikowana z jakiegokolwiek powodu, tylko druga część podnoszenia będzie wywołana jako Podnoszenie Krótkie i poziom trudności tego Podnoszenia będzie określony na podstawie wykonanych cech albo brak poziomu, jeśli wymagania na poziom 1 nie będą spełnione i dodane zostanie „+ COMBO”
3. Jeśli jedno z Krótkich Podnoszeń w kombinacji zawiera Illegal Movement/Pose (niedozwolony element) odjęcie za taki element będzie widoczne tylko w tej części kombinacji w której ten element wystąpił a część w której wystąpił otrzyma Poziom 1 jeśli wymagania na Poziom 1 są spełnione. (przykład: “CuLi1 Illegal Element+ RoLi4 Combo”).
4. Jeśli oba krótkie podnoszenia tworzące Kombinację Podnoszeń zawierają Illegal Movement/Pose (niedozwolony element) oba krótkie podnoszenia otrzymają odjęcie za niedozwolony element i obie części otrzymają Poziom 1 jeśli wymagania na Poziom 1 są spełnione. (przykład: “ CuLi1 Illegal Element+RoLi1 Illegal Element Combo”).
5. Jeśli Illegal Movement/Pose (niedozwolony element) jest wykonany jako wejście do podnoszenia (np. skok z więcej niż 1 obrotem) pierwsze Krótkie Podnoszenie tworzące Kombinację Podnoszeń otrzyma odjęcie i Poziom1 a drugie krótkie podnoszenie zostanie ocenione stosownie do wykonania.
6. Jeśli Illegal Movement/Pose (niedozwolony element) jest wykonany jako wyjście z podnoszenia (np. skok z więcej niż 1 obrotem) drugie Krótkie Podnoszenie tworzące Kombinację Podnoszeń otrzyma odjęcie i Poziom1 a pierwsze krótkie podnoszenie zostanie ocenione stosownie do wykonania.



### **Przykłady Trudnej Pozycji dla Partnera Podnoszonego:**

- a) Pełny Szpagat – kąt rozwarcia pomiędzy udami wynosi 180 stopni a nogi tworzą jedną linię a nie literę V,
- b) Pełna pozycja „Biellmann” – ciało w pionie lub poziomie z wolną nogą uniesioną ponad głowę (obcas buta powyżej poziomu głowy),
- c) Pełny donat/”pączek” połączona z trudnym trzymaniem lub interakcją między partnerami – Górna część ciała wygięta w łuk do tyłu trzymając jedną lub dwie nogi jak najbliżej głowy w pełnym cyrklu (maksymalnie pół długości płozy pomiędzy głową a tyłzwą
- d) Pozycja „do góry nogami” w połączeniu z trudnym trzymaniem,
- e) Partnerka wychylona z pionowej pozycji tak, że jej ciało/korpus wyciągnięty jest z dala od partnera, a jedynym dodatkowym punktem utrzymującym są ręce,
- f) Balansowanie przy jednym dodatkowym punkcie kontaktu,
- g) Wychylenie (do przodu lub tyłu), gdzie jedynym dodatkowym punktem utrzymującym są nogi,
- h) Górna część ciała (od pasa) jest wygięta w łuk a partner podtrzymuje partnerkę nie wyżej ud,
- i) Takie wychylenie, gdzie ciało i nogi są w linii poziomej a jedynym dodatkowym punktem utrzymującym są ramiona i/ lub górna część pleców.

### **UWAGA:**

-Każda pozycja będzie brana pod uwagę jako Trudna tylko raz (liczy się pierwsze wykonanie)

-pełna pozycja „Biellmann” i pełna pozycja „pączka” nie jest brane pod uwagę przez Panel techniczny jako dwie różne trudne odmiany pozycji

### **Zmiana Pozycji:**

Zmiana pozycji będzie brana pod uwagę do określenia poziomu trudności jeśli będzie spełniać wszystkie podpunkty:

- Zarówno partner podnoszony jak i podnoszący zmienia trzymanie (uchwyt) i pozę; zmiana jest znacząca/wyraźna (np. gdyby fotograf zrobił zdjęcia każdej części podnoszenia, miałyby to być dwa różne zdjęcia). Nieznaczna zmiana pozycji ręki/rąk i/lub nóg, zmiana trzymanie na odbicie lustrzane lub sama zmiana wysokości ciała partnera podnoszonego nie będzie zaliczana jako Zmiana Pozycji.

- Każda poza przed i po zmianie musi być wyraźnie zaznaczona, albo partner podnoszony nieprzerwanie zmienia różne pozycje podczas całego trwania Krótkiego Podnoszenia.

### **UWAGA:**

Zmiana Pozycji będzie brana pod uwagę przy określaniu poziomu trudności tylko pierwsze dwa razy, niezależnie czy wykonana jest w Krótkich Podnoszeniach czy w obu częściach Kombinacji Podnoszeń

### **Przykłady Grup Trudnej Pozycji dla Partnera Podnoszącego:**

- a) Jedna noga,
- b) Mondo albo Ina Bauer na dowolnej krawędzi
- c) Jakakolwiek „wariacja” pozycji z ugiętym kolanem: pistolet, przysiad, wypad. Udo nogi pracującej przynajmniej równoległe do lodu.
- d) Podnoszenie na jednej ręce. Jedynym punktem trzymanie dla obojga partnerów jest dłoń/ręka.

### **UWAGA:**

- grupa c) nie będzie uznawana jako Trudna Pozycja w Podnoszeniu Stacjonarnym, jeśli nie jest ono rotacyjne.
- Pozycja z danej grupy (a, b, c lub d) będzie brana pod uwagę jako Trudna tylko raz (liczy się pierwsze wykonanie). Wyjątek stanowi Kombinacja Podnoszeń składająca się z dwóch rotacyjnych podnoszeń w różnych kierunkach Opcja 2 (Podnoszenie na jednej ręce będzie brane pod uwagę w dwóch częściach Kombinacji Podnoszeń) oraz Kombinacja Podnoszeń składająca się z dwóch podnoszeń po łuku wykorzystująca w dwóch częściach pozycje z grupy b (również na tej samej krawędzi) (Trudna Pozycja będzie wtedy brana pod uwagę w dwóch częściach Kombinacji Podnoszeń).

### **Przykłady Grup Trudnych/ Kreatywnych Wejść do podnoszeń:**

- a) niespodziewane wejście bez ewidentnego przygotowania
- b) wejście z Trudnej Pozycji dla partnera podnoszącego ( nie dotyczy Podnoszeń Rotacyjnych). Trudna pozycja musi zostać osiągnięta przed uniesieniem partnera z lodu, oraz musi:
  - być utrzymana bez jakiegokolwiek przerwy jako Trudna Pozycja
  - prześć bezpośrednio do innej Trudnej Pozycji bez użycia żadnej pozycji przejściowej ( np. na dwóch nogach.)
- c) wejście z serii kroków i/lub ruchów wykonanych bezpośrednio przed podnoszeniem
- d) znaczący ruch przejściowy, wyraźne, płynne przejścia z pozy do pozy, aby uzyskać końcową pozę w podnoszeniu. Nie będzie brane pod uwagę w przypadku wykonywania podnoszenia ze zmianą pozycji wykorzystującą ciągle płynne przechodzenie z pozy do pozy podczas całego trwania podnoszenia\_

### **UWAGA:**

- Tylko pierwsze wykonanie Trudnego wejścia z Grupy b) będzie brane pod uwagę do określenia Poziomu. Następne wejścia z tej Grupy nie będą brane pod uwagę.
- Trudne wejścia z Grup a), c) i d) będą brane pod uwagę do określenia Poziomu tylko jeśli w danym Podnoszeniu nie występuje Trudne Wejście z Grupy b). Tylko pierwsze wykonanie Trudnego wejścia z danej Grupy będzie brane pod uwagę do określenia Poziomu.

### **Przykłady Grup Trudnych/ Kreatywnych Wyjść z podnoszeń:**

- a) znaczący ruch przejściowy, wyraźne, płynne przejścia podnoszonego partnera przed postawienie nogi na lodzie. (nie będzie brane pod uwagę gdy podnoszony partner wykonuje cccciągłą **zmianę pozycji**)
- b) trudna pozycja podnoszonego partnera podczas wyjścia z podnoszenia inna niż użyta w trakcie podnoszenia – zmiana pozycji wykonana bez dodatkowych pozycji przejściowych
- c) skomplikowana kombinacja kroków i lub ruchów wykonana bezpośrednio po postawieniu nogi na lodzie

### **Dodatkowe Cechy dla Podnoszenia Rotacyjnego w którym partnerka utrzymana jest na jednej ręce:**

Tylko jedna dłoń/ręka jest używana do podniesienia, utrzymania i zestawienia partnera oraz:

- Partner wykonuje co najmniej 1 obrót na jednej nodze,
- i/lub partner podnoszony wykonuje ciągłą wyraźną zmianę ugięcia kolan podczas rotacji (przynajmniej przez 3 obroty)
- i/lub ręce partnera podnoszącego są wyprostowane z przodu i odległość między partnerami jest ewidentna (przynajmniej przez 3 obroty)

**UWAGA:**

- Jeśli jest to wykonywane jako pierwsza część Kombinacji Podnoszeń zejście na jednej ręce nie jest wymagane.
- Jeśli jest to wykonywane jako druga część Kombinacji Podnoszeń wejście na jednej ręce nie jest wymagane.

POZIOM 1	POZIOM 2	POZIOM 3	POZIOM 4
<b>a) Podnoszenie Stacjonarne, b) Po linii prostej, c) Po łuku</b>			
<p><b>Partner podnoszony</b> nie ma kontaktu z lodem przez przynajmniej <b>3 sekundy</b></p>	<p><b>1 cecha z 2</b></p> <p><b>1.Partner podnoszony</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez przynajmniej 3 sekundy <b>albo</b> występuje <b>Zmiana Pozycji</b></p> <p><b>2.Partner podnoszący</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez co najmniej 3 sekundy</p>	<p><b>2 cechy z 3</b></p> <p><b>1.Partner podnoszony</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez przynajmniej 3 sekundy <b>albo</b> występuje <b>Zmiana Pozycji</b></p> <p><b>2.Partner podnoszący</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez co najmniej 3 sekundy</p> <p><b>3. Trudne/Kreatywne Wejście/Wyjście</b> z podnoszenia</p>	<p><b>3 cechy z 4</b></p> <p><b>1.Partner podnoszony</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez przynajmniej 3 sekundy <b>albo</b> występuje <b>Zmiana Pozycji</b></p> <p><b>2.Partner podnoszący</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez co najmniej 3 sekundy</p> <p><b>3.Trudne/Kreatywne Wejście</b> do podnoszenia</p> <p><b>4.Trudne/Kreatywne Wyjście</b> z podnoszenia</p>
<b>d) Podnoszenie Rotacyjne</b>			
<p><b>Partner podnoszony</b> nie ma kontaktu z lodem przez przynajmniej <b>3 obroty</b></p> <p>ORAZ</p> <p><b>Partner podnoszony</b> przemieszcza się przez przynajmniej <b>3 obroty</b></p>	<p><b>OPCJA 1 a)</b></p> <p>Partner podnoszony znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez przynajmniej <b>3 obroty albo</b> występuje <b>Zmiana Pozycji</b></p> <p>ORAZ</p> <p>Partner podnoszony przemieszcza się przez przynajmniej <b>4 obroty</b></p>	<p><b>OPCJA 1</b></p> <p>Partner podnoszony znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez przynajmniej <b>4 obroty albo</b> występuje <b>Zmiana Pozycji</b></p> <p>ORAZ</p> <p>Partner podnoszony przemieszcza się przez przynajmniej <b>5 obrotów</b></p>	<p><b>OPCJA 1 a)</b></p> <p><b>Partner podnoszony</b> znajduje się w <b>Trudnej Pozycji</b> utrzymanej przez przynajmniej <b>5 obrotów albo</b> występuje <b>Zmiana Pozycji</b></p> <p>ORAZ</p> <p><b>Partner podnoszony</b> przemieszcza się przez przynajmniej <b>6 obrotów</b></p>

	<p style="text-align: center;"><b>OPCJA 1 b)</b></p> <p>Partner podnoszony przemieszcza się przez przynajmniej <b>5 obrotów</b></p> <p style="text-align: center;"><b>OPCJA 2</b></p> <p>Partner Podnoszony wykonuje podnoszenie <b>na jednej ręce</b> przez przynajmniej <b>2 obroty</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>OPCJA 2</b></p> <p>Partner Podnoszony wykonuje podnoszenie <b>na jednej ręce</b> przez przynajmniej <b>3 obroty</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>OPCJA 1 b)</b></p> <p>Wymagania jak na <b>poziom 3 Opcja 1</b></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p><b>Kreatywne/Trudne wejście</b> z wyłączeniem wejść z Grupy b) (Trudna Pozycja partnera podnoszącego)</p> <p style="text-align: center;"><b>OPCJA 2</b></p> <p>Wymagania jak na <b>poziom 3 Opcja 2</b></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p><b>Dodatkowa Cecha</b> dla podnoszenia na jednej ręce</p>
--	---	---	--

### **Kombinacja Podnoszeń:**

Każde Krótkie Podnoszenie (z wyjątkiem Podnoszenia Rotacyjnego) wykonane na poziom 2 lub na poziom 3 (z wyłączeniem Podnoszenia Rotacyjnego opcja 2) tworzące jakkolwiek część Kombinacji Podnoszeń podnosi się do poziomu 3 lub 4 jeśli w:

- Podnoszenie Stacjonarne, Po prostej, Po łuku stanowiące pierwszą część Kombinacji Podnoszeń: występuje **Kreatywne/Trudne Wejście**
- Podnoszenie Stacjonarne, Po prostej, Po łuku stanowiące drugą część Kombinacji Podnoszeń: występuje **Kreatywne/Trudne Wyjście**
- Podnoszenie Rotacyjne Opcja 1 poziom 3 stanowiące pierwszą część Kombinacji Podnoszeń: występuje **Kreatywne/Trudne Wejście** z wyłączeniem wejść z Grupy b) (wejście z trudnej pozycji dla partnera podnoszącego)
- Podnoszenie Rotacyjne Opcja 1 poziom 3 stanowiące drugą część Kombinacji Podnoszeń: występuje **Kreatywne/Trudne Wyjście** z wyłączeniem wyjść z Grupy b) (wejście z trudnej pozycji dla partnera podnoszącego)
- Podnoszenie Rotacyjne Opcja 2 stanowiące pierwszą część Kombinacji Podnoszeń: występuje **Dodatkowa Cecha** dla podnoszenia na jednej ręce, Rotacyjne Podnoszenie Opcja 2 poziom 3 stanowiące jakkolwiek część Kombinacji Podnoszeń podnosi się do poziomu 4 jeśli występuje Dodatkowa Cecha dla podnoszenia na jednej ręce.

## Uwagi:

1. W Rotacyjnym Podnoszeniu jeśli partner podnoszący wykonuje obroty, zatrzymuje rotację i ponownie zaczyna się obracać, a w tym czasie partner podnoszony jest w Trudnej Pozycji lub występuje Zmiana Pozycji lub wykonywane jest podnoszenie na jednej ręce **poziom spada o 1 za każde zatrzymanie rotacji**.
2. Jeśli nastąpi „utrata kontroli” z podparciem (nogą/stopą partnera podnoszonego i/lub rękoma któregokolwiek z partnerów) po tym jak element jest wywołany i jest kontynuowany po podparciu (bez przerwania), **poziom będzie spada o 1** za każde podparcie. W kombinacji Podnoszeń poziom spada tylko w tej części, w której wystąpiło podparcie.

## SEKWENCJA TWIZZLI

### Definicja i wymagania:

Jeden pełny ( lub więcej) obrót na jednej nodze, który jest szybko i nieprzerwanie wykonywany ( jego akcja jest ciągła), w czasie przemieszczania się po tafli lodu. Definicja Twizzla patrz „Regulamin Tańców na Lodzie” nr 704 paragraf 11c).

**Wyróżniamy 4 różne krawędzie wejściowe Twizzli:** NW (Naprzód Wewnątrz), NZ (Naprzód Zewnątrz), TW (Tyłem Wewnątrz), TZ (Tyłem Zewnątrz) **i 2 kierunki obrotu.**

### Zasady wywoływania elementu:

1. Pierwsza wykonana Sekwencja Twizzli będzie zidentyfikowana jako Wymagany Element i zostanie poziom lub brak poziomu jeśli wymagania na poziom 1 nie będą spełnione. Każda następna sekwencja twizzli będzie wywołana przez Technicznego Specjalistę jako Choreograficzna Sekwencja Twizzli jeśli żaden Element Choreograficzny nie był dotąd wywołany. W każdym innym przypadku kolejna sekwencja twizzli będzie przez panel techniczny ignorowana.
2. Jeśli Upadek lub Przerwanie wystąpi podczas wejścia lub w trakcie Elementu i Twizzle są od razu kontynuowane, Element zostanie zidentyfikowany i zostanie poziom (lub brak poziomu jeśli wymagania na poziom 1 nie zostaną spełnione) na podstawie tego co zostało wykonane przed Upadkiem/Przerwaniem. Fragment Elementu wykonywany po Upadku/Przerwaniu będzie ignorowany przez Panel Techniczny.

### Dodatkowe Cechy (3 grupy Cech):

#### Grupa A (górną część ciała):

- łokieć (łokcie ) na poziomie ramion lub powyżej
- ciągły, nieustający ruch rąk w trakcie wymaganej ilości obrotów
- dłonie splecione z tyłu za ciałem (odprowadzone od ciała- aby go nie dotykały)
- dłonie splecione przed ciałem, ręce proste, odprowadzone od ciała, aby go nie dotykały (na wysokości między pasem a klatką piersiową, i poniżej linii barków)
- tułów „przeniesiony” od osi pionowej

### **Grupa B (nogi- pracująca i wolna):**

- Coupee z przodu lub z tyłu z nogą wolną na wysokości co najmniej górnej części łydki, biodra w pozycji otwartej
- Trzymanie płozy lub buta nogi wolnej
- wolna noga skrzyżowana z tyłu za nogą oporną na wysokości powyżej kolana
- noga wolna odprowadzona (wyprostowana albo zgięta w kolanie. Kąt pomiędzy udem a łydką mu  $90^0$ ) do boku, do przodu lub do tyłu na wysokość min. 45, albo kombinacja tych pozycji
- pozycja siadana ( min  $90^0$  między udem a łydką nogi opornej)
- ze zmianą poziomu nogi opornej( kolana) podczas rotacji- ruch ciągły

### **Grupa C (rysunek, wejście, wyjście):**

- oboje partnerzy wykonują prawidłowo trzeciego twizzla z co najmniej 3 obrotami zaczynając z innej krawędzi niż dwa poprzednie (liczba kroków między twizzalami: max. 1 krok dla Sekwencji Twizzli, max. 3 kroki dla Twizzli Synchronicznych)
- Twizzle wykonane obok siebie w przeciwnym kierunku (efekt lustrzanego odbicia)
- wejście do pierwszego twizzla z Wysokoku (krawędź rozpoczęcia twizzla będzie zależec od krawędzi na którą nastąpiło lądowanie po Wysokoku)
- Twizzle wykonane na jednej nodze, bez zmiany nogi, z dowolną ilością obrotów (np: trójk, zwrotów, itp.) i ruchów wykonanych na tej nodze pomiędzy Twizzlami
- Sekwencja twizzli wykonana bezpośrednio po Nieoczekiwane/kreatywne wejściu

### **Uwagi:**

- Wybrana Dodatkowa Cecha będzie brana pod uwagę do określenia poziomu jeśli będzie wykonana jednocześnie przez oboje partnerów
- Wybrana Dodatkowa Cecha z grupy A i B będzie brana pod uwagę do określenia poziomu jeśli jest pełna i stabilna:
  - w ciągu pierwszego pół obrotu Twizzla
  - jest utrzymana wystarczającą ilością obrotów potrzebną do uzyskania poziomu (2 obroty na poziom 2, 3 obroty na poziom 3, 4 obroty na poziom 4)
- Nie ma limitu wykonywania obrotów (np. trójk, zwrotów, itp.) i ruchów na jednej nodze przed zmianą nogi pomiędzy Twizzlami

### **Charakterystyka Poziomów Trudności:**

1. Sekwencja twizzli otrzyma najniższy poziom wykonany przez któregokolwiek z partnerów lub No Level jeśli któryś z partnerów nie spełni wymagań na poziom 1
2. Jeśli nastąpi „utrata kontroli” z podparciem (nogą/łyżwą i lub ręką) po rozpoczęciu sekwencji a sekwencja będzie kontynuowana, do oznaczenia poziomu trudności będzie brana pod uwagę ilość obrotów wykonanych przed tym podparciem.

POZIOM 1	POZIOM 2	POZIOM 3	POZIOM 4
Oboje partnerzy wykonują co najmniej <b>1 obrót</b> w każdym z dwóch Twizzli	Różne krawędzie wejściowe Różne kierunki obrotów  <b>ORAZ</b>  Przynajmniej <b>2 obroty</b> w każdym z dwóch Twizzli  <b>ORAZ</b>  Przynajmniej <b>2</b> różne <b>Dodatkowe Cechy</b>	Różne krawędzie wejściowe Różne kierunki obrotów  <b>ORAZ</b>  Przynajmniej <b>3 obroty</b> w każdym z dwóch Twizzli  <b>ORAZ</b>  Przynajmniej <b>3</b> różne <b>Dodatkowe Cechy z 2 różnych Grup</b>	Różne krawędzie wejściowe Różne kierunki obrotów  <b>ORAZ</b>  Przynajmniej <b>4 obroty</b> w każdym z dwóch Twizzli  <b>ORAZ</b>  Przynajmniej <b>3</b> różne <b>Dodatkowe Cechy z 3 różnych Grup</b>

#### Uwagi:

- Jeśli jakaś część Twizzla staje się Piruetem albo Trójkami poziom będzie obniżony:
  - o 1 poziom jeśli wydarzy się to w jednym albo w dwóch z 4 Twizzli
  - o 2 poziomy jeśli wydarzy się to w trzech albo w czterech z 4 Twizzli
- Jeśli wystąpi pełne zatrzymanie przed pierwszym Twizzlem przez jednego albo przez obojga partnerów poziom będzie obniżony o 1
- Jeśli wystąpi pełne zatrzymanie przed drugim Twizzlem przez jednego albo przez obojga partnerów poziom będzie obniżony o 1
- Jeśli będzie więcej niż dozwolona ilość kroków pomiędzy Twizzlami poziom będzie obniżony o 1 jeśli błąd zrobi jeden partner, albo o 2 poziomy jeśli błąd popęlnią oboje partnerzy.

#### SEKWENCJE KROKÓW

##### Typy Sekwencji Kroków:

- Po Linii Prostej (po Linii Środkowej lub po Przekątnej)
- Po Krzywiźnie (po Kole lub po Serpentyinie)

## **Grupy sekwencji kroków**

Grupa A - Po Linii Prostej

- Po Linii Środkowej
- Po Przekątnej

Grupa B - Po Krzywiźnie

- Po Kole
- Po Serpentyńce

Grupa C Partial Step Sequence

- W charakterze Tańca Obowiązkowego
- Kroki na Jednej Nodze

Grupa D Kombinacja Sekwencji Kroków

### **W sezonie 2016/2017 w Wymaganych Elementach Sekwencji Kroków są następujące:**

- SENIOR Program Krótki: 1 Sekwencja kroków w trzymaniu Partial Step Sequence (Style B\*)
- SENIOR Program Krótki: 1 Sekwencja Kroków bez trzymania po Linii Prostej lub po Krzywiźnie (Style B\*)
- JUNIOR Program Krótki: 1 Sekwencja Kroków bez trzymania po Linii Prostej lub po Krzywiźnie (Style B\*)
- JUNIOR i SENIOR Program Dowolny: 1 Sekwencja Kroków w trzymaniu po Linii Prostej i 1 Sekwencja Kroków w trzymaniu po Krzywiźnie
- ADVANCED NOVICE i BASIC NOVICE Program Dowolny: 1 Sekwencja Kroków w trzymaniu (może być po Linii Prostej lub Po Krzywiźnie) (Style B)

### **Typy Trudnych Obrotów:**

Trójka Odwrotna, Zwrot Zwykły, Zwrot Odwrotny, Choctaw, Zewnętrzny Mohawk, Twizzle (dla poziomu 1 i 2)/Podwójny Twizzle (dla poziomu 3 i 4).  
Wykonane na wyraźnych i rozpoznawalnych krawędziach zgodnie z Rule 704.

### **Typy Obrotów Sekcji na jednej nodze:**

Trójka Odwrotna, Zwrot Zwykły, Zwrot Odwrotny, Twizzle (dla poziomu 1 i 2)/Podwójny Twizzle (dla poziomu 3 i 4).  
Wykonane na wyraźnych i rozpoznawalnych krawędziach zgodnie z Rule 704.

### **Pozycje Taneczne:**

Kiliana (albo „wariacje” pozycji Kiliana), Walca (albo Tanga), Foxtrota.

Aby pozycja była brana pod uwagę do poziomu musi trwać wystarczająco długo aby była rozpoznana, a nie stanowić tylko przejście do następnej pozycji.

### **Zmiany pozycji:**

Aby zmiana pozycji była brana pod uwagę do poziomu musi być wyraźna (np. z Walca do Foxtrota, z Walca do Kiliana, z Foxtrota do Tanga, ale nie z Walca do Tanga albo z Walca do Ręka w Rękę twarzą do siebie).



**Zasady wywoływania elementu:**

1. Pierwsza (z wymaganego typu) i wykonana Sekwencja Kroków będzie zidentyfikowana jako Wymagany Element i określony zostanie poziom trudności lub brak poziomu jeśli wymagania na poziom 1 nie będą spełnione. Kolejne Sekwencje Kroków tego samego typu lub typu niewymaganego dla tego programu nie będą identyfikowane przez panel techniczny.
2. Jeśli Upadek lub Przerwanie nastąpi w trakcie lub po rozpoczęciu elementu i element będzie kontynuowany, jego poziom trudności lub jego brak będzie określony zgodnie z wymogami osiągniętymi przed jak i po Upadku lub Przerwaniu elementu.

**Uwagi do Poziomów Trudności:**

- Jeśli w programie jest jedna Sekwencja Kroków: poziom będzie przyznany według charakterystyki poziomów STYL A z wyjątkiem Sekwencji Kroków bez trzymania dla Juniorów i Seniorów w Programie Krótkim, której poziom będzie określony według STYLU B\*

- Jeśli w programie są dwie Sekwencje Kroków: dla pierwszej wykonanej sekwencji poziom będzie przyznany według charakterystyki poziomów STYL A, a dla drugiej Sekwencji według charakterystyki poziomów STYL B

- Sekwencja otrzyma najniższy poziom wykonany przez któregokolwiek z partnerów lub No Level jeśli któryś z partnerów nie spełni wymagań na poziom 1

POZIOM BAZOWY	POZIOM 1	POZIOM 2	POZIOM 3	POZIOM 4
<b>STYL A</b>				
<p><u>przynajmniej 50% Sekwencji Kroków</u> jest wykonane</p>	<p>przynajmniej <b>50% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>2</b> różne Typy Trudnych Obrotów</p>	<p>Przynajmniej <b>75% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane.</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>5</b> Trudnych Typów Obrotów (jeden z nich musi być Twizzlem lub Podwójnym Twizzlem i <b>każdy typ nie może być brany pod uwagę więcej niż 2 razy</b>)</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Sekcja <b>na jednej nodze</b> zawiera <b>2</b> różne Typy Obrotów Sekcji na jednej nodze</p> <p><b>ORAZ</b> (dla Sekwencji w trzymaniu)</p> <p>Przynajmniej <b>1 Zmiana Pozycji</b> i przynajmniej <b>2</b> różne <b>Pozycje Taneczne</b></p>	<p>Przynajmniej <b>90% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane.</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>7</b> Trudnych Typów Obrotów (jeden z nich musi być <b>Podwójnym Twizzlem</b> i <b>każdy typ nie może być brany pod uwagę więcej niż 2 razy</b>)</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Sekcja <b>na jednej nodze</b> zawiera <b>3</b> różne Trudne Typy Obrotów</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Obroty wykonywane są w różnych kierunkach</p> <p><b>ORAZ</b> (dla Sekwencji w trzymaniu)</p> <p>Przynajmniej <b>2 Zmiany Pozycji</b> i przynajmniej <b>2</b> różne <b>Pozycje Taneczne</b></p>	<p><b>100% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>9</b> Trudnych Typów Obrotów (jeden z nich musi być <b>Podwójnym Twizzlem</b> i <b>każdy typ nie może być brany pod uwagę więcej niż 2 razy</b>)</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Sekcja <b>na jednej nodze</b> zawiera <b>4</b> różne Trudne Typy Obrotów</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Obroty wykonywane są w różnych kierunkach</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p><b>Wszystkie kroki/elementy</b> są wykonanych <b>czysto</b></p> <p><b>ORAZ</b> (dla Sekwencji w trzymaniu)</p> <p>Przynajmniej <b>3 Zmiany Pozycji</b> i przynajmniej <b>3</b> różne <b>Pozycje Taneczne</b></p>

POZIOM BAZOWY	POZIOM 1	POZIOM 2	POZIOM 3	POZIOM 4
<b>STYL B</b>				
<p><u>Przynajmniej 50% Sekwencji Kroków jest wykonane.</u></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p><u>przynajmniej 1 Pozycja Taneczna jest utrzymana (dotyczy sekwencji kroków w trzymaniu)</u></p>	<p>Przynajmniej <b>50% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane.</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>1 r Typ Trudnych Obrotów</b></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>1 Zmiana Pozycji Tanecznej</b> (dotyczy sekwencji kroków w trzymaniu)</p>	<p>Przynajmniej <b>75% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane.</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>3 Trudne Typów Obrotów</b> (jeden z nich musi być <b>Twizzlem lub Podwójny Twizzle</b>)</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>2 Zmiana Pozycji</b> i przynajmniej <b>2 różne Pozycje Taneczne</b></p>	<p>Przynajmniej <b>90% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane.</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>4 Trudne Typów Obrotów</b> (jeden z nich musi być <b>Podwójnym Twizzlem</b>)</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Obroty wykonywane są w <b>różnych kierunkach</b></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>2 Zmiany Pozycji</b> i przynajmniej <b>3 różne Pozycje Taneczne</b></p>	<p><b>100% Sekwencji Kroków</b> jest wykonane</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>5 Trudnych Typów Obrotów</b> (jeden z nich musi być <b>Podwójnym Twizzlem</b>)</p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Obroty wykonywane są w <b>różnych kierunkach</b></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p><b>Wszystkie kroki/elementy</b> są wykonanych <b>czysto</b></p> <p><b>ORAZ</b></p> <p>Przynajmniej <b>3 Zmiany Pozycji</b> i przynajmniej <b>3 różne Pozycje Taneczne</b></p>

**Uwagi:**

1. Poziom trudności sekwencji kroków oceniany jest dla każdego z partnerów osobno jednak określony zostanie poziom trudności wg. gorszego wykonania albo brak poziomu, jeśli wymagania na poziom „Bazowy” nie będą spełnione.
2. W Partial Step Sequence jeśli partnerzy nie trzymają się nawzajem nawet podczas wykonywania zmian pozycji i dozwolonych zatrzymań Poziom wykonania zostanie obniżony o 1 za każdy taki przypadek. Nie dotyczy sytuacji spowodowanej upadkiem.
3. Aby pozycja była brana pod uwagę do poziomu musi trwać wystarczająco długo aby była rozpoznana, a nie stanowić tylko przejście do następnej pozycji.

## **OGÓLNE ZASADY WYWOŁYWANIA WYMAGANYCH ELEMENTÓW:**

1. Panel Techniczny określa/ocenia to co zostało wykonane, a nie to co jest napisane w Wykazie Elementów.
2. Uwagi do poziomów powodujące odjęcia nie mogą spowodować braku poziomu (No Level) o ile wymagania na poziom 1 są spełnione.
3. Aby otrzymać jakikolwiek poziom wymagania na poziom 1 muszą być spełnione.
4. Jeśli program kończy się kiedy zawodnicy wykonują element, element i jego poziom będzie identyfikowany dopóki zawodnicy przestaną się poruszać.
5. Element rozpoczęty po wymaganym czasie programu (plus dozwolone 10 sekund) nie będzie identyfikowany
6. Piruet Taneczny i Podnoszenie wykonane w czasie Sekwencji Kroków (nie dotyczy „Partial” Sekwencji Kroków w Programie Krótkim seniorów) będzie zidentyfikowany jako element i nie dostanie poziomu (No level)
7. Panel Techniczny może zdecydować czy jakaś cecha może być zaliczona jako Trudna nawet jeśli nie jest podana w przykładach (chyba, że jest w Komunikacie albo Podręczniku opisana jako łatwa).  
Np. W piruecie Tanecznym Panel Techniczny może uznać jakąś wariację pozycji Wagi za Trudną nawet jeśli nie jest opisana w przykładach, ale nie może uznać za Trudną zwykłej pozycji Wagi dla partnerki (gdyż jest Uwaga, że nie jest to trudna pozycja).

## **ELEMENT CHOREOGRAFICZNY**

1. Jeśli jest do wyboru Podnoszenie Choreograficzne lub Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement) lub Choreograficzna Sekwencja Twizzli (Choreographic Twizzling Movement) jako Element Choreograficzny, to pierwszy wykonany Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement) po wyznaczonym Piruecie Tanecznym lub pierwsze Podnoszenie wykonane po wszystkich wyznaczonych Podnoszeniach Tanecznych, lub pierwsza Sekwencja Twizzli wykonana po wymaganej Sekwencji Twizzli pierwszy wykonany Element Choreograficzny będzie wywołany jako Podnoszenie Choreograficzne lub Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement), lub Choreograficzna Sekwencja Twizzli (Choreographic Twizzling Movement). Kolejny Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement), lub Choreograficzna Sekwencja Twizzli (Choreographic Twizzling Movement) nie będzie wywołany pod warunkiem, że nie jest to Piruet Taneczny (patrz Piruet Taneczny – Zasady wywoływania). Natomiast kolejne Podnoszenie Taneczne będzie wywołane (patrz Podnoszenie Taneczne – Zasady wywoływania).
2. Podnoszenie Choreograficzne będzie wywołane w momencie rozpoczęcia Elementu i „confirmed” (potwierdzony) jeśli jeden z partnerów jest podniesiony i utrzymany na jakiegokolwiek wysokości.
3. Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement) będzie wywołane w momencie rozpoczęcia Elementu i „confirmed” (potwierdzony) jeśli dwa obroty będą wykonane jednocześnie przez oboje partnerów.
4. Choreograficzna Sekwencja Twizzli będzie wywołane w momencie rozpoczęcia Elementu i „confirmed” (potwierdzony) jeśli w pierwszej części oboje partnerzy wykonają przynajmniej 2 obroty jednocześnie (partnerzy nie mogą się trzymać) a w drugiej co najmniej jeden z partnerów wykona przynajmniej 2 obroty (partnerzy mogą się trzymać)
5. W programie dowolnym gdzie Piruet nie jest Elementem Obowiązkowym pierwszy wykonany Piruet lub Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement) będzie wywołany jako Choreograficzny Element Obrotowy (Choreographic Spinning Movement) jeśli żaden inny Choreograficzny Element nie był wywołany.

### **PODNOSZENIE CHOREOGRAFICZNE**

Podnoszenie Taneczne do 10 sekund, wykonane po wszystkich wyznaczonych Podnoszeniach Tanecznych

### **CHOREOGRAFICZNY ELEMENT OBROTOWY (CHOREOGRAPHIC SPINNING MOVEMENT)**

Element obrotowy wykonany po wyznaczonym Piruecie Tanecznym

- co najmniej ciągle 2 obroty wykonane jednocześnie przez oboje partnerów
- obroty na jednej nodze lub dwóch nogach, jeden z partnerów może być uniesiony, ale bez utrzymania w powietrzu, lub kombinacja wszystkich trzech możliwości
- obroty wokół wspólnej osi, która może się przemieszczać

### **CHOREOGRAFICZNA SEKWENCJA TWIZZLI**

Sekwencja twizzli wykonywana po Wymaganej Sekwencji Twizzli składająca się z 2 części.

- w każdej z części obroty na jednej lub dwóch nogach
- w 1 części co najmniej 2 obroty wykonywane jednocześnie przez oboje partnerów w trakcie jazdy (nie mogą być w miejscu) (partnerzy nie mogą się dotykać)
- w 2 części przynajmniej jeden z partnerów wykonuje co najmniej 2 obroty i jeden lub oboje partnerzy mogą być w miejscu lub się przemieszczać. (partnerzy mogą się trzymać)