

ADULT
SEZON 2020/2021

Grupa wiekowa:	18+ urodzeni przed 30.06.2002 r. (max. do 20% zawodników poza grupą wiek. ur. po 01.07.2002 r.)												
Liczba zawodników:	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8
Min. w gr. wiekowej:	16	15	14	14	13	12	11	10	10	9	8	7	6
Max. poza gr. wiek.:	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2
Segmenty konkurencji:	program dowolny 3:00 (+/- 10 sek.)												
Oceniane komponenty:	<ul style="list-style-type: none"> umiejętności łyżwiarskie <i>skating skills</i> SS kroki łączące <i>transitions</i> TR wykonanie <i>performance</i> PE choreografia <i>composition</i> CO interpretacja <i>interpretation</i> IN 						Mnożnik komponentów:		1,0				
Odjęcia za każdy upadek:	0,5 pkt. upadek (1) zawodnika 1,0 pkt. upadek więcej niż (1) zaw. w tym samym czasie 1,5 pkt. max. suma odjęć za upadki w jednym elemencie						Liczba zawodników		8 – 16 (+ do 4 rezerwowych)				
Odjęcie za przerwę w programie spowodowaną potknięciem / upadkiem:	<ul style="list-style-type: none"> więcej niż 10 sek. do 20 sek.: 0,5 pkt. więcej niż 20 sek. do 30 sek.: 1,0 pkt. więcej niż 30 sek. do 40 sek.: 1,5 pkt. więcej niż 40 sekund: 2,0 pkt. zatrzymanie się do 3 min.; wznowienie programu od momentu zatrzymania: 2,5 pkt. (raz w prog.) 												

W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie odpowiednie zastosowanie ma:

- **aktualny komunikat ISU dotyczący kategorii Adult,**
- **ISU Special Regulations & Technical Rules Synchronized Skating**

PROGRAM DOWOLNY

Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać: 5 elementów 1 element do wyboru	<ol style="list-style-type: none"> Intersekcja (Intersection element). Pivoting element – Blok (Pivoting element – Block). Traveling element – Koło (Traveling element – Circle). Rotating element – Wheel (Rotating element – Wheel). do wyboru z grupy A: <ol style="list-style-type: none"> Creative element– Intersekcja (Creative element – Intersection) Mixed element (Mixed element).
Uwagi:	Inne elementy niż wskazane powyżej mogą zostać włączone do programu dowolnego, jednakże formularz zawartości programu (PPC) powinien wskazywać które dodatkowe elementy stanowią kroki łączące (transitions).