

SENIOR
SEZON 2020/2021

Grupa wiekowa:	15+ urodzeni przed 30.06.2005 r.				
Segmenty konkurencji:	program krótki	max. 2:50			
	program dowolny	4:00 (+/- 10 sek.)			
Oceniane komponenty:	• umiejętności łyżwiarskie	<i>skating skills</i>	SS	Mnożnik komponentów:	0,8 SP
	• kroki łączące	<i>transitions</i>	TR		1,6 FS
	• wykonanie	<i>performance</i>	PE		
	• choreografia	<i>composition</i>	CO		
	• interpretacja	<i>interpretation</i>	IN		
Odjęcia za każdy upadek:	1,0 pkt. upadek (1) zawodnika			Liczba zawodników	16 (+ do 4 rezerwowych)
	2,0 pkt. upadek więcej niż (1) zaw. w tym samym czasie				
	3,0 pkt. max. suma odjęć za upadki w jednym elemencie				
Odjęcie za przerwę w programie spowodowaną potknięciem / upadkiem:	<ul style="list-style-type: none"> • więcej niż 10 sek. do 20 sek.: 1,0 pkt. • więcej niż 20 sek. do 30 sek.: 2,0 pkt. • więcej niż 30 sek. do 40 sek.: 3,0 pkt. • więcej niż 40 sekund przez jednego lub kilku zawodników: 4,0 pkt. • więcej niż 40 sekund przez całą drużynę: Drużyna zostaje wycofana • przerwanie do 3 min.; wznowienie programu od momentu przerywania: 5,0 pkt. (raz w prog.) 				

W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie odpowiednie zastosowanie ma:

- **ISU Special Regulations & Technical Rules Synchronized Skating**

PROGRAM KRÓTKI

Dobrze wyważony program krótki musi zawierać:
5 elementów obowiązkowych

1. **Intersekcja + pi** (Intersection element + Point of intersection)
 - intersekcja typu „Angled”
 - pi jest wymagany.
2. **Element w ruchu** (Move element)
 - jeden fm musi być ten sam i być wykonany przez całą drużynę.
3. **Element bez trzymania** (No Hold Element)
 - sekwencja kroków jest wymagana.
4. **Pivoting element – Blok** (Pivoting element – Block)
 - wymagany jest pivot w konfiguracji 3 linii.
5. **Traveling element – Koło** (Traveling element – Circle).

PROGRAM DOWOLNY

Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:
8 elementów obowiązkowych

1. **Element kreatywny – Podnoszenie** (Creative element – Lift).
2. **Podnoszenie grupowe z rotacją** (Group lift element with rotations).
3. **Intersekcja** (Intersection element)
 - dodatkowa cecha (pi) jest opcjonalna i będzie wywołana przez panel techniczny jeżeli zostanie prawidłowo wykonana.
4. **Intersekcja inna niż w pkt. 3.** (Intersection element)
 - dodatkowa cecha (pi) jest opcjonalna i będzie wywołana przez panel techniczny jeżeli zostanie prawidłowo wykonana.
5. **Element w ruchu** (Move element)
 - maksymalnie 4 różne fm's.
6. **Element bez trzymania** (No Hold Element)
 - dodatkowa cecha (sekwencja kroków) jest opcjonalna i będzie wywołana przez panel techniczny jeżeli zostanie prawidłowo wykonana.
7. **Element parowy** (Pair element).
8. **Sekwencja Twizzli** (Twizzle element)
 - wymagana jest sekwencja dwóch twizzli, po jednym w każdym kierunku rotacji.
9. do wyboru **z grupy A:**
 - a. **Element Artystyczny – Koło** (Artistic element – Circle)



	b. Element Artystyczny – Wheel (Artistic element – Wheel).
--	--