

## II. Uaktualniony przewodnik w ustanowieniu + GOE dla solistów/elementów parowych (pozytywne aspekty)

Przewodnik ten jest przeznaczony do użycia razem z „przewodnikiem w określaniu GOE dla błędów w elementach”. Końcowe GOE wykonanego elementu jest wynikiem połączenia zarówno pozytywnych jak i negatywnych aspektów. Ważne jest, aby końcowe GOE elementu odzwierciedlało pozytywne aspekty, a także wszelkie możliwe odjęcia, które powinny być zastosowane.

Końcowe GOE elementu jest obliczane następująco:

najpierw Sędzia rozważa pozytywne aspekty wykonanego elementu ustalając tzw. wyjściowe GOE dla elementu, a następnie obniża wcześniej ustalone GOE zgodnie z „przewodnikiem w określaniu GOE dla błędów w elementach”. Aby ustalić wyjściowe GOE Sędzia musi rozważyć pozytywne kryteria dla każdego elementu.

Ogólne zalecenia są następujące:

**DLA + 1 : 1 kryterium                      DLA + 2 : 2 kryteria                      DLA + 3 : 3 kryteria**  
**DLA + 4 : 4 kryteria                      DLA + 5 : 5 albo więcej kryteriów**

**DLA + 4 i +5 - PIERWSZE TRZY kryteria zaznaczone pogrubioną czcionką muszą być spełnione**

W przypadku następujących błędów, początkowy GOE nie może być wyższy niż +2:

upadek,  
lądowanie na dwóch nogach,  
postawienie nogi wolnej w celu utrzymania lądowania,  
zła krawędź (e),  
skok zdegradowany (<<),  
poważny problem przy zejściu z podnoszenia,  
poważny problem przy złapaniu partnerki w twist,  
kroki i sekwencja choreograficzna wykonane niezgodnie z muzyką  
wiele błędów w każdym elemencie (np. w skoku oba błędy „!” i „<”).

### SOLIŚCI

<b>elementy skokowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>bardzo dobra wysokość i bardzo dobra odległość (wszystkie skoki w kombinacji lub sekwencji)</b></li> <li>2) <b>dobry wyskok i lądowanie</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku (w tym rytm w kombinacji skoków)</b></li> <li>4) kroki przed skokiem, niespodziewane lub twórcze wejście</li> <li>5) bardzo dobra pozycja ciała od wyskoku do lądowania</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>piruety</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>dobra szybkość i/albo przyspieszenie podczas piruetu</b></li> <li>2) <b>dobrze kontrolowane, czyste pozycja(e) (uwzględnić wysokość i pozycję w powietrzu/lądowania w skoku do piruetu)</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku</b></li> <li>4) umiejętność umiejscowienia piruetu</li> <li>5) kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>Seqwencja kroków</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>głębokie krawędzie, czyste kroki i obroty</b></li> <li>2) <b>element pasujący do muzyki</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku z dobrą energią, płynnością i wykonaniem</b></li> <li>4) kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</li> <li>5) doskonale zaangażowanie i kontrola całego ciała</li> <li>6) dobre przyspieszenie i spowolnienie</li> </ol>
<b>sekwencja choreograficzna</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</b></li> <li>2) <b>element pasujący do muzyki</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku z dobrą energią, płynnością i wykonaniem</b></li> <li>4) dobre pokrycie tafli lodowej <u>lub</u> ciekawy rysunek</li> <li>5) dobra klarowność i precyzja</li> <li>6) doskonale zaangażowanie i kontrola całego ciała</li> </ol>

## PARY SPORTOWE

<b>podnoszenia</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>bardzo dobry wyskok i lądowanie</b></li> <li>2) <b>dobra prędkość, płynność i pokrycie lodu</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku (w tym obroty i zmiany pozycji)</b></li> <li>4) bardzo dobre pozycje w powietrzu</li> <li>5) płynna praca nóg partnera</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>podnoszenia twistowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>dobra wysokość partnerki w powietrzu</b></li> <li>2) <b>czysty chwyt</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku</b></li> <li>4) dobry wyskok i lądowanie</li> <li>5) bardzo dobra prędkość i płynność</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>elementy skokowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>dobrze zgranie i odległość pomiędzy partnerami</b></li> <li>2) <b>bardzo dobra wysokość i bardzo dobra odległość (wszystkie skoki w kombinacji lub sekwencji)</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku (w tym rytm w kombinacji skoków)</b></li> <li>4) kroki przed skokiem, niespodziewane lub twórcze wejście</li> <li>5) dobry wyskok i lądowanie</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>skoki wyrzucane</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>bardzo dobra wysokość i bardzo dobry dystans</b></li> <li>2) <b>dobra prędkość, płynność i kontrola po wyrzuceniu i lądowaniu</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku</b></li> <li>4) trudne, niespodziewane lub twórcze wejście</li> <li>5) bardzo dobra pozycja powietrza</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>piruety solowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>dobrze zgranie i odległość pomiędzy partnerami</b></li> <li>2) <b>dobra prędkość i / lub przyspieszenie podczas piruetu</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku</b></li> <li>4) dobrze kontrolowane, czyste pozycja(e) (uwzględnić wysokość i pozycję w powietrzu/lądowania w skoku do piruetu)</li> <li>5) kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>piruety parowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>dobra kontrola przez oboje partnerów</b></li> <li>2) <b>dobra prędkość i / lub przyspieszenie podczas piruetu</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku</b></li> <li>4) dobrze kontrolowane, czyste pozycja(e) (uwzględnić wysokość i pozycję w powietrzu/lądowania w skoku do piruetu)</li> <li>5) kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>spirale śmierci</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>bardzo dobre pozycje obu partnerów</b></li> <li>2) <b>dobry płynność i szybkość podczas spirali (zawierająca wejście i wyjście)</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku</b></li> <li>4) dobrze kontrolowane przejście do wymaganej pozycji i wyjście</li> <li>5) dobre krawędzie zademonstrowane przez partnera i partnerkę</li> <li>6) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>Sekwencja kroków</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>dobrze zgranie i odległość pomiędzy partnerami</b></li> <li>2) <b>element pasujący do muzyki</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku z dobrą energią, płynnością i wykonaniem</b></li> <li>4) kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</li> <li>5) doskonałe zaangażowanie i kontrola całego ciała</li> <li>6) głębokie krawędzie, czyste kroki i obroty</li> </ol>
<b>sekwencja choreograficzna</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <b>kreatywność <u>i/lub</u> oryginalność</b></li> <li>2) <b>element pasujący do muzyki i odzwierciedla koncepcję / charakter programu</b></li> <li>3) <b>bez wysiłku pokazanie elementu, jako sekwencji</b></li> <li>4) dobre pokrycie tafli lodowej <u>lub</u> ciekawy rysunek</li> <li>5) dobre zgranie</li> <li>6) doskonałe zaangażowanie i kontrola całego ciała</li> </ol>