

WYJAŚNIENIA: POZIOMY TRUDNOŚCI JAZDA PARAMI, sezon 2020-2021

PODNOSENIE TWISTOWE

Cecha 1) (żabka partnerki): każda noga wyprostowana lub prawie wyprostowana co najmniej 45° od osi ciała;

Cecha 5) (ramiona partnera): wyprostowane lub prawie wyprostowane, opuszczające się po bokach do osiągnięcia co najmniej poziomu jego ramion.

PODNOSZENIA

Wyskok: Prosty: obejmuje, ale nie ogranicza się do zmiany trzymania w fazie podniesienia.

Trudny: obejmuje, ale nie ogranicza się do: wyskoku przez salto, podnoszenia tanecznego przechodzącego bezpośrednio do podnoszenia parowego bez dotknięcia lodu przez partnerkę pomiędzy obu podnoszeniami, wyskoku jednoręcznego, Monda, Ina Bauer lub spirali wykonywanej przez jedno lub oboje partnerów jako początek krzywizny, wyskoku axlowego z wewnętrznej krawędzi w 5Ali i 5Sli.

Łądowanie: Proste: łądowanie na nogę przeciwną (nie jest uznawane automatycznie), zmiana trzymania przy zejściu.

Trudne: zawiera ale nie jest ograniczona do: salt, zmiany trzymania, pozycji partnera i/lub kierunku łądowania, jednoręcznego łądowania, pozycji Monda partnera podczas zestawiania.

Wożenie: Proste: trwające co najmniej 3 sek.

Trudne: obejmuje przynajmniej jedną z następujących cech: podczas wzięcia, partner w ciągu co najmniej 3 sekund jedzie na 1 nodze lub trzyma partnerkę na jednym ręku lub wykonuje przekładanki lub wykonuje Monda lub podobny ruch. Dozwolone jest w obu programach lecz w PK nie jest liczone jako cecha i w JD liczy się tylko przy pierwszym wykonaniu.

Trudna odmiana pozycji partnerki: ruch nogi, ramienia lub górnej części ciała, który wymaga wysiłku fizycznego lub gibkości i który wpływa na równowagę głównej osi ciała. Tylko takie odmiany mogą podnosić poziom trudności.

Zmiana trzymania/pozycji partnerki wymaga jednego pełnego obrotu mężczyzny przed i po tej zmianie. Jeśli zmiana trzymania i zmiana pozycji partnerki jest wykonywana w tym samym czasie, to tylko jedna cecha poziomu będzie przyznana.

Odmiany wyskoku/łądowania, zmiany trzymania/pozycja bazowa partnerki i trudne odmiany pozycji partnerki muszą być wyraźnie inne w stosunku do wcześniej próbowanych odmian/zmian aby została uznana cecha poziomu. Zestawienie na jednej ręce może być policzone za cechę poziomu tylko raz w programie.

Cechy „zmiana trzymania/pozycja partnerki/kierunek rotacji” nie będą przyznane jeśli zostaną przerwane przez wożenie.

Cecha 5) trudne jednoręczne trzymanie partnera oznacza:

- podnoszenia w których jest tylko jeden punkt kontaktu pomiędzy mężczyzną i kobietą i ona balansuje bez asekuracji mężczyzny;
- podnoszenia z więcej niż jednym punktem kontaktu które wymagają wyjątkowego balansu i kontroli (np. w pozycji podnoszenia ”gwiazda” partnerka jest odwrócona w stosunku do partnera (patrzy w inną stronę).

SEKWENCJA KROKÓW

Typy trudnych obrotów i kroków: zwroty, zwroty odwrotne, trójki odwrotne, twizzles, pętlice i choctaws.

Takie same definicje dla minimalnych odmian, prostych odmian i odmian jak dla jazdy solowej; wymaganie musi być spełnione przez oboje partnerów.

Użycie ruchów ciała przez co najmniej 1/3 rysunku sekwencji kroków ruchów ramion, głowy, torsu, bioder i nóg mających wpływ na główną oś ciała.

Mijanie się partnerów co najmniej 3 razy na co najmniej 1/3 ale nie więcej niż 1/2 sekwencji. Partnerzy muszą pozostawać w odległości nie większej niż około 3m od siebie podczas zaliczania tej cechy.

Nie rozdzielanie się na co najmniej połowie rysunku; tylko jedna z dwóch cech może być przyznana.

Dwie trudne kombinacje 3 trudnych obrotów (zwroty, zwroty odwrotne, trójki odwrotne, twizzles, pętlice) wykonywane przez oboje partnerów w wyraźnym rytmie podczas sekwencji.

SPIRALE ŚMIERCI

Spirala śmierci ma poziom i wartość jeśli oboje partnerzy wykonają co najmniej 1 obrót w pozycji spirali (kolana partnera wyraźnie ugięte, czubek wbity i ręka w pełni wyprostowana; głowa partnerki musi osiągnąć chociaż na chwilę poziom kolana jej nogi pracującej). Dla uzyskania wyższego poziomu obydwój partnerka i partner muszą pozostać w „niskiej” pozycji przez 1 lub więcej obrotów.

„Niska” pozycja partnerki: w wewnętrznych Spiralach śmierci, niższe biodro lub pośladek i głowa nie powinny być wyżej niż jej kolano nogi pracującej;

w zewnętrznych Spiralach – głowa nie powinna być wyżej niż kolano nogi pracującej i linia ciała pomiędzy kolanem nogi pracującej a głową powinna być płaska lub w płytkim łuku.

„Niska” pozycja cyrkla partnera: pośladki nie są wyżej niż kolano nogi w cyrku.

Jakakolwiek część spirali śmierci z wyższą pozycją partnerki lub partnera nie daje wartości dla cech poziomu 2).

Zmiana trzymania przez partnerkę lub partnera jest dozwolona ale nie jest już cechą poziomu.

Zmiana cyrkla oznacza koniec Spirali śmierci.

Wejście, wyjście trudna pozycja wejścia musi być wykonana podczas gdy oboje partnerów są na krawędzi wejścia i partnerka i/lub partner przechodzi z trudnej pozycji wejścia bezpośrednio i bez opóźnienia to pozycji Spirali śmierci. Cecha jest przyznawana tylko wówczas gdy niska pozycja jest osiągnięta przez oboje partnerów podczas 1 obrotu po wbiciu czubka w lód przez mężczyznę.

Wyjście: rozpoczyna się gdy mężczyzna zaczyna uginać swoją „trzymającą” rękę w łokciu; kończy się: gdy partnerka przechodzi do pozycji pionowej.

PIRUETY SOLOWE

Cecha poziomu „Trudne wejście do piruetu” nie dotyczy typowego wejścia tyłem i typowej libelli.

Wyjaśnienia dotyczące piruetów dla solistów dotyczą również par.

Wyjazd/wyjście: Wyjście z piruetu jest definiowane jako ostatnia faza piruetu i zawiera fazę następującą bezpośrednio po piruecie.

Trudne wyjście: Jakikolwiek element łyżwiarski lub skok które powodują, że wyjście z piruetu jest wyraźnie trudniejsze.

Wyjście musi mieć wyraźny wpływ na balans, kontrolę i wykonanie piruetu.

Wyraźne zwiększenie prędkości jest zaliczane w pozycji wagi, siadanej, odchylonej, Biellmann lub trudnej odmianie pozycji stanej (z wyjątkiem piruetu skrzyżowanego).

PAROWA KOMBINACJA PIRUETÓW

Parowa kombinacja piruetów może rozpoczynać się skokiem. Każde wejście skokiem może być zaliczone jako cecha poziomu. Jeżeli nie ma 3 obrotów przed lub po zmianie nogi wykonanych przez oboje partnerów, PCoSp otrzyma znak „V”. Jeżeli nie ma próby zmiany nogi przez któregokolwiek z partnerów lub jest mniej niż 3 obroty na obu nogach wykonane przez któregokolwiek z partnerów, piruet nie będzie miał wartości „No Value”.

Trudne wyjście – wyjście do podnoszenia lub elementu obrotowego, innowacyjny ruch który powoduje, że wyjście jest trudniejsze.

Dozwolone jest podniesienie partnerki podczas piruetu lecz partner musi stać na jednej nodze. Nie jest to uznawane za ceche poziomu. Obroty wykonane podczas podniesienia partnerki liczone są do całkowitej ilości obrotów.

SKOKI WYRZUCANE, PODNOSZENIA TWISTOWE

W Programie krótkim skoki, skoki wyrzucane i podnoszenia twistowe, nie spełniające wymagań (zawierające złą ilość obrotów) nie będą miały wartości ale będą blokowały odpowiadające elementowi miejsce, jeśli jakieś jest wolne.

W Jeździe dowolnej, jeśli dodatkowy skok(i) jest wykonany, tylko ten skok(i), który jest niezgodny z wymogami regulaminowymi, nie będzie miał wartości. Skoki są uznawane w kolejności ich wykonania.

Zdegradowany (<<): Brak rotacji pół obrotu lub więcej.

Niedokreślony (<): Brak rotacji więcej niż ćwiartka lecz mniej niż pół obrotu. Skok otrzyma 80% wartości bazowej a sędziowie odejmą w GOE.

Łądowanie z ćwiartką (q): Panel techniczny przyzna znak „q”. Skok otrzyma pełną wartość bazową a sędziowie odejmą w GOE.

