

KLASA SENIOR I MŁODZIEŻOWIEC

SEZON 2021/2022

Grupy wiekowe:	Grupy podstawowe:	15+ Senior U23 Młodzieżowiec	urodzeni przed 30.06.2006r.		
	Grupy dodatkowe:	brak	urodzeni pomiędzy 01.07.1998r. a 30.06.2006r.		
Norma punktacyjna do zdobycia klasy sportowej:	Klasa I (Senior)	Solistki	47,50 pkt.		
		Soliści	50,00 pkt.		
	Klasa Mistrzowska	Solistki	53,20 pkt.		
		Soliści	55,50 pkt.		
Segmenty konkurencji:	Solistki:	Program krótki: Program dowolny:	2:40 (+/- 10 sek.) 4:00 (+/- 10 sek.)		
	Soliści:	Program krótki: Program dowolny:	2:40 (+/- 10 sek.) 4:00 (+/- 10 sek.)		
Ocenianie komponenty:	<ul style="list-style-type: none"> • Umiejętności łyżwiarские • Kroki łączące • Wykonanie • Kompozycja • Interpretacja 	Skating Skills SS	Mnożniki komponentów:	Solistki: SP 0,8	
		Transitions TR		Soliści: FP 1,6	
Odjęcia za każdy upadek:	<ul style="list-style-type: none"> • -1 pkt. (pierwszy i drugi) • -2 pkt. (trzeci i czwarty) • -3 pkt. (piąty i każdy kolejny) 	Maksymalna liczba zawodników na rozgrzewce:	6	Długość rozgrzewki:	6:00
Odjęcia za zatrzymanie się w trakcie programu:	<ul style="list-style-type: none"> • więcej niż 10 sek. do 20 sek.: -1 pkt. • więcej niż 20 sek. do 30 sek.: -2 pkt. • więcej niż 30 sek. do 40 sek.: -3 pkt. • zatrzymanie się do 3 min.; wznowienie programu od momentu zatrzymania: -5 pkt. (raz w programie) 				
W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie odpowiednio zastosowanie ma:		<ul style="list-style-type: none"> • ISU Special Regulations & Technical Rules Single & Pair Skating 			
PROGRAM KRÓTKI (SP)					
Dobrze wyważony program krótki musi zawierać:	elementy skokowe:	a) Musi być: podwójny lub potrójny Axel (2A lub 3A). b) Musi być: <ul style="list-style-type: none"> • u solistek skok potrójny (nie można powtarzać skoku z pkt a). • u solistów skok potrójny lub poczwórny (nie można powt. skoku z pkt a). c) Musi być jedna kombinacja skoków składająca się z: <ul style="list-style-type: none"> • u solistek z dwóch potrójnych lub jednego potrójnego i jednego podwójnego skoku (nie można powtarzać skoków z pkt. a i b), • u solistów z dwóch potrójnych lub jednego potrójnego i jednego podwójnego lub jednego poczwórnego i jednego podwójnego lub jednego poczwórnego i jednego potrójnego skoku (nie można powtarzać skoków z pkt. a i b). 			
	piruety:	d) Jeden musi być kombinacją piruetów z tylko jedną zmianą nogi . <ul style="list-style-type: none"> • Co najmniej 6 obrotów na każdej nodze. • Dozwolona jest tylko jedna zmiana nogi. e) Drugi musi być skokiem do piruetu w jednej pozycji . <ul style="list-style-type: none"> • Co najmniej 8 obrotów. • Zmiana nogi jest niedozwolona. • Pozycja lądowania inna niż w piruecie z pkt f). f) Trzeci musi być: <ul style="list-style-type: none"> • u solistek piruetem z odchyleniem tułowia (do boku lub do tyłu) albo piruetem siadającym albo w pozycji wagi bez zmiany nogi. - Co najmniej 8 obrotów. • u solistów piruetem siadającym albo w pozycji wagi ze zmianą nogi. - Co najmniej 6 obrotów na każdej nodze. - Dozwolona jest tylko jedna zmiana nogi. 			
	sekwencje:	g) Sekwencja kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowiska.			
Uwagi:	<p>Powtórzony skok: jeżeli ten sam skok wykonany jest jako skok solo i jako część kombinacji, to powtórzony skok nie będzie liczony (jeżeli powtórzenie występuje w kombinacji, to tylko ten jeden skok, który nie jest zgodny z powyższymi wymaganiami nie będzie liczony).</p> <p>Piruet ze zmianą nogi: jeżeli piruet nie ma co najmniej trzech (3) obrotów przed i po zmianie nogi nie spełnia wymogów dla programu krótkiego i nie otrzyma wartości (no value).</p> <p>Jeśli wykonany element nie spełnia wymagań regulaminu programu krótkiego, zostanie on uznany za niezgodny z regulaminem i nie otrzyma wartości punktowej. Będzie jednak zajmował miejsce elementu (box).</p>				

PROGRAM DOWOLNY (FP)

Dobrze wyważony program dowolny musi zawierać:	elementy skokowe: max. 7	<p>a) Musi być skok typu Axel.</p> <p>b) Mogą być nie więcej niż 3 kombinacje lub sekwencje skoków.</p> <ul style="list-style-type: none"> Kombinacja skoków może składać się z takich samych lub różnych skoków – pojedynczych, podwójnych, potrójnych lub poczwórnych. Jedna kombinacja skoków może składać się nie więcej niż z 3 skoków, a pozostałe z nie więcej niż 2 skoków. Sekwencja skoków składa się z 2 (dwóch) skoków o dowolnej liczbie obrotów, zaczynając od dowolnego skoku z listy, po którym następuje skok typu Axel z bezpośrednim krokiem od krzywej lądowania pierwszego skoku do krzywej wysokości do Axla. Euler (half-loop) może występować pomiędzy dwoma skokami z listy i jest wówczas liczony jako skok z listy z wartością zgodną ze Skalą Wartości (SOV).
	piruety: max. 3	<p>c) Trzy różne piruety, wśród których musi być:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kombinacja piruetów. <ul style="list-style-type: none"> - Co najmniej 10 obrotów łącznie. - Zmiana nogi jest dozwolona Skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem. <ul style="list-style-type: none"> - Co najmniej 6 obrotów. - Zmiana nogi jest dozwolona. Piruet tylko w jednej pozycji. <ul style="list-style-type: none"> - Co najmniej 6 obrotów. - Zmiana nogi jest dozwolona.
	sekwencje: max. 2	<p>d) Sekwencja kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowiska.</p> <p>e) Sekwencja choreograficzna.</p>
Uwagi:	<p>Każdy skok podwójny, potrójny lub poczwórny może być wykonany nie więcej niż 2 razy (jako skok osobno lub część kombinacji / sekwencji).</p> <p>Ze wszystkich typów skoków potrójnych i poczwórnych tylko dwa (2) mogą być wykonane dwukrotnie. <u>Spośród wykonanych dwukrotnie skoków tylko jeden może być skokiem poczwórnym</u>. Jeżeli przynajmniej jeden z nich jest wykonany jako część sekwencji / kombinacji skoków, oba otrzymują pełną wartość zgodnie ze Skalą Wartości (SOV). Jeżeli oba wykonania są skokami solo (niewykonanymi w kombinacji ani w sekwencji) wówczas drugi z nich otrzyma 70% wartości zgodnej ze Skalą Wartości (SOV) i zostanie oznaczony „+REP”.</p> <p>Jeżeli został wykonany dodatkowy skok, to tylko ten jeden, dodatkowy skok niezgodny z wymaganiami nie będzie miał wartości. Skoki będą rozpatrywane zgodnie z kolejnością ich wykonania.</p> <p>Piruety muszą mieć różny charakter. Jeżeli piruet ma ten sam charakter (skrót literowy) co piruet wcześniej wykonany nie otrzyma wartości, ale będzie zajmował miejsce piruetu.</p>	