

Одиночное катание “ АРТИСТИК”

По уровню катания участники соревнований в этом виде делятся на 4 группы:

Мастера, Золото, Серебро, Бронза.

Разрешается музыкальное сопровождение с вокалом. Оцениваются лишь компоненты программы (техническая оценка отсутствует). Требования:

- a) При оценке программы очень важны скорость, хорошо согнутые колени, хорошие дуги, отцентрированные вращения и грациозные движения
- b) Соревновательные группы формируются в соответствии с поданными заявками — согласно уровню и возрасту.
- c) Разнообразие шагов и элементов оценивается с точки зрения отображения музыки и темы программы на льду. Использование эффектов новизны, таких как чрезмерное использование шагов на зубцах, лежание или сидение на льду, длительная или статичная поза на обоих коленях, валяние или подпевание музыке, нежелательно. Фигурист не должен оставаться на одном месте более пяти (5) секунд.
- d) Костюмы должны соответствовать характеру музыки. Костюмы, которые содержат частицы, которые могут повредить или оставить что-либо на льду, рассматриваются как небезопасные и не допускаются.
- e) Аксель, двойные и тройные прыжки, а также каскады прыжков не разрешаются. Минимум один (1) и максимум два (2) одинарных прыжка, минимум одно (1) и максимум два (2) вращения должны быть включены в программу. Оценка прыжков и вращений основывается на их хореографическом эффекте, соответствии музыке и теме программы, а не на их сложности. Отсутствие обязательных элементов или, наоборот, превышение их разрешенного числа штрафуются (при судействе по новой системе — штраф 1.0 за каждый недопустимый элемент, включая прыжок или вращение сверх установленного лимита, и штраф 1.0 за отсутствие прыжка и/или вращения). Запрещаются прыжки типа сальто

Продолжительность программы: Время программы 2 мин. 10 сек. для уровня

Мастера и 1 мин. 40 сек. (+/-10 сек.) для уровней Золото, Серебро, Бронза.

Музыка с вокалом разрешена

Шкала оценивания элементов новая +5/-5

Группа А

<p>Младший возраст А</p> <p>с 01.07.2010 г.р. и младше</p>	<p>Продолжительность программы: 2.00 +/- 10 сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей и девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none">• Максимум 4 (четыре) прыжковых элемента, один из которых, должен быть Аксель (сольно или в каскаде или комбинации прыжков) Разрешено максимум ДВА каскада (состоящие не более, чем из двух прыжков), или комбинации прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Прыжок в один оборот или в два оборота (включая одинарный Аксель) может быть повторен только один раз в каскаде или комбинации.• Максимум 2 (два) различных вращения (с различными сокращенными обозначениями), одно из которых должно быть комбинированным вращением со сменой ноги (не менее 8 об) или без смены ноги (минимум 6 оборотов), не разрешен въезд прыжком. Другое – вращение в одной позиции со сменой (минимум 8 оборотов) или без смены ноги (минимум 6 оборотов). разрешен въезд прыжком.• Максимум одна дорожка шагов. Разрешено исполнение дорожек с ½ размера ледовой площадки <p>Уровень элементов – 2 Фактор программы – 2.5 Снижение – 0.5 Компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none">• Skating Skills• Perfomance
<p>Младший возраст А</p> <p>с 01.07.2009г.р. по 30.06.2010г.р.</p>	<p>Продолжительность программы: 2.00-2.30</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей и девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none">• Максимум 4 (четыре) прыжковых элемента, один из которых, должен быть Аксель (сольно или в каскаде или комбинации прыжков) Разрешено максимум ДВА каскада (состоящие не более, чем из двух прыжков), или комбинации прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Прыжок в один оборот или в два оборота (включая одинарный Аксель) может быть повторен только один раз в каскаде или комбинации.• Максимум 2 (два) различных вращения (с различными сокращенными обозначениями), одно из которых должно быть комбинированным вращением со сменой ноги (не менее 8 об) или без смены ноги (минимум 6 оборотов), не разрешен въезд прыжком. Другое – вращение в одной позиции со сменой (минимум 8 оборотов) или без смены ноги (минимум 6 оборотов). разрешен въезд прыжком.• Максимум одна дорожка шагов. Разрешено исполнение дорожек с ½ размера ледовой площадки <p>Уровень элементов – 2 Фактор программы – 2.5</p>

	<p>Снижение – 0.5 Компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skating Skills • Perfomance
<p>Младший возраст А</p> <p>с 01.07.2008г.р. по 30.06.2009г.р.</p>	<p>Продолжительность программы: 2.30 +/- 10сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей и девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Максимум 4 (четыре) прыжковых элементов, один из которых, должен быть Аксель (сольно или в каскаде или комбинации) Разрешено максимум ДВА каскада (состоящие не более, чем из двух прыжков), или комбинации прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Любой одинарный, двойной (включая двойной аксель) или тройной прыжок не может быть исполнен более двух раз в общем. • Максимум 2 (два) различных вращения (с различными сокращенными обозначениями), одно из которых должно быть комбинированным вращением со сменой ноги (не менее 8 об) или без смены ноги (минимум 6 оборотов), другое – вращение в одной позиции со сменой (минимум 8 оборотов) или без смены ноги (минимум 6 оборотов). В оба вращения разрешен въезд прыжком. • Максимум одна дорожка шагов с максимальным использованием ледовой площадки <p>Уровень элементов – 2 Фактор программы – 2.5 Снижение – 0.5 Компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skating Skills • Perfomance
<p>Младший возраст В</p> <p>с 1.07.2009 г.р. и моложе</p>	<p>Продолжительность программы: 2.00 +/- 10 сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей и девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Максимум 4 (четыре) прыжковых элемента, один из которых, должен быть Аксель (или перекидной). ПРЫЖКИ В ДВА И БОЛЕЕ ОБОРОТА НЕ РАЗРЕШЕНЫ. Разрешено максимум ДВА каскада (состоящие не более, чем из двух прыжков), или комбинации прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Прыжок в один оборот (включая одинарный Аксель) может быть повторен только один раз в каскаде или комбинации. • Максимум 2 (два) различных вращения (с различными сокращенными обозначениями), одно из которых должно быть комбинированным вращением со сменой ноги (не менее 8 об) или без смены ноги (минимум 6 оборотов), другое – вращение в одной позиции со сменой (минимум 8 оборотов) или без смены ноги (минимум 6 оборотов). В оба вращения разрешен въезд прыжком. • Максимум одна дорожка шагов. Разрешено исполнение дорожек с ½ размера ледовой площадки <p>Уровень элементов – 2</p>

	<p>Фактор программы – 2.5 Снижение – 0.5 Компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skating Skills • Performance
<p>Младший возраст В</p> <p>с 01.07 2008 по 30.06.2009г.р.</p>	<p>Продолжительность программы: 2.30 +/- 10 сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей и девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Максимум 4 (четыре) прыжковых элементов, один из которых, должен быть Аксель (или перекидной) РАЗРЕШЕНЫ ОДИНАРНЫЕ ПРЫЖКИ (ВКЛЮЧАЯ ОДИНАРНЫЙ АКСЕЛЬ), А ТАКЖЕ, ДВОЙНЫЕ САЛЬХОВ, ТУЛУП. Разрешено максимум ДВА каскада (состоящие не более, чем из двух прыжков), или комбинации прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Прыжок в один оборот или в два оборота (включая одинарный Аксель) может быть повторен только один раз в каскаде или комбинации. • Максимум 2 (два) различных вращения (с различными сокращенными обозначениями), одно из которых должно быть комбинированным вращением со сменой ноги (не менее 8 об) или без смены ноги (минимум 6 оборотов), другое – вращение в одной позиции со сменой (минимум 8 оборотов) или без смены ноги (минимум 6 оборотов). В оба вращения разрешен въезд прыжком. • Максимум одна дорожка шагов с максимальным использованием ледовой площадки <p>Уровень элементов – 2 Фактор программы – 2.5 Снижение – 0.5 Компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skating Skills • Performance
<p>Средний возраст (Intermediate)</p> <p>с 01.07.2007г.р. по 30.06. 2008г.р.</p>	<p>Продолжительность программы: 3.00 +/- 10 сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей и девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Максимум 5 (пять) прыжковых элементов, один из которых должен быть типа Аксель. Может быть не более двух каскадов или комбинаций прыжков. Каскады могут состоять только из двух прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Только два тройных прыжка могут быть повторены в каскаде или комбинации. Любой одинарный, двойной (включая двойной аксель) или тройной прыжок не может быть исполнен более двух раз в общем. • Максимум 2 (два) различных вращения с разной аббревиатурой, одно из которых должно быть комбинированное вращение со сменой ног (минимум 8 оборотов, въезд прыжком не разрешен) Другое должно быть прыжком во вращение (минимум 6 оборотов), или вращение со сменой ног в одной позиции, начинающееся с прыжка (минимум 8 оборотов) • Максимум одна дорожка шагов с максимальным использованием ледовой площадки

	<p>Уровень элементов – 2 Фактор программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Девушки – 1.7 • Юноши – 2.0 <p>Снижение – 0.5 Компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skating Skills • Performance • Interpretation
<p>Старший возраст (Advance Novice)</p> <p>с 1.07.2005 г.р. по 30.06.2007 г.р.</p>	<p>Короткая программа: Продолжительность программы: 2.20 +/- 10 сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Одинарный или Двойной Аксель • Двойной или тройной прыжок, (не повторяющий прыжок п.1) которому непосредственно предшествуют соединительные шаги. • Каскад прыжков, состоящий из двух двойных или двойного и тройного прыжков, отличающихся от прыжков п.1 и 2 • Вращение Заклон назад или в сторону, или вращение в другой базовой позиции без смены ног (не менее 6 (шесть) оборотов). Заход прыжком не разрешается • Комбинированное вращение только с одной сменой ноги. (минимум 5 (пять) оборотов на каждой ноге). Въезд прыжком разрешен. • Одна дорожка шагов с максимальным использованием ледовой поверхности <p>Хорошо сбалансированная программа для юношей состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Одинарный или Двойной Аксель • Двойной или тройной прыжок, (не повторяющий прыжок п.1) которому непосредственно предшествуют соединительные шаги. • Каскад прыжков, состоящий из двух двойных или двойного и тройного прыжков, отличающихся от прыжков п.1 и 2 • Вращение со сменой ног в либеле или в волчке или стоя (не менее 5 оборотов на каждой ноге). Заход прыжком не разрешается • Комбинированное вращение только с одной сменой ноги. (минимум 5 (пять) оборотов на каждой ноге). Въезд прыжком разрешен. • Одна дорожка шагов с максимальным использованием ледовой поверхности
	<p>Произвольная программа: Продолжительность программы: 3.00 +/- 10 сек</p> <p>Хорошо сбалансированная программа для девушек состоит из:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Максимум 6 (шесть) прыжковых элементов, один из которых должен быть типа Аксель. Может быть не более двух каскадов или комбинаций прыжков. Каскады могут состоять только из двух прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Только два тройных прыжка могут быть повторены в каскаде или или

комбинации. Любой одинарный, двойной (включая двойной аксель) или тройной прыжок не может быть исполнен более двух раз в общем.

- Максимум ДВА вращения, с разной аббревиатурой, одно из которых должно быть комбинированное вращение со сменой ног (минимум 8 оборотов, въезд прыжком не разрешен) Другое должно быть прыжком во вращение (минимум 6 оборотов), или вращение со сменой ног в одной позиции, начинающееся с прыжка (минимум 8 оборотов)
- Максимум одна дорожка шагов с максимальным использование ледовой поверхности.

Хорошо сбалансированная программа для юношей состоит из:

- Максимум 6 (шесть) прыжковых элементов, один из которых должен быть типа Аксель. Может быть не более двух каскадов или комбинаций прыжков. Каскады могут состоять только из двух прыжков. Комбинация состоит из двух прыжков, начинаясь с любого прыжка, и немедленно следующего за ним прыжка типа Аксель, с непосредственным переходом из дуги приземления первого прыжка в толчковую дугу прыжка типа Аксель. Только два тройных прыжка могут быть повторены в каскаде или комбинации. Любой одинарный, двойной (включая двойной аксель) или тройной прыжок не может быть исполнен более двух раз в общем.
- Максимум ДВА вращения, с разной аббревиатурой, одно из которых должно быть комбинированное вращение со сменой ног (минимум 8 оборотов, въезд прыжком не разрешен) Другое должно быть прыжком во вращение (минимум 6 оборотов), или вращение со сменой ног в одной позиции, начинающееся с прыжка (минимум 8 оборотов)
- Максимум одна дорожка шагов с максимальным использование ледовой поверхности.

Уровень элементов – 3

Фактор программы:

Короткая программа

- Девушки – 0.8
- Юноши – 0.9

Произвольная программа

- Девушки – 1.6
- Юноши – 1.8

Снижение – 0.5

Компоненты:

- Skating Skills
- Transition
- Perfomance
- Interpretation

Юніори
Сеньори

Діють правила ІСУ на даний сезон

Танці на льоду

Діють правила ІСУ на даний сезон

Шкала оценивания элементов новая +5/-5

«Дуэты»

Продолжительность программы:

Pre-novice (до 12 лет) — 2.30 +/- 10 сек

Novice (старше 12 лет) — 2.50 мин +/- 10 сек

Adult (старше 18 лет) — 2.50 мин +/- 10 сек

Могут состоять из мужчины и женщины, женщины и женщины, мужчины и мужчины.

Крупногабаритный реквизит использовать запрещено.

Хорошо сбалансированная программа состоит из следующих элементов:

- Максимум один (1) сольный прыжок, разрешены прыжки вальсовый, в один оборот, в два оборота.
- Максимум один (1) каскад прыжков, состоящий максимум из двух (2) прыжков, или одна (1) комбинация последовательных прыжков, состоящая максимум из двух (2) прыжков.
- Максимум одно парное вращение. Комбинированное вращение разрешено, смена ноги разрешена. Вращения должны иметь обязательный минимум оборотов: три (3) оборота для вращения в одной позиции и шесть (6) для парного комбинированного вращения.
- Максимум одно параллельное вращение в одной позиции, не менее трех оборотов.
- Одна хореографическая последовательность, состоящая минимум из двух позиций (по 3 счета каждая (минимум 10 м)) либо одной позиции на шесть счетов (минимум 20 м) со сменой ребра. Будет иметь фиксированную стоимость и будет оцениваться судьями в ГОЕ.
- Креативный элемент (провозка, поддержка, выброс). Поддержки над головой запрещены.

Уровень элементов – 2

Снижения – 0.5

Фактор программы - 1.6

Компоненты программы:

- Уровень катания
- Представление/Исполнение.
- Хореография/Композиция.
- Интерпретация музыки/Музыкальность.

"Intermediate"

Для спортсменов, занимающихся более одного года до двух лет

Продолжительность программы 1.20+/-10

Музыка с вокалом разрешена

Хорошо сбалансированная программа включает в себя следующие элементы:

- Максимум 2 прыжковых элемента (Сальхов, Тулуп). **Одинарный ритбергер, флип, лутц, аксель, двойные и тройные прыжки запрещены**
- Максимум одно вращение в одной позиции. **Смена ноги запрещена.**
- Одна хореографическая (ChSq) последовательность, покрывающая минимум 50% поверхности льда. Состоит минимум из двух позиций по три счета каждая (не менее 10м) либо одной позиции на шесть счетов (не менее 20 м) со сменой ребра. Будет иметь фиксированную стоимость и будет оцениваться судьями в ГОЕ.

Выполнение соединительных шагов на протяжении всей программы

Уровень элементов – Базовый

Снижение 0.5

Фактор программы 1.6

Компоненты программы:
Интерпретация музыки/Музыкальность.

«Pre-Bronze»

Для новичков, занимающихся более одного года до двух лет
Продолжительность программы 1.30+/-10

Хорошо сбалансированная программа включает в себя следующие элементы:

- Максимум 3 прыжковых элемента
- Максимум 1 каскад, состоящий из двух прыжков. **Каскад из трех прыжков запрещен.**
- **Перекидной прыжок разрешен**
- **Одинарный флип, лутц, аксель, двойные и тройные прыжки запрещены**
- Максимум два (2) типа вращений с разной аббревиатурой. **Комбинированные вращения запрещены. Смена ноги запрещена.**
- Одна хореографическая (ChSq) последовательность, покрывающая минимум 50% поверхности льда. Состоит минимум из двух позиций по три счета каждая (не менее 10м) либо одной позиции на шесть счетов (не менее 20 м) со сменой ребра. Будет иметь фиксированную стоимость и будет оцениваться судьями в ГОЕ.

Выполнение соединительных шагов на протяжении всей программы (джексон, тройки 7,8,9,10, вальсовая, кораблик, моухок)

Уровень элементов - Базовый

Фактор программы 1.6

Снижение 0.5

Компоненты программы:

- Уровень катания
- Хореография/Композиция.
- Интерпретация музыки/Музыкальность.

«Bronze»

Продолжительность программы: 1 мин 40 сек. +/-10

Музыка с вокалом разрешена.

- Максимум четыре (4) прыжковых элемента. Разрешено исполнять только одинарные прыжки, не разрешается включать в программу прыжки типа Аксель, а так же двойные и тройные прыжки. Каскад прыжков может состоять из одинаковых или разных одинарных прыжков. Возможно исполнение до двух (2) каскадов или комбинаций последовательных прыжков в произвольной программе. Каскады могут состоять максимум из двух прыжковых элементов. Комбинация последовательных прыжков может состоять из любого количества одинарных прыжков, они могут соединяться непредписанными прыжками, такими как «mazurka» и т.д. и/или подпрыгиванием, идущим сразу друг за другом с сохранением ритма прыжка; не допускаются шаги / тройки, перебежка или основной шаг, изменения направления, во время исполнения комбинации последовательных прыжков. Обратите внимание, что прыжок ойлер в комбинации последовательных прыжков с любыми другими предписанными прыжками будет засчитан как каскад. Любые сольные прыжки могут повториться только однажды и это повторение должно быть сделано в каскаде или в комбинации последовательности прыжков. Непредписанные прыжки могут быть включены в программу как часть связующих шагов программы, предшествуя одинарным прыжкам.
- Максимум два (2) типа вращений, с разной аббревиатурой, одно из которых должно быть в одной позиции без смены ноги. Вращения должны иметь обязательный минимум оборотов: три (3) для вращений в одной позиции без смены ноги и четыре (4) для комбинированного вращения без смены ноги, а так же шесть (3+3) для комбинированного вращения со сменой ног. Прыжок во вращение не разрешен. Должно быть минимум два (2) оборота в каждой позиции или позиция не будет засчитана. Перед сменой ноги должна предшествовать позиция с не менее чем 3 оборотами, если это требование не выполняется, то позиция не

будет защитана.

- Максимум одна хореографическая (ChSq) последовательность, покрывающая минимум 50% поверхности льда. Состоит минимум из двух позиций. Только первая исполненная Хореографическая последовательность будет засчитана в техническую оценку. Имеет фиксированную базовую стоимость и будет оценена судьями в ГОЕ. Дополнительная хореографическая последовательность или дорожка шагов не будет засчитана в техническую оценку, но будет засчитана как связующие шаги программы и оцениваться как таковые.

Уровень элементов 1

Фактор программы 1.6

Снижение 0.5

Компоненты программы:

- Уровень катания
- Хореография/Композиция.
- Интерпретация музыки/Музыкальность.

«Silver»

Продолжительность программы 2 мин 00 сек +/-10

Музыка с вокалом разрешена.

- Максимум пять (5) прыжковых элементов. **Одинарный Аксель или другие одинарные прыжки разрешены. Тройные или двойные прыжки запрещены.** Каскад прыжков может состоять из одинаковых или разных одинарных прыжков. Возможно исполнение до двух каскадов или комбинаций последовательных прыжков в произвольной программе. Один каскад может содержать до трех (3) предписанных прыжков, другой - до двух (2) предписанных прыжков. Комбинация последовательных прыжков может состоять из любого количества прыжков, они могут соединяться непредписанными прыжками, такими как «mazurka» и т.д. и/или подпрыгиванием, идущим сразу друг за другом с сохранением ритма прыжка ; не допускаются шаги / тройки, перебежка или основной шаг, изменения направления, во время исполнения комбинации последовательных прыжков. Обратите внимание, что прыжок ойлер в комбинации последовательных прыжков с любыми другими предписанными прыжками будет засчитан как каскад. Любые сольные прыжки могут повториться только однажды и это повторение должно быть сделано или в каскаде, или в комбинации последовательных прыжков. Непредписанные прыжки могут быть включены в программу как часть связующих шагов программы, предшествуя одинарным прыжкам или прыжкам типа аксель.
- Максимум два (2) типа вращений, один из которых должен быть комбинированным вращением со сменой ноги. Вращения должны иметь обязательный минимум оборотов: три (3) для прыжка во вращение без смены ноги после приземления, три (3) для вращений в одной позиции без смены ноги и четыре (4) для комбинированного вращения без смены ноги, а так же восемь (4+4) для комбинированного вращения со сменой ног или вращения в одной позиции со сменой ног. Должно быть минимум два (2) оборота в каждой позиции или позиция не будет засчитана. Перед сменой ноги должна предшествовать позиция с не менее чем 3 оборотами, если это требование не выполняется, то позиция не будет защитана.
- Максимум одна дорожка шагов (по кругу, по прямой линии или по серпантину. В случае, исполнения дорожки шагов **по кругу** (полный круг). Только первая исполненная дорожка шагов будет засчитана в техническую оценку. Дополнительная дорожка шагов не будут засчитаны в техническую оценку, но будут засчитаны как связующие шаги программы и отмечены как таковые.

Уровень элементов 2

Фактор программы 1.6

Снижение 1.0

Компоненты программы:

- Уровень катания

- Хореография/Композиция.
- Интерпретация музыки/Музыкальность.

«Gold»

Продолжительность программы 2 мин 40 сек +/-10

Музыка с вокалом разрешена

- Максимум шесть (6) прыжковых элементов, содержащих одинарные или двойные прыжки, (включая Аксель), **исключая двойной Флип, двойной Лутц и двойной Аксель.** Каскад прыжков может состоять из одинаковых или разных одинарных, или двойных прыжков, исключая прыжки перечисленные выше. Возможно исполнение до трех каскадов или комбинаций последовательных прыжков в произвольной программе. Один каскад может содержать до трех (3) перечисленных прыжков, остальные два - до двух (2) перечисленных прыжков. **Комбинация** последовательных прыжков может состоять из любого количества одинарных или двойных прыжков, исключая двойной Флип, двойной Лутц, двойной Аксель и все тройные прыжки. Они могут быть соединены непредписанными прыжками, такими как «mazurka» и т.д. и/или подпрыгиванием, идущим сразу друг за другом с сохранением ритма прыжка; не допускаются шаги/тройки, перебежка или основной шаг и изменения направления во время комбинации последовательных прыжков. Обратите внимание, что ойлер в комбинации последовательных прыжков с любыми другими предписанными прыжками будет засчитан как каскад. Любые сольные прыжки могут повториться только однажды и это повторение должно быть сделано или в каскаде или в комбинации последовательных прыжков. Непредписанные прыжки могут быть включены в программу как часть связующих шагов программы, предшествуя одинарным либо двойным прыжкам.
- Максимум три (3) типа вращений, один из которых должен быть комбинированным вращением со сменой ноги, второй - прыжок во вращение. Вращения должны иметь обязательный минимум оборотов: четыре (4) для прыжка во вращение без смены ноги после приземления, четыре (4) для вращений в одной позиции без смены ноги и четыре (4) для комбинированного вращения без смены ноги, а так же восемь (4+4) для комбинированного вращения со сменой ноги или вращение в одной позиции со сменой ноги. Должно быть минимум два (2) оборота в каждой позиции или позиция не будет засчитана. Перед сменой ноги должна предшествовать позиция с не менее чем 3 оборотами, если это требование не выполняется, то позиция не будет засчитана.
- максимум одна дорожка шагов (по кругу, по прямой линии или по серпантину) Только первая исполненная дорожка шагов будут засчитаны в техническую оценку. Дополнительная дорожка шагов не будет засчитана как дорожка шагов, но будет засчитана как связующие шаги программы и оцениваться как таковые.

Фактор программы 1.6

Снижение 1.0

Компоненты программы:

- Уровень катания
- Переходы/Связующие шаги и работа ног.
- Представление/Исполнение.
- Хореография/Композиция.
- Интерпретация музыки/Музыкальность.

«Master»

Продолжительность программы 3 мин +/-10

Музыка с вокалом разрешена.

- Максимум шесть (6) прыжковых элементов, один из которых должен быть Аксель. Разрешаются одинарные, двойные и тройные прыжки. Каскад прыжков может состоять из одинаковых или разных одинарных, двойных или тройных прыжков. Возможно исполнение до трех каскадов или комбинаций в произвольной программе. Один каскад может содержать

до трех (3) предписанных прыжков, остальные два до двух (2) предписанных прыжков. Комбинация последовательных прыжков может состоять из любого количества прыжков, равно как и количество оборотов в них, они могут соединяться непредписанными прыжками, такими как «mazurka» и т.д. и/или подпрыгиванием, идущим сразу друг за другом, с сохранением ритма прыжка ; не допускаются шаги / тройки, перебежка или основной шаг, изменения направления. Обратите внимание, что ойлер в комбинации последовательных прыжков с любыми другими предписанными прыжками будет засчитан как каскад. Любые сольные прыжки могут повториться только однажды и это повторение должно быть сделано или в каскаде, или в комбинации последовательных прыжков. Непредписанные прыжки могут быть включены в программу как часть связующих шагов.

- Максимум три (3) типа вращений, один из которых должен быть комбинацией вращений со сменой ноги, второй - прыжок во вращение. Вращения должны иметь обязательный минимум оборотов: пять (5) для прыжка во вращение без смены ноги после приземления, пять (5) для вращений в одной позиции без смены ноги и пять (5) для комбинированного вращения без смены ноги, а так же восемь (4+4) для комбинированного вращения со сменой ноги или вращения в одной позиции. Должно быть минимум два (2) оборота в каждой позиции или позиция не будет засчитана. Перед сменой ноги должна предшествовать позиция с не менее чем 3 оборотами, если это требование не выполняется, то позиция не будет засчитана.
- Максимум одна дорожка шагов (по кругу, по прямой линии или по серпантину. Только первая исполненная дорожка шагов будет засчитана в техническую оценку. Дополнительная дорожка шагов не будет засчитана в техническую оценку, но будет засчитана как связующие шаги программы и отмечены как таковые.

Фактор программы 1.6

Снижение 1.0

Компоненты программы:

- Уровень катания
- Переходы/Связующие шаги и работа ног.
- Представление/Исполнение.
- Хореография/Композиция.
- Интерпретация музыки/Музыкальность.

Шкала оценивания +3/-3

«Beginners Elements»

Для новичков, которые занимаются фигурным катанием от 4-х месяцев до одного года. Без музыкального сопровождения.

Элементы выполняются в том порядке, в котором указаны ниже, подряд:

1. Скользящий шаг «Ёлочка»
2. Саночки (Саночки с выпрыгиванием плюсуется в GOE, если выполнены хорошо)
3. «Фонарики» вперед
4. «Фонарики» назад
5. «Цапелка» на правой ноге
6. «Цапелка» на левой ноге
7. «Змейка» вперед
8. «Змейка» назад
9. Прыжки с поворотом на 180 гр. с двух ног на две
10. Глубокий выпад вперед
11. Прыжок «Козлик»
12. Вращение «Циркуль» (не менее двух оборотов- «отталкиваний»), переходящий во Вращение на двух ногах (не менее двух оборотов)

Оценивается только техническая часть программы.

Разрешено демонстратору находиться на ледовой площадке.

Стоимость элементов:

		-3	-2	-1	0	1	2	3
Elochka		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Sanochki		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Fonarik_vpered		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Fonarik_nazad		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Tsapelka_naPravoy		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Tsapelka_naLevoy		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Zmejka_vpered		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Zmejka_nazad		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Tur		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Vipad_vpered		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Kozlik		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Vrashenie		-0.2	-0.2	-0.1	0.2	0.1	0.1	0.1

«Beginners»

Для новичков, которые занимаются фигурным катанием от 4-х месяцев до одного года.

Продолжительность программы 1.10+/-10с

Хорошо сбалансированная программа включает в себя следующие связки элементов, обязательные к исполнению:

1. Скользящий шаг «Ёлочка» + Элемент «Саночки» («Саночки» с выпрыгиванием)
2. Элемент «Фонарики» вперед + «Цапелка» на любой ноге + Элемент «Фонарики» назад
3. Вращение «Циркуль» + вращение на двух ногах **либо** Вращение «Циркуль» + вращение на одной ноге в позиции «Цапелка»
4. «Змейка» вперед + «Змейка» назад.

ВНИМАНИЕ: выполняется перенос центра тяжести с ноги на ногу широко по дугам. Перетяжка на двух ногах не разрешена.

5. Прыжок «Козлик» + Глубокий выпад ходом вперед **либо** Прыжок «Козлик» + Глубокий выпад ходом вперед + Глубокий выпад ходом назад
 6. Вальсовая тройка + Вальсовый прыжок (Перекидной)

**Одинарные и более сложные прыжки запрещены.
 Другие элементы в программе оцениваться не будут.**

Связки могут выполняться в любом порядке, но элементы в самой связке должны выполняться в том порядке, в котором они предписаны.

Все элементы выполняются на три счета, если в таблице не обозначены другие требования.

Компоненты программы: Интерпретация музыки/Музыкальность.

Фактор программы: 1,6

	Связки элементов	GOE	Комментарии
1	Скользящий шаг «Ёлочка» вперед + «Саночки» («Саночки» с выпрыгиванием)	-3	Падение
		-1 до -3	Плохое качество шагов, поворотов, позиций
		-1 до -2	Спотыкание
		0	1. Правильное отталкивание ноги в скользящем шаге «Ёлочка» 2. Правильный «угол» посадки опорной ноги в скользящем шаге «Ёлочка» 3. Правильная линия свободной ноги в скользящем шаге «Ёлочка» 4. Правильный «угол» посадки в элементе «Саночки» - бедро параллельно ледовой поверхности 6. Необходимое расстояние между стопами в элементе «Саночки» 7. Правильная осанка в обоих элементах связки 8. Выполнение всех элементов не менее чем на три счета
		+1 выполнение не менее двух пунктов +2 выполнение не менее 4 пунктов +3 выполнение 6 и более пунктов	1. хорошие энергия и исполнение 2. хорошая скорость или ускорение во время исполнения элементов связки 3. наличие глубоких чистых ребер (включая въезды и выезды из всех поворотов) 4. хороший контроль и участие всего тела при аккуратности шагов 5. необычность и оригинальность 6. выполнение элемента без видимых усилий 7. элемент подчеркивает музыкальную структуру 8. Выполнение части связки «Саночки» с выпрыгиванием: будет защищен в случае выполнения динамично, на высоту не менее 30 см не менее трех раз

2	«Фонарики» вперед + «Цапелка» на любой ноге + «Фонарики» назад	-3	Падение
		-1 до -3	Плохое качество шагов, поворотов, позиций
		-1 до -2	Спотыкание
		0	1. Правильные «пружинные» приседания в «Фонарике» от колена 2. Необходимая скорость выталкивания их «Фонарика» 3. В элементе «Цапелка» свободная нога прижата к опорной ботинком, (носочком вниз) в области колена. 4. В элементе «Цапелка» опорная нога прямая 5. В элементе «Цапелка» удержание равновесия верхней части туловища. 6. Правильная осанка в обоих элементах связки 7. Выполнение всех элементов не менее чем на три счета
		+1 выполнение не менее двух пунктов +2 выполнение не менее 4 пунктов +3 выполнение 6 и более пунктов	1. хорошие энергия и исполнение 2. хорошая скорость или ускорение во время исполнения элементов связки 3. наличие глубоких чистых ребер (включая въезды и выезды из всех поворотов) 4. хороший контроль и участие всего тела при аккуратности шагов 5. необычность и оригинальность 6. выполнение элемента без видимых усилий 7. элемент подчеркивает музыкальную структуру 8. выполнение элемента «Цапелка» ходом назад в правильной позиции не менее чем на три счета
3	Вращение «Циркуль» + вращение на двух ногах Базовый уровень	-3	Падение
	Вращение «Циркуль» + вращение на одной ноге в позиции «Цапелка» Первый уровень	-2	Касание льда двумя руками
	Необходимо выполнить не менее трех оборотов во всех позициях	-1 до -3	1. Плохая/неловкая, неэстетичная позиция 2. Смещение во время вращения 3. Медленно или снижение скорости
		-1 до -2	1. Касание льда свободной ногой/одной рукой 2. Меньше требуемого числа оборотов
		0	1. Необходимое минимальное число оборотов. 2. Удержание зубца на одном месте в элементе «Циркуль»

			<p>3. Правильная осанка в обоих элементах.</p> <p>4. Правильное положение туловища, головы и группировка во время вращения.</p> <p>5. Правильный выезд из вращения (длина и позиция)</p>
		<p>+1 выполнение не менее двух пунктов</p> <p>+2 выполнение не менее 4 пунктов</p> <p>+3 выполнение 6 и более пунктов</p>	<p>1. хорошая скорость или ускорение во время вращения</p> <p>2. способность быстро установить центровку вращения</p> <p>3. сбалансированность вращения во всех позициях</p> <p>4. явно большее, чем необходимое, число оборотов</p> <p>5. необычность и оригинальность</p> <p>6. хороший контроль во всех фазах вращения</p> <p>7. соответствие элемента музыкальной структуре</p>
4	«Змейка» на двух ногах вперед + «Змейка» на двух ногах назад	-3	Падение
		-1 до -3	Плохое качество шагов, поворотов, позиций
		-1 до -2	Спотыкание
		0	<p>1. В элементе «Змейка» перенос Центра Тяжести с ноги на ногу в сидячем положении.</p> <p>2. Длина и ширина дуг. Геометрия дуг.</p> <p>3. Правильная осанка.</p>
		<p>+1 выполнение не менее двух пунктов</p> <p>+2 выполнение не менее 4 пунктов</p> <p>+3 выполнение 6 и более пунктов</p>	<p>1. хорошие энергия и исполнение</p> <p>2. хорошая скорость или ускорение во время исполнения элементов связки</p> <p>3. наличие глубоких чистых ребер (включая вьезды и выезды из всех поворотов)</p> <p>4. хороший контроль и участие всего тела при аккуратности шагов</p> <p>5. необычность и оригинальность</p> <p>6. выполнение элемента без видимых усилий</p> <p>7. элемент подчеркивает музыкальную структуру</p>
5	«Козлик» + глубокий выпад вперед Базовый уровень	-3	Падение
	«Козлик» + глубокий выпад вперед + глубокий выпад назад Первый уровень	-1 до -3	Плохое качество шагов, поворотов, позиций
		-1 до -2	Спотыкание
		0	<p>1. Высота прыжка "Козлик".</p> <p>2. Маховое движение ногой.</p>

			<p>3. Скорость выполнения прыжка «Козлик».</p> <p>4. В элементе «Выпад» правильный «угол» посадки опорной ноги — бедро параллельно ледовой поверхности</p> <p>5. Правильная линия свободной ноги в выпаде</p> <p>6. Правильная осанка в обоих элементах связки</p> <p>7. Выполнение всех элементов не менее чем на три счета</p>
		<p>+1 выполнение не менее двух пунктов</p> <p>+2 выполнение не менее 4 пунктов</p> <p>+3 выполнение 6 и более пунктов</p>	<p>1. хорошие энергия и исполнение</p> <p>2. хорошая скорость или ускорение во время исполнения элементов связки</p> <p>3. наличие глубоких чистых ребер (включая въезды и выезды из всех поворотов)</p> <p>4. хороший контроль и участие всего тела при аккуратности шагов</p> <p>5. необычность и оригинальность</p> <p>6. выполнение элемента без видимых усилий</p> <p>7. элемент подчеркивает музыкальную структуру</p>
6	Вальсовая тройка + Вальсовый прыжок	-3	<p>1. Падение</p> <p>2. Приземление на две ноги</p>
		-2 до -3	Вываливание на приземлении с прыжка
		-2	Касание льда двумя руками
		-1 до -2	<p>1. Плохая скорость, высота, длинна, позиция в воздухе, качество движений</p> <p>2. Длинная подготовка</p> <p>3. Плохой отрыв</p> <p>4. Слабое приземление (плохая позиция, неправильное ребро, скоблежка зубцами)</p>
		-1	Касание льда одной рукой/свободной ногой
		0	<p>1. Реберность выполнения вальсовых троек</p> <p>2. Длина и ширина дуг на вальсовых тройках</p> <p>3. Правильная осанка</p> <p>4. Правильный заход на прыжок (скорость, кривизна дуги).</p> <p>5. Правильная высота и положение в воздухе.</p> <p>6. Правильный выезд из прыжка (длина и позиция).</p>
		<p>+1 выполнение не менее двух пунктов</p> <p>+2 выполнение не менее 4 пунктов</p> <p>+3 выполнение 6</p>	<p>1. хорошая высота и длина</p> <p>2. хорошая растяжка на приземлении</p> <p>3. хорошая плавность на въезде</p> <p>4. хорошие энергия и исполнение</p> <p>5. хорошая скорость или ускорение во время исполнения элементов связки</p> <p>6. выполнение всего элемента без видимых усилий</p> <p>7. соответствие элемента музыкальной структуре</p>

		и более пунктов	
7	Интерпретация музыки/Музыкальность.	Личностный и творческий «перевод» ритма, характера и содержания музыки в движения на льду.	<ul style="list-style-type: none"> - Непринужденность движений в соответствии с музыкой (согласованность с музыкой, музыкальность); - Выражение стиля музыки, её характера и ритма; - Движения, отражающие характер музыки; - Пригодность музыки.

Стоимость элементов:

		-3	-2	-1	0	1	2	3
Elochka + Sanochki	ESB	-0.3	-0.2	-0.1	0.4	+0.2	+0.4	+0.6
Fonarik_vpered + Tsapelka + Fonarik_nazad	FTsFB	-0.3	-0.2	-0.1	0.4	+0.2	+0.4	+0.6
Zmejka_vpered + Zmejka_nazad	ZB	-0.4	-0.2	-0.1	0.6	+0.2	+0.4	+0.6
Tsirkul + Vrashenie	TsSpB	-0.9	-0.6	-0.3	1.0	+0.5	+1.0	+1.5
	TsSp1	-0.9	-0.6	-0.3	1.2	+0.5	+1.0	+1.5
Kozlik + Vipad	KVB	-1.1	-0.7	-0.5	1.4	+0.5	+0.7	+1.4
	KV1	-1.1	-0.7	-0.5	1.6	+0.5	+0.7	+1.4
Troyka + Perekidnoj	TrW	-1.7	-1.1	-0.5	2.0	+0.8	+1.7	+2.5