

## REGULAMIN KATEGORII JUNIOR I SENIOR SOLIŚCI I SOLISTKI sezon 2018/2019

### 1. Wymagania ogólne:

- a) W zawodach krajowych w kategorii Junior i Senior stosuje się postanowienia zawarte w regulaminach ISU dla tych kategorii, chyba że niniejszy regulamin stanowi inaczej.
- b) Od momentu wywołania na start zawodnik ma **30 sekund na przyjęcie pozycji startowej**.  
Jeżeli zawodnik pomiędzy wywołaniem na start a przyjęciem pozycji startowej doznał kontuzji lub znalazł się w innej niekorzystnej sytuacji związanej z nim lub ze sprzętem uniemożliwiającym jazdę, stosuje się Przepis 350, pkt. 2 Specjalnych Regulacji ISU (*Rule 350 p. 2 ISU Special Regulations Single & Pair Skating & Ice Dance*). Jeżeli 60 sekund jest niewystarczającym czasem dla naprawienia zaistniałej sytuacji, to Sędzia główny konkurencji pozwala na dodatkowy czas do 3 min. stosując odjęcie, za całą przerwę zgodnie z Przepisem 515 pkt. 3. lit. b) Specjalnych Regulacji ISU (*Rule 515 p. 3 b) ISU Special Regulations Single & Pair Skating & Ice Dance*).
- c) **Kombinacja piruetów** musi zawierać co najmniej dwie (2) różne pozycje bazowe z co najmniej dwoma (2) obrotami w każdej z nich, w dowolnym miejscu piruetu. Aby otrzymać pełną wartość kombinacja piruetów musi zawierać wszystkie trzy (3) pozycje bazowe. Kombinacja piruetów z tylko dwoma (2) pozycjami bazowymi jest oznaczana znakiem „V”.
- d) Wszystkie **piruety ze zmianą nogi** muszą mieć co najmniej trzy (3) obroty na każdej nodze. Jeśli wymaganie to nie jest spełnione:
  - w programie krótkim                      - piruet nie otrzymuje wartości (*no value*)
  - w programie dowolnym                 - piruet zostaje oznaczany znakiem „V”
- e) W **piruecie w jednej pozycji ze zmianą nogi** muszą zostać wykonane co najmniej dwa (2) obroty w pozycji bazowej na każdej nodze. Jeśli wymaganie to nie jest spełnione:
  - w programie krótkim                      - piruet nie otrzymuje wartości (*no value*)
  - w programie dowolnym                 - piruet zostaje oznaczany znakiem „V”
- f) W **skoku do piruetu w jednej pozycji bez zmiany nogi** wymagany jest wyraźny skok zarówno w programie krótkim jak i w dowolnym. Jeśli wymaganie to nie jest spełnione piruet zostaje oznaczany znak „V”.
- g) W **sekwencji kroków** tylko pierwsza próba wykonania bloku na danej nodze może być zaliczona. Nieczyste wykonanie uniemożliwia zaliczenie cechy na poziom. Blok może składać się z dowolnej liczby obrotów jednak aby zaliczyć cechę trzy (3) następujące po sobie obroty muszą być wykonane czysto.
- h) **Wartość bazowa skoków wykonanych w drugiej części programu zostaje przemnożona przez mnożnik 1,1x (bonus), z poniższym zastrzeżeniem:**
  - program krótki                                 - tylko jeden (1) ostatni element skokowy wykonany w drugiej części programu otrzymuje bonus
  - program dowolny                               - tylko trzy (3) ostatnie elementy skokowe wykonane w drugiej części programu otrzymują bonus
- i) Od sezonu 2018/2019 w programie krótkim w kategorii Junior i Senior nie stosuje się wymogu wykonywania skoku bezpośrednio po krokach lub innych, podobnych elementach.
- j) Od sezonu 2018/2019 skok będzie uznany, jako dokręcony (*underrotated*) jeżeli brakuje ¼ obrotu lecz nie mniej niż ½ obrotu (<).
- k) Elementami niedozwolonymi są wyłącznie: salto, podnoszenia z niedozwolonym uchwytem.
- l) **Boczna odmiana pozycji piruetu siadanego (*sit side*) będzie uznawana za trudną wtedy, kiedy połączona jest z ruchem ciała, nogi, ramienia, rąk lub głowy, które wymagają siły fizycznej lub gibkości i mają wpływ na położenie głównej osi ciała.**
- m) **Tzw. „windmill” (wiatrak) jest uznawany za trudną odmianę wtedy, kiedy jest ruchem, który wymaga siły fizycznej lub gibkości i ma wpływ na położenie głównej osi ciała.**

## 2. Wymagania wiekowe w zawodach krajowych:

- Senior: nie ma ograniczenia wieku dla zawodników w kategorii seniora
- Junior: nieukończone 19 lat do dnia 01.07.2018 r. (urodzeni po 01.07.1999 r.)

## 3. Odjęcia za zatrzymania się podczas programu:

- więcej niż 10 sek do 20 sek - 0,5 pkt.
- więcej niż 20 sek do 30 sek - 1,0 pkt.
- więcej niż 30 sek do 40 sek - 1,5 pkt.
- ponad 40 sek - 2,0 pkt.
- zatrzymanie do 3 minut, wznowienie od momentu zatrzymania się - 2,5 pkt. raz w programie

## 4. Odjęcia za upadki:

- a) Senior
  - 1 pkt. za pierwszy i drugi upadek
  - 2 pkt. za trzeci i czwarty upadek
  - 3 pkt. za piąty i każdy kolejny upadek
- b) Junior
  - 1 pkt. za każdy upadek zawodnika

## 5. Segmenty w kategoriach Junior i Senior:

- a) Senior (Solistki i Soliści):
  - program krótki - 2:40 (+/- 10 sek.) SP
  - program dowolny - 4:00 (+/- 10 sek.) FS
- b) Junior (Solistki i Soliści):
  - program krótki - 2:40 (+/- 10 sek.) SP
  - program dowolny - 3:30 (+/- 10 sek.) FS

## 6. Komponenty oceniane w kategorii Junior i Senior:

- a) umiejętności łyżwiarskie skating skills SS
- b) połączenia transitions TR
- c) wykonanie performance PE
- d) choreografia composition CO
- e) interpretacja interpretation IN

## 7. Mnożniki komponentów w kategorii Junior i Senior:

- a) program krótki:
  - dla solistek - 0,8 x
  - dla solistów - 1,0 x
- b) program dowolny:
  - dla solistek - 1,6 x
  - dla solistów - 2,0 x

## **SP – program krótki**

### **JUNIOR**

#### **8. SOLISTKI – dobrze wyważony program krótki solistek w kategorii juniora musi zawierać:**

- a) Podwójny Axel.
- b) Podwójny lub potrójny Flip
- c) Kombinację skoków składającą się z dwóch skoków podwójnych lub skoku podwójnego i potrójnego lub dwóch skoków potrójnych.
  - Nie można powtarzać skoku z pkt. a) i b).
- d) Skok do piruetu w pozycji wagi.
- e) Piruet z odchyleniem tułowia do tyłu lub do boku albo piruet siadany bez zmiany nogi.
- f) Kombinacja piruetów z tylko jedną zmianą nogi.
- g) Sekwencję kroków z pełnym wykorzystaniem taflii lodowej.

#### **9. SOLIŚCI – dobrze wyważony program krótki solistów w kategorii juniora musi zawierać:**

- a) Podwójny lub potrójny Axel.
- b) Podwójny lub potrójny Flip.
- c) Kombinację skoków składającą się ze skoku podwójnego i potrójnego lub dwóch skoków potrójnych.
  - Nie można powtarzać skoku z pkt. a) i b).
- d) Skok do piruetu w pozycji wagi.
- e) Piruet siadany z tylko jedną zmianą nogi
- f) Kombinacja piruetów z tylko jedną zmianą nogi.
- g) Sekwencję kroków z pełnym wykorzystaniem taflii lodowej.

### **SENIOR**

#### **10. SOLISTKI – dobrze wyważony program krótki solistek w kategorii seniora musi zawierać:**

- a) Podwójny lub potrójny Axel.
- b) Skok potrójny.
  - Nie można powtarzać skoku z pkt. a).
- c) Kombinację skoków składającą się ze skoku podwójnego i potrójnego lub dwóch skoków potrójnych.
  - Nie można powtarzać skoku z pkt. a) i b).
- d) Skok do piruetu w jednej pozycji.
- e) Piruet z odchyleniem tułowia do tyłu lub do boku albo piruet siadany albo piruet w pozycji wagi bez zmiany nogi.
- f) Kombinacja piruetów z tylko jedną zmianą nogi.
- g) Sekwencję kroków z pełnym wykorzystaniem taflii lodowej.

#### **11. SOLIŚCI – dobrze wyważony program krótki solistów w kategorii seniora musi zawierać:**

- a) Podwójny lub potrójny Axel.
- b) Potrójny lub poczwórny skok.
  - Nie można powtarzać skoku z pkt. a).
- c) Kombinację skoków składającą się ze skoku podwójnego i potrójnego lub dwóch skoków potrójnych lub skoku poczwórnego ze skokiem podwójnym lub skoku poczwórnego ze skokiem potrójnym.
  - Nie można powtarzać skoku z pkt. a) i b).
- d) Skok do piruetu w jednej pozycji.
- e) Piruet siadany lub piruet w pozycji wagi z tylko jedną zmianą nogi
- f) Kombinacja piruetów z tylko jedną zmianą nogi.
- g) Sekwencję kroków z pełnym wykorzystaniem taflii lodowej.

---

## **SP – program krótki**

### **12. DODATKOWE UWAGI DO PROGRAMU KRÓTKIEGO solistek i solistów w kategorii juniora i seniora:**

**a) Skoki:**

- Jeżeli ten sam skok wykonany jest jako skok solo i jako część kombinacji skoków, to powtórzony skok nie będzie liczony (jeżeli powtórzenie występuje w kombinacji, to tylko ten jeden, który nie jest zgodny z powyższymi wymaganiami nie będzie liczony).
- Jeżeli został wykonany dodatkowy skok (lub skoki), to tylko ten jeden, dodatkowy skok (lub skoki) niezgodny z wymaganiami nie będzie miał wartości. Skoki będą rozpatrywane zgodnie z kolejnością ich wykonania

**b) Piruety:**

- Minimalna liczba obrotów w piruecie:
  - o piruet bez zmiany nogi – co najmniej 8 obrotów w pozycji,
  - o piruet ze zmianą nogi – co najmniej po 6 obrotów w pozycji na każdej nodze
- Piruet ze zmianą nogi (kombinacja piruetów i piruet w jednej pozycji):
  - o 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*).
- Rozpoczęcie piruetu skokiem jest dopuszczalne tylko w piruecie w jednej pozycji bez zmiany nogi.
- Skok do piruetu w jednej pozycji:
  - o Seniorzy: dozwolony jest każdy rodzaj skoku do piruetu, z tym zastrzeżeniem, że pozycja lądowania musi być inna niż w piruecie w jednej pozycji.
  - o Juniorzy: dozwolony jest tylko wyznaczony typ skoku do piruetu.
  - o „Przejście” (step over) będzie brane pod uwagę przez sędziów w GOE.
  - o Pozycja w powietrzu może być inna od pozycji lądowania.
  - o Wymagane jest co najmniej 8 obrotów w pozycji bazowej, które mogą zostać wykonane w dowolnych odmianach tej pozycji.
  - o Wykonanie obrotów w piruecie przed wykonaniem skoku jest zabronione.

- c) Jeśli wykonany element nie spełnia wymagań postawionych w regulaminie programu krótkiego, zostanie on uznany za niezgodny z regulaminem i nie otrzyma wartości punktowej. Natomiast będzie zajmował miejsce elementu (box).

## **FS – program dowolny**

### **JUNIOR**

#### **13. SOLISTKI – dobrze wyważony program dowolny solistek w kategorii juniorki musi zawierać:**

- a) Maksymalnie siedem (7) elementów skokowych.
  - Wśród nich musi być podwójny lub potrójny Axel.
- b) Maksymalnie trzy (3) różne piruety.
  - Wśród nich musi być:
    - kombinacja piruetów
    - skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem
    - piruet tylko w jednej pozycji
- c) Maksymalnie jedna (1) sekwencję kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowej.

#### **14. SOLIŚCI – dobrze wyważony program dowolny solistów w kategorii juniorki musi zawierać:**

- a) Maksymalnie siedem (7) elementów skokowych.
  - Wśród nich musi być podwójny lub potrójny Axel.
- b) Maksymalnie trzy (3) różne piruety.
  - Wśród nich musi być:
    - kombinacja piruetów
    - skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem
    - piruet tylko w jednej pozycji
- c) Maksymalnie jedna (1) sekwencję kroków z pełnym wykorzystaniem tafli lodowej

### **SENIOR**

#### **15. SOLISTKI – dobrze wyważony program dowolny solistek w kategorii seniorki musi zawierać:**

- a) Maksymalnie siedem (7) elementów skokowych.
  - Wśród nich musi być podwójny lub potrójny Axel.
- b) Maksymalnie trzy (3) różne piruety.
  - Wśród nich musi być:
    - kombinacja piruetów
    - skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem
    - piruet tylko w jednej pozycji
- c) Maksymalnie jedną (1) sekwencję kroków.
- d) Maksymalnie jedną (1) sekwencję choreograficzną.

#### **16. SOLIŚCI – dobrze wyważony program dowolny solistów w kategorii seniorki musi zawierać:**

- a) Maksymalnie siedem (7) elementów skokowych.
  - Wśród nich musi być podwójny lub potrójny Axel.
- b) Maksymalnie trzy (3) różne piruety.
  - Wśród nich musi być:
    - kombinacja piruetów
    - skok do piruetu lub piruet rozpoczynający się skokiem
    - piruet tylko w jednej pozycji
- c) Maksymalnie jedną (1) sekwencję kroków.
- d) Maksymalnie jedną (1) sekwencję choreograficzną.

## **FS – program dowolny**

### **17. DODATKOWE UWAGI DO PROGRAMU DOWOLNEGO solistek i solistów w kategorii juniora i seniora**

**a) Kombinacja i sekwencja skoków:**

- Kombinacja skoków może składać się z takich samych lub różnych skoków – pojedynczych, podwójnych, potrójnych lub poczwórnych.
- W programie dowolnym może być do trzech (3) kombinacji lub sekwencji skoków.
- Jedna kombinacja skoków może składać się z nie więcej niż trzech (3) skoków, a pozostałe z nie więcej niż dwóch (2).
- 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 wysoku do Axla.
- Euler (half-loop) może występować pomiędzy dwoma skokami z listy jest liczony jako skok z listy z wartością zgodną ze Skalą Wartości (SOV).

**b) Skoki:**

- Każdy skok podwójny, potrójny, lub poczwórny może być wykonany nie więcej niż 2 razy (jako skok osobno lub część kombinacji / sekwencji).
- **Ze wszystkich typów skoków potrójnych i poczwórnych tylko dwa (2) mogą być wykonane dwukrotnie. Spośród wykonanych dwukrotnie skoków tylko jeden może być skokiem poczwórnym.** 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”.
- Takie same potrójne i poczwórne skoki będą rozpatrywane, jako dwa różne skoki.
- Żaden potrójny lub poczwórny skok nie może być wykonany więcej niż dwukrotnie.
- 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.

**c) Piruety:**

- Minimalna liczba obrotów w piruecie:
  - o piruet rozpoczęty skokiem – co najmniej 6 obrotów w pozycji,
  - o piruet w jednej pozycji – co najmniej 6 obrotów w pozycji,
  - o kombinacja piruetów – co najmniej 10 obrotów w pozycji.
- W piruecie w jednej pozycji i kombinacji piruetów zmiana nogi jest dozwolona.
- 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.