

SOLO AVEC MUSIQUE

- GROUPE** doit patiner sur une glace patinage plus **seulement**; plus d'un patineur avec un entraîneur professionnel.

- **Aucun autre élément technique ne peut être ajouté au programme. Une pénalité de 0,1 point dans la note technique sera appliquée pour chaque manquement à cet énoncé.**

ÉTAPE 1

Avoir réussi l'étape 1 mais pas plus
Durée du programme : 1 minute
Aucune limite d'âge

- Dames
 Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Marche avant (marche du canard)
2. Marche arrière (8 pas)
3. Marcher en rond sur place (pirouette)
4. Saut : 2 pieds sur place
5. Équilibre sur 1 pied en patinage avant

ÉTAPE 2

Avoir réussi l'étape 2 mais pas plus
Durée du programme : 1 minute
Aucune limite d'âge

- Dames
 Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Séq. Poussées et glisse continu avant (8 poussées fortes)
2. Glissés avant en position demi-assise
3. Pirouettes : 2 pieds
4. Saut : 2 pieds pendant un glissé avant
5. Équilibre sur 1 pied en patinage arrière

ÉTAPE 3

Avoir réussi l'étape 3 mais pas plus
Durée du programme : 1 minute
Aucune limite d'âge

- Dames
 Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Slalom avant (2 pieds et 1 pied)
2. Séq. Poussés et glisse continus arrière (min. huit poussés fortes)
3. Pirouette : 2 pieds en alternant les pieds
4. Saut : 2 pieds en déplacement arrière
5. Spirale avant

ÉTAPE 4

Avoir réussi l'étape 4 mais pas plus
Durée du programme : 1 minute
Aucune limite d'âge

- Dames
 Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Slalom arrière (2 pieds à 1 pied)
2. Virage : d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe
3. Pirouette : avant sur 1 pied (1 révolution)
4. Saut : d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe
5. Spirale arrière

ÉTAPE 5

Avoir réussi l'étape 5 mais pas plus

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Croisés avant sur la figure 8
2. Pirouette : avant sur 1 pied (plus d'une rév.)
3. Pirouette : arrière sur 1 pied (1 révolution)
4. Saut : 1 pied d'avant en arrière
5. Saut de lapin

ÉTAPE 6

Avoir réussi l'étape 6 mais pas plus

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Croisés arrière sur la figure 8
2. Poussés-élans sur un cercle avec croisés et virages
3. Pirouette arrière (plus d'une révolution)
4. Saut puissant avec rotation (valse)
5. N'importe quel saut d'une rotation

ÉTAPE 7

Avoir réussi l'étape 7 mais pas plus

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Séquence de pas simple sur un tracé prescrit (comprend des 3 et des mohawks)
2. Pirouette 1 pied avec croisés arrières en entrée
3. Pirouette assise (une révolution)
4. Salchow
5. Saut de boucle (Loop)

ÉTAPES 1, 2 et 3

Avoir réussi l'étape 3 ou moins

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Équilibre sur 1 pied en patinage avant
2. Slalom avant (2 pieds et 1 pied)
3. Pirouette sur deux pieds
4. Séq. Poussées et glisse continu avant
5. Spirale avant

ÉTAPES 4 et 5

Avoir réussi au moins l'étape 4
mais pas plus que l'étape 5

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Slalom arrière (2 pieds et 1 pied)
2. Pirouette 1 pied avant plus d'une révolution
3. Virages d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe
4. Spirale arrière
5. Croisés avant sur la figure 8

ÉTAPES 6 et 7

Avoir réussi au moins l'étape 6
mais pas plus que l'étape 7

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Croisés arrière sur la figure 8
2. Un saut au choix
3. Pirouette arrière sur un pied
(plus d'une révolution)
4. Séquence de pas simple avec virages 3 et
mohawks
5. Pirouette sur 1 pied avec croisés arrière
à l'entrée

ÉLÉMENTS IMPOSÉS AVEC MUSIQUE

- GROUPE** doit patiner sur une glace patinage plus **seulement**; plus d'un patineur avec un entraîneur professionnel.

- **Les éléments contenus dans le programme doivent correspondre aux éléments de la plus haute étape de la catégorie. Une pénalité de 0,1 point dans la note technique sera appliquée pour chaque manquement à cet énoncé. *** Aucun autre élément technique ne peut être ajouté au programme.**

ÉTAPES 1 ET 2

- Avoir réussi les étapes 1 et 2 mais pas plus
 Avoir réussi au moins l'étape 1
 Dames
 Messieurs

Durée du programme : 1 minute
 Aucune limite d'âge

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Glissés avant (2 pieds à 1 pied)
2. Marche arrière (8 pas)
3. Pirouette 2 pieds
4. Saut 2 pieds pendant un glissé avant
5. Équilibre sur 1 pied en patinage arrière

ÉTAPES 3 ET 4

- Avoir réussi les étapes 3 et 4 mais pas plus
 Avoir réussi au moins l'étape 3
 Dames
 Messieurs

Durée du programme : 1 minute
 Aucune limite d'âge

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Glissés arrières (2 pieds à 1 pied)
2. Chasse-neige ou demi-chasse neige arrière
3. Glissé sur une courbe avant SAM (2 pieds à 1 pied)
4. Pirouette assise sur 2 pieds
5. Saut d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe

ÉTAPES 5 ET 6

- Avoir réussi les étapes 5 et 6 mais pas plus
 Avoir réussi au moins l'étape 5
 Dames
 Messieurs

Durée du programme : 1 minute
 Aucune limite d'âge

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Croisés avant sur la figure 8
2. Croisés arrière sur la figure 8
3. Pirouette arrière sur 1 pied
4. Saut sur 1 pied d'avant à arrière
5. N'importe quel saut d'une rotation

ÉTAPE 7

Avoir réussi l'étape 7 mais pas plus

Durée du programme : 1 minute

Aucune limite d'âge

Dames

Messieurs

ÉLÉMENTS IMPOSÉS

1. Séquence de pas simple sur un tracé prescrit (comprend des 3 et des mohawks)
2. Pirouette 1 pied avec croisés arrières en entrée
3. Pirouette assise (une révolution)
4. Salchow
5. Saut de boucle (Loop)

ÉLÉMENTS IMPOSÉS SANS MUSIQUE

-
- GROUPE** doit patiner sur une glace patinage plus **seulement**; plus d'un patineur avec un entraîneur professionnel.
-

Note : Les catégories seront jugées comme les éléments des équipes.

ÉTAPES 1 ET 2

- Avoir réussi les étapes 1 et 2 mais pas plus
 - Avoir réussi au moins l'étape 1
 - Dames
 - Messieurs
- Aucune limite d'âge

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Glissés avant (2 pieds à 1 pied)
2. Marche arrière (8 pas)
3. Pirouette 2 pieds
4. Saut 2 pieds pendant un glissé avant
5. Équilibre sur 1 pied en patinage artistique

ÉTAPES 3 ET 4

- Avoir réussi les étapes 3 et 4 mais pas plus
 - Avoir réussi au moins l'étape 3
 - Dames
 - Messieurs
- Aucune limite d'âge

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Glissés arrière (2 pieds à 1 pied)
2. Chasse-neige ou demi-chasse Neige arrière
3. Glissé sur une courbe avant SAM (2 pieds à 1 pied)
4. Pirouette assise sur 2 pieds
5. Saut d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe

ÉTAPES 5 ET 6

- Avoir réussi les étapes 5 et 6 mais pas plus
 - Avoir réussi au moins l'étape 5
 - Dames
 - Messieurs
- Aucune limite d'âge

ÉTAPE 7

- Avoir réussi l'étape 7 mais pas plus
- Dames
 - Messieurs
- Aucune limite d'âge

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Croisés avant sur la figure 8
2. Croisés arrière sur la figure 8
3. Pirouette arrière sur 1 pied
4. Saut sur 1 pied d'avant à arrière
5. N'importe quel saut d'une rotation

5 ÉLÉMENTS IMPOSÉS :

1. Séquence de pas simple sur un tracé prescrit (comprend des 3 et des mohawks)
2. Pirouette 1 pied avec croisés arrière en entrée
3. Pirouette assise (une révolution)
4. Saut Salchow
5. Saut de boucle (Loop)

ÉQUIPE - DAMES ET MESSIEURS

Prendre note que les éléments cochés devront être appliqués dans l'avis de compétition

- Une équipe doit être composée d'au moins 3 patineurs, au plus 5. Chaque patineur sera autorisé à faire un maximum de 2 éléments.
- Les poussées-élans seront exécutées une seule fois, un seul tour de glace et sans reprise.
- Toute substitution de patineur devra être approuvée par le représentant technique de la compétition.
- Toutes les équipes doivent porter un nom.
- Les équipes peuvent être formées de patineurs de clubs différents mais un seul club devra être mentionné sur le formulaire d'inscription.
- Les équipes ne peuvent pas être formées de patineurs de clubs différents.
- Un patineur peut s'inscrire dans des catégories différentes mais ne peut participer à deux équipes du même niveau.
- Toutes les équipes d'une même catégorie sont disposées autour de la patinoire dans l'ordre de départ.
- Une période d'échauffement d'une minute est allouée entre chaque élément.
- Les éléments sont patinés dans l'ordre énoncé.
- Les patineurs peuvent s'inscrire dans une catégorie supérieure pour former une équipe.
- Les patineurs ne doivent pas avoir réussi de test de compétition.
- Un patineur ne peut pas s'inscrire dans deux équipes.
- Seul le chaperon sera autorisé à inscrire tous les membres de l'équipe.
- La première minute d'échauffement est strictement réservée au «stroking».
- Chaque élément sera exécuté deux fois.
- Les points seront accordés pour la meilleure des deux exécutions.

GROUPE doit patiner sur une glace patinage plus **seulement**; plus d'un patineur avec un entraîneur professionnel.

ÉQUIPE ÉTAPE 1

- Avoir réussi l'étape 1 mais pas plus
- Avoir réussi au moins l'étape 1

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Marche avant (marche du canard)
2. Marche arrière (8 pas)
3. Marcher en rond sur place
4. Saut sur 2 pieds sur place
5. Équilibre sur 1 pied en patinage avant

ÉQUIPE ÉTAPE 2

- Avoir réussi l'étape 2 mais pas plus
- Avoir réussi au moins l'étape 2

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Séquence de poussés et de glissés continus avant (min. 8 poussées fortes)
2. Glissés avant en position demi-assise
3. Pirouette sur 2 pieds
4. Saut sur 2 pieds pendant un glissé avant
5. Équilibre sur 1 pied en patinage arrière

ÉQUIPE ÉTAPE 3

- Avoir réussi l'étape 3 mais pas plus
- Avoir réussi au moins l'étape 3

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Slalom avant (2 pieds et 1 pied)
2. Séquence de poussés et de glissés continus arrière (min. 8 poussés fortes)
3. Pirouettes sur 2 pieds en alternant les pieds
4. Saut sur 2 pieds en déplacement arrière
5. Spirale avant

ÉQUIPE ÉTAPE 4

- Avoir réussi l'étape 4 mais pas plus
- Avoir réussi au moins l'étape 4

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Slalom arrière (2 pieds à 1 pied)
2. Virages d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe
3. Pirouette avant sur 1 pied (1 révolution)
4. Saut d'avant en arrière et d'arrière en avant sur 2 pieds sur une courbe
5. Spirale arrière

ÉQUIPE ÉTAPE 5

- Avoir réussi l'étape 5 mais pas plus
- Avoir réussi au moins l'étape 5

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Croisés avant sur la figure 8
2. Pirouette avant sur 1 pied (plus d'une révolution)
3. Pirouette arrière sur 1 pied (1 révolution)
4. Saut sur 1 pied d'avant en arrière
5. Saut de lapin

ÉQUIPE ÉTAPE 6

- Avoir réussi l'étape 6 mais pas plus
- Avoir réussi au moins l'étape 6

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Croisés arrière sur la figure 8
2. Poussées-élans sur un cercle avec croisés et virages
3. Pirouette arrière sur 1 pied (pus d'une révolution)
4. Saut puissant avec rotation (valse)
5. N'imposte quel saut d'une rotation

ÉQUIPE ÉTAPE 7

Avoir réussi l'étape 7 mais pas plus

Énumérer, au maximum, 5 éléments :

1. Séquence de pas simple sur un tracé prescrit (comprend des 3 et des mohawks)
2. Pirouette sur 1 pied avec croisés arrière à l'entrée
3. Pirouette assise (une révolution)
4. Saut - Salchow
5. Saut – Boucle (Loop)