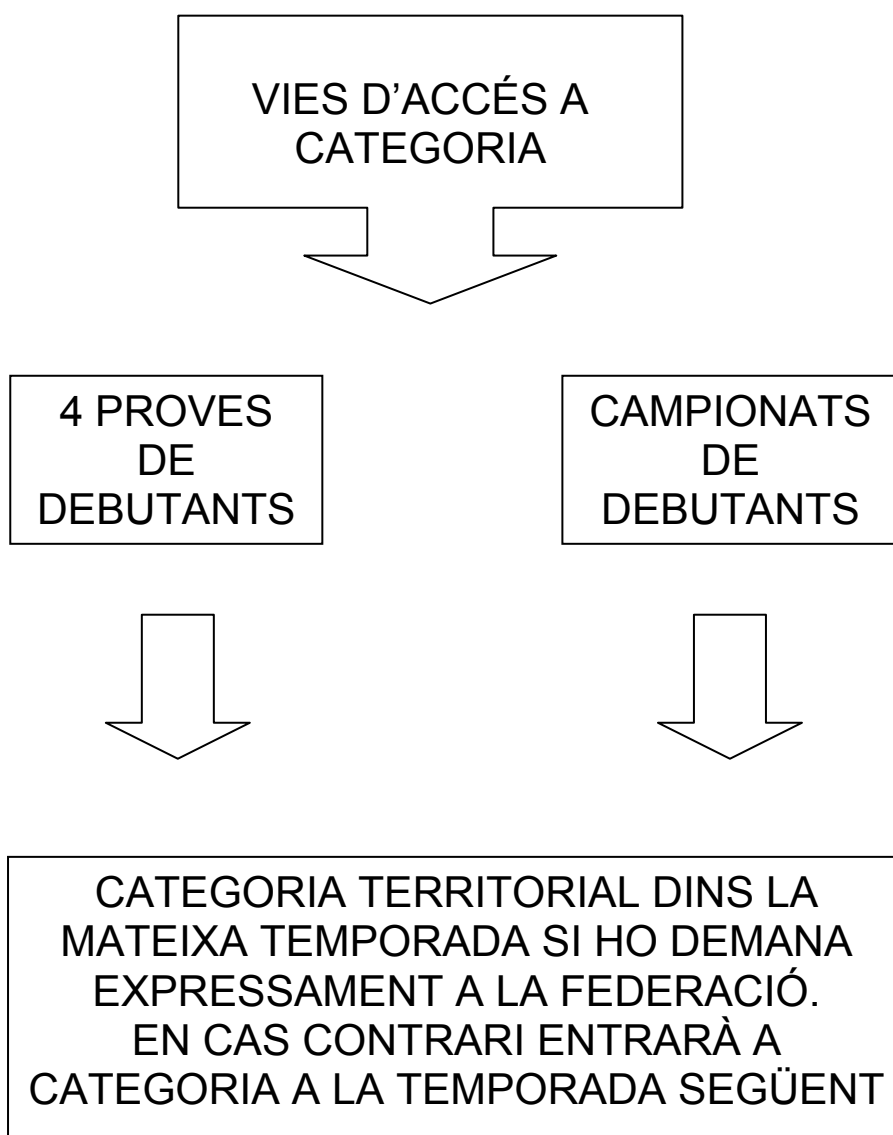




**PROGRAMA DE PROVES I COMPETICIONS PER A
INICIACIO LLIURE INDIVIDUAL
TEMPORADA 2011**





PROVES DE DEBUTANTS PER A LES QUATRE TERRITORIALS

PROVA NIVELL C

- Creuats endavant (mínim un vuit)
- Creuats endarrera (mínim un vuit)
- Salt del tres
- Cabriola amb dos peus
- Àngel endavant amb canvi de fil
 - ▶ Els girs sempre s'han d'efectuar amb passos reconeguts, sigui amb tres, bracket, rocker, contra-rocking, mohawk o choctaw.
 - ▶ Nivell de coreografia : Iniciació
 - ▶ Duració del disc: 2' 15" +/- 5 segons
 - ▶ Vestuari: Mallot del club

PROVA NIVELL B

- Metz :**ha d'estar executat correctament: sense girar més d'un quart de rotació: el fre, l'espatlla esquerra i el braç esquerra**
- Salchow
- Rittberguer: **ha d'estar executat correctament: la posició a l'aire ha de ser amb la cama esquerra creuada per davant**
- **Àliga cap els dos costats**, indistintament de l'ordre dins la coreografia del disc.
- Cabriola interior enrere (**mínim tres voltes**)
- Àngel enrere amb canvi de fil
- Voltes de vals esquerra (mínim tres voltes)
- Línia de passes en línia recta, **paral·leles a l'eix longitudinal de la pista, i han d'ocupar tota l'extensió de la mateixa.**
- - ▶ Duració del disc: 2' 15" minuts +/- 5 segons.
 - ▶ Vestuari: Mallot del club

El programa ha de contenir:

- ▶ Creuats endavant
- ▶ Creuats enrere
- ▶ Voltes de vals (tres en posició "end" + progressiu enrere + mohawk)
- ▶ **Es recomanable** que la línia de passes d'enllaç incloguin: tresos, chassés, flats, cut steps, swings, mohawks, choctaws, etc.



Nivell de coreografia : 1

- Moviments a ritme amb la música
- Coreografia del disc mentre es patina

PROVA NIVELL A

Aquesta prova és la que dona pas per entrar al programa ARC

- Lutz
- Flip
- Turen
- Rittberguer-turen-salchow
- Cabriola exterior enrere
- Cabriola exterior endavant
- Voltes de vals dreta (mínim tres girs)
- Línia de passos (diagonal), **al llarg de tota la pista**

- ▶ Duració del disc: 2' 15" +/- 5 segons
- ▶ Vestuari: Mallot del club

El programa ha de contenir:

- ▶ Creuats endavant
- ▶ Creuats enrere
- ▶ Voltes de vals (tres posició "end" + progressiu enrere + mohawk)
- ▶ **Es recomana** què les passes de patinatge, i els girs què s'executin durant el programa siguin: rockers, contra-rockings, cross, cross chassés, choctaws, tresos, brackets, rockers, contra-rokings, etc.
- ▶ **La línia de passes en diagonal ha d'incloure moviments que vagin d'acord amb la música i la coreografia.**

Nivell de coreografia : 2

- Moviments a ritme de la música
- Expressió corporal al ritme de la música, aplicant volum i/o amplitud de moviments i continuïtat en la seva execució
- Coreografia del disc mentre es patina



CERTIFICAT

- Axel
 - **Turen**
 - Lutz-turen-flip
 - Rittberguer-rittberguer-ritteberguer
 - Cabriola alta saltada a cabriola alta (qualsevol fil)
 - Cabriola baixa (qualsevol fil) o cabriola d'àngel (qualsevol fil) **l'entrada amb travlling obligatori, tant si és baixa com si és posició àngel.**
 - Passes en cercle
- ▶ Duració del disc: 2' 30" minuts +/- 5 segons
 - ▶ Vestuari: Mallot del club

El programa ha de contenir:

- ▶ Creuats endavant
- ▶ Creuats enrera
- ▶ Els girs sempre s'han d'executar amb passes reconegudes, és recomanable que siguin: tresos, brackets, rockers, contra-rockings, mohawks o choctaws.

Recordar que l'entrada de l'àxel (com la del salt del tres) es fa amb un Mohawk.

- ▶ Passes: es patina en cercle o en oval complert, fent servir al menys tres quartes parts de l'ample de la pista incloent footwork avançat.(en el treball de peus no es pot anar enrere del circuit traçat)

És recomanable incloure totes les passes de patinatge que s'han donat fins el moment, sempre que el fil ho permeti.

Nivell de coreografia : 3

- Execució correcta dels moviments
- Expressió corporal al ritme de la música, aplicant volum i/o amplitud de moviments i continuïtat en la seva execució
- Coreografia del disc mentre es patina

Atenció :

Les inscripcions de la prova de certicat es faran per separat:

1 full d'inscripció pels patinadors fins a l'edat d'onze anys

1 full d'inscripció pels altres participants majors d' onze anys



CARACTERÍSTIQUES COMUNES A TOTES LES PROVES

- Al llarg de totes les proves és imprescindible la qualitat del desplaçament (empènyer correctament, velocitat, posició i fluïdesa en els desplaçaments).
- Tots els integratius s'han d'executar patinant (amb velocitat d'entrada i recepció).
- Els salts s'han d'executar amb la mateixa trajectòria i línia recta d'entrada i recepció/sortida.
- Es podran repetir dins la música dos integratius fallats diferents.
- Les cabrioles com a mínim tres voltes. Tota cabriola on s'utilitzi el fre a l'entrada o a la sortida d'aquesta, no serà valorada pels jutges.
- Els CDs regrabables no són permesos.
- Un CD per patinador amb el nom del club i categoria.
- Inscripcions han d'estar a la nostra Federació 15 dies abans de la Prova o Trofeu.
- Els contactes de pista previs seran de 5 minuts a les proves A,B i C i de 10 minuts al Certificat
- Es formaran grups amb un màxim de 12 participants amb escalfament previ de 5 minuts.



TROFEUS D' INICIACIO

CATEGORIES:

Els patinadors i patinadores competiran junts.

	Fins a 7 anys	8 i 9 anys	10 i 11 anys	12 i 13 anys	14 anys i més grans
Nivell-1	Patinadors/res iniciació Patinadors/res de nivell C i nivell B Els integratius que cal incloure en els discs d'aquest nivell són lliures: <ul style="list-style-type: none">- salts d'una sola rotació (sols o combinats)- piruetes altes en qualsevol fil (soles o combinades)				

	Fins a 9 anys	10 i 11 anys	12 i 13 anys	14 anys i més grans
Nivell-2	Patinadors/res de Nivell A i Certificat En aquest nivell els integratius seran a partir dels del primer nivell i altres sense límit de dificultat			

Per mantenir-se dins del nivell I, els patinadors no podran fer integratius de més dificultat que els que marca la normativa. En el cas de no respectar aquesta limitació el patinador serà sancionat pel jutges.

- La sanció consistirà en: No es tindrà en compte en la puntuació A (dificultat) i 0,50 punts per cada integratiu no permès en la puntuació B (estil).
- Un/a patinador/a de nivell I podrà inscriure's en el nivell II a la convocatòria del Trofeu que vulgui al llarg de la temporada. Una vegada s'haurà inscrit en el nivell II no podrà participar més en el nivell I de la mateixa categoria.



- Grups i temps d'escalfament
- 5 minuts de contacte pel Nivell I
- 10 minuts de contacte pel Nivell II
- Tant al Nivell I com al II hi haurà 5 minuts d'escalfament
- Es formaran grups amb un màxim de 12 participants amb escalfament previ de 5 minuts

INTEGRATIUS: Disc lliure

DURADA DEL DISC: Nivell 1: 2' 15" +/- 5 segons

Nivell 2: De 2' 15" a 2' 30" +/- 5 segons

VESTUARI: Vestit de fantasia

CONVOCATÒRIES: Mínim dues l'any

ACCÉS A CATEGORIA:

Els /les patinadors/res de Nivell-2 que vulguin accedir a categoria a través dels Campionats de Debutants, hauran de:

- Comunicar-ho en el moment de la inscripció
- Executar en el disc **únicament** els integratius corresponents al Certificat de iniciació en cas contrari no passarà la prova.

El/la jutge/essa àrbitre designat en cada competició lliurarà un informe al Delegat/da de la competició, el qual exposarà juntament amb la classificació del campionat, una llista adjunta del els/les patinadors/res que accedeixen a Categoria.

OBTENCIÓ DE LA CATEGORIA

Una vegada un/a patinador/a obtingui el certificat pot competir en categoria, però cal que ho demani formalment a la federació.

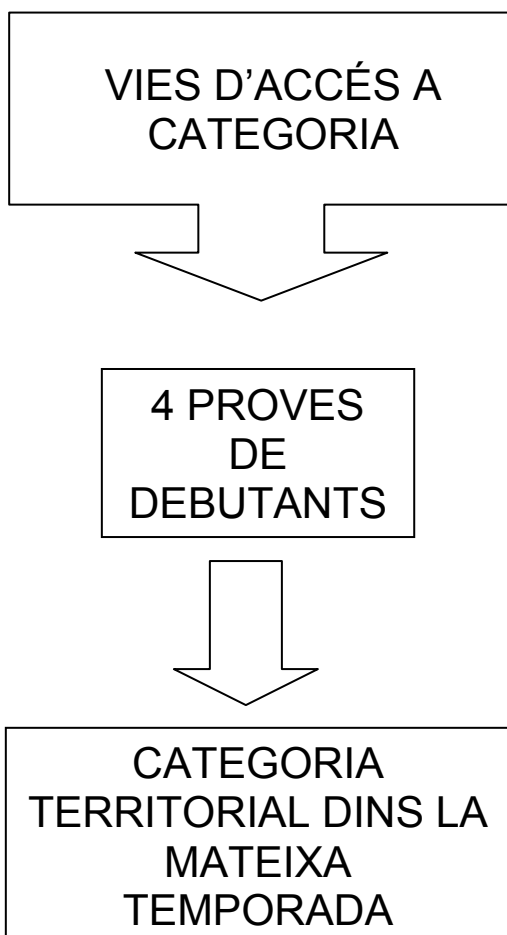
Av. Marià Fortuny, 76 baixos 1 43203 Reus Tarragona Tel-977 32 37 12 – Fax 977 31 33 20 - e_mail : artistic@fcptt.cat



Si no ho demanen continuarà, durant tot l'any, com fins abans d'aprovar i podrà participar en els mateixos campionats fins acabar l'any.
Al iniciar el nou any (temporada) automàticament assolirà la categoria

PROGRAMA DE PROVES DE INICIACIO MODALITAT FIGURES OBLIGATÒRIES

TEMPORADA 2011





REGLAMENTACIÓ FIGURES OBLIGATÒRIES

❖ Grups i temps d'escalfament

- Deu minuts d'escalfament de tots els participants abans d'iniciar la prova
- Cinc minuts abans de cada figura tots els patinadors
- Entrada a pista dels 4 primers patinadors i execució a continuació
- Es realitzaran 2 execucions de cada figura
- Es permet la utilització del guix només a les SORTIDES i en una de les figures sempre i quant tothom hi estigui d'acord i sota l'autorització del Jutge Àrbitre.

PROVA NIVELL C (tres convocatòries l'any)

- | | | |
|------|---|------------------------|
| Nº 1 | a | Vuit exterior endavant |
| Nº 2 | a | Vuit interior endavant |

PROVA NIVELL B (tres convocatòries l'any)

- | | | |
|------|---|-------------------------|
| Nº 3 | a | Vuit exterior endarrera |
| Nº 4 | a | Vuit interior endarrera |

PROVA NIVELL A (tres convocatòries l'any)

- | | | |
|-------|-----|------------------------------|
| Nº 8 | a/b | Tres exterior endavant |
| Nº 9 | a/b | Tres interior endavant |
| Nº 11 | a | Doble tres interior endavant |

CERTIFICAT DE FIGURES OBLIGATÒRIES **(tres convocatòries l'any)**

Grup I:

- | | | |
|--------------|------------|------------------------------|
| Nº 10 | a/b | Doble tres exterior endavant |
| Nº 14 | a | Bucle exterior endavant |
| Nº 26 | a/b | Canvi tres exterior endavant |

Grup II:

- | | | |
|--------------|------------|-------------------------------|
| Nº 12 | a/b | Doble tres exterior endarrera |
| Nº 15 | a | Bucle interior endavant |



Nº 27 a/b Canvi tres interior endavant

- Dels dos grups se n'executarà un mitjançat sorteig