



ОДИНОЧНОЕ КАТАНИЕ – ПРОИЗВОЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Мастера, произвольная программа

Максимальная продолжительность программы: **3 минуты 10 секунд.**

Таблица элементов программы

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы Макс. 7	Прыжки	Все прыжки из списка в 1, 2, 3 и 4 оборота. Каждый прыжок можно исполнить не более 2-х раз, из них сольно – не более 1-го раза.	Аксель	—
	Каскады / комбинации	Максимум 3 каскада / комбинации, из них не более одного каскада из 3-х прыжков.	—	—
Вращения Максимум 3		Максимум 3 разных вращения.	Минимум 2 , среди них должны быть: <ul style="list-style-type: none"> • прыжок во вращение или вращение со входом прыжком; • комбинированное вращение со сменой ноги. Требования по числу оборотов: <ul style="list-style-type: none"> • мин. 5 оборотов; • 4 об. на каждой ноге при смене ноги. Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.	—
Дорожка шагов Максимум 1		Максимум одна (1) дорожка шагов	Должна покрывать всю поверхность льда.	—

Золото, произвольная программа

Максимальная продолжительность программы: **2 минуты 40 секунд**.

Таблица элементов программы

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы Макс. 6	Прыжки	Все прыжки из списка в 1 и 2 оборота, кроме двойных флипа, лутца и акселя. Каждый прыжок можно исполнить не более 2-х раз, из них только – не более 1-го раза.	—	Двойной флип, двойной лутц, аксель в 2.5 оборота, тройные и четверные прыжки.
	Каскады / комбинации	Максимум 3 каскада / комбинации из разрешенных прыжков, из них не более одного каскада из 3-х прыжков.	—	
Вращения Максимум 3		Максимум 3 разных вращения.	Минимум 2 , среди них должны быть: <ul style="list-style-type: none">• прыжок во вращение или вращение со входом прыжком;• комбинированное вращение со сменой ноги. Требования по числу оборотов: <ul style="list-style-type: none">• мин. 4 оборота;• 4 об. на каждой ноге при смене ноги. Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.	—
Хореографическая последовательность		Максимум одна (1) хореографическая последовательность	Должна покрывать всю поверхность льда.	—

Серебро, произвольная программа

Максимальная продолжительность программы **2 минуты 10 секунд**.

Таблица элементов программы

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы Макс. 5	Прыжки	Все прыжки из списка в 1 оборот и Аксель в 1.5 оборота. Каждый прыжок можно исполнить не более 2-х раз, из них только – не более 1-го раза.	—	Прыжки в 2 оборота и более.
	Каскады / комбинации	Максимум 3 каскада / комбинации из разрешенных прыжков, из них не более одного каскада из 3-х прыжков.	—	
Вращения Максимум 3		Максимум 3 разных вращения. Во всех вращениях разрешается вход прыжком и смена ноги.	Минимум 1 , обязательно должно быть <ul style="list-style-type: none">комбинированное вращение (без смены или со сменой ноги). Требования по числу оборотов: <ul style="list-style-type: none">мин. 3 оборота для вращения в одной позиции без смены ноги;мин. 3 об. для прыжка во вращение без смены ноги и позиции после приземления;мин. 4 об. для комбинированного вращения без смены ноги и 8 (4+4) для комб. вращения со сменой;мин. 3 об. на каждой ноге при смене ноги. Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.	—
Хореографическая последовательность		Максимум одна (1) хореографическая последовательность	Должна покрывать не меньше половины поверхности льда.	—

Бронза, произвольная программа

Максимальная продолжительность программы **1 минута 50 секунд**.

Таблица элементов программы

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы Макс. 4	Прыжки	Все прыжки из списка в 1 оборот, кроме Акселя. Каждый прыжок можно исполнить не более 2-х раз, из них только – не более 1-го раза.	—	Аксель, прыжки в 2 оборота и более.
	Каскады / комбинации	Максимум 3 каскада / комбинации из разрешенных прыжков, из них не более одного каскада из 3-х прыжков.	—	
Вращения Максимум 2		Максимум 2 разных вращения. Смена ноги разрешена, вход прыжком – нет.	Требования по числу оборотов: <ul style="list-style-type: none">• мин. 3 оборота для вращения в одной позиции без смены ноги;• мин. 3 об. на каждой ноге при смене ноги;• мин. 4 об. для комбинированного вращения без смены ноги и 6 (3+3) для комб. вращения со сменой. Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.	Прыжок во вращение и вращение со входом прыжком.
Хореографическая последовательность		Максимум одна (1) хореографическая последовательность	Должна покрывать не меньше половины поверхности льда.	—

Пре-бронза, произвольная программа

Максимальная продолжительность программы **1 минута 40 секунд**.

Таблица элементов программы

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы. Максимум 4	Прыжки	Все прыжки в пол оборота и в 1 оборот, за исключением лутца и акселя. Повторы прыжков разрешены без ограничений.	—	Одинарный лутц, аксель в полтора оборота, прыжки в 2 оборота и более.
	Каскады / комбинации	Максимум 3 каскада / комбинации из разрешенных прыжков.	—	
Вращения Максимум 2		Максимум 2 разных вращения, за исключением комбинированных вращений. Смена ноги разрешена, вход прыжком – нет.	Минимум одно (1)вращение. Мин. 3 оборота во вращении. Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.	Прыжок во вращение и вращение со входом прыжком, комбинированное вращение.
Шаги		Любые соединительные элементы, дорожки шагов, последовательности спиралей и т.п.	Исполнение соединительных шагов на всем протяжении программы.	—

ПОКАЗАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА – ИНТЕРПРИТАЦИЯ

Уровни

1-й уровень – соответствует уровням МАСТЕРА и ЗОЛОТО в одиночном катании.

2-й уровень – соответствует уровням СЕРЕБРО и БРОНЗА в одиночном катании.

Возможны 2 типа программ:

- Интерпретация — Соло
- Интерпретация — Дуэты

Разрешается музыкальное сопровождение с голосом. Оценивается лишь представление программы (техническая оценка отсутствует).

Интерпретация – Соло

Требования

- При оценке программы очень важны скорость, хорошо согнутые колени, хорошие дуги, отцентрованные вращения и грациозные движения.
- Соревновательные группы формируются в соответствии с поданными заявками – согласно уровню и возрасту.
- Разнообразие шагов и элементов оценивается с точки зрения отображения музыки и темы программы на льду. Использование эффектов новизны, таких как танец на зубцах, лежание или сидение на льду, длительная или статичная поза на обоих коленях, валяние или подпевание музыке, нежелательно.
- Костюмы должны соответствовать характеру музыки. Костюмы, которые содержат частицы, которые могут повредить или оставить что-либо на льду, рассматриваются как небезопасные и не допускаются.
- Продолжительность музыкального сопровождения не должна превышать 1 мин 40 сек. Допускается музыка с голосом.
- Аксель, двойные и тройные прыжки, а также каскады прыжков не разрешаются. Минимум 1 и максимум 2 одинарных прыжка, минимум одно и максимум 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 2.0 за каждый недопустимый элемент, включая прыжок или вращение сверх установленного лимита, и штраф 2.0 за отсутствие прыжка и/или вращения). Запрещаются прыжки типа сальто.
- Использование КРУПНОГАБАРИТНЫХ реквизитов запрещено. Небольшие предметы (шляпа, веер, зонт, трость и т.п.) использовать можно. Однако класть предметы на лед или судейский стол, бросать их в публику и т.п. не разрешается. (Отметим, что в этом пункте правила соревнований «Русская зима» отличаются от правил соревнований ISU в Оберstdорфе, где любые реквизиты запрещены; реквизитом там считается любой предмет, который в процессе исполнения программы снимается, держится в руках или удаляется; например, шляпа считается реквизитом, если она снимается в процессе исполнения программы).
- Тема и тип программы должны быть указаны в заявке (не больше 8 слов).

Интерпретация – Дуэты

Требования

- Максимальная продолжительность: 3 мин. 10 сек. (может быть короче).
- Пара может состоять из мужчины и женщины, двух женщин или двух мужчин. Программа может быть танцевальной или парной.
- Участникам следует указать в заявке тип программы.
- Допускается музыка с голосом.
- Аксель и двойные прыжки, каскады прыжков, поддержки над головой запрещены.
- Костюмы должны соответствовать характеру музыки. Костюмы, которые содержат частицы, которые могут повредить или оставить что-либо на льду, рассматриваются как небезопасные и не допускаются.
- Использование реквизитов или декораций на льду запрещено. Предмет считается реквизитом, если фигурист держит его в руках или если он удаляется в процессе программы. Класть предметы на лед или судейский стол, бросать их в публику и т.п. также не разрешается.

ПАРНОЕ КАТАНИЕ – ПРОИЗВОЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Требования

- Пара должна состоять из мужчины и женщины.
- Программа должна быть хорошо сбалансирована с точки зрения техники и представления.
- Соревновательные группы формируются в соответствии с заявками с учетом уровня и возрастной категории.
- Возрастная категория определяется по старшему партнеру.
- Оценки за компоненты программы умножаются на коэффициент 1.6.

Элементы произвольной программы в парном катании

МАСТЕРА 3:10 макс.	<p>A. Максимум три (3) разные поддержки, одна из них может быть подкруткой.</p> <p>B. Максимум два (2) разных выброса (одинарных или двойных).</p> <p>C. Максимум один (1) параллельный соло-прыжок. Допускаются одинарные, двойные и тройные прыжки. Каждый прыжок можно повторить дважды в составе каскада или комбинации прыжков.</p> <p>D. Максимум один (1) каскад, включающий не более трех классических прыжков, или одна (1) комбинация прыжков (в ней оцениваются 2 самых сложных прыжка).</p> <p>E. Максимум одно (1) парное вращение (или парная комбинация вращений), включающее как минимум четыре (4) оборота, минимум три (3) оборота на каждой ноге при смене ног и два (2) оборота в каждой позиции.</p> <p>F. Максимум одно (1) параллельное вращение (или параллельная комбинация вращений), включающая как минимум пять (5) оборотов для вращений без смены ноги и позиции, пять (5) для прыжка во вращение, четыре (4) на каждой ноге для вращений со сменой ног.</p> <p>G. Максимум один (1) тодес или обводка (позиция произвольная). Партнер должен совершить как минимум 3/4 оборота после принятия позиции тодеса / обводки.</p> <p>H. Максимум одна (1) дорожка шагов (StSq), покрывающая всю поверхность льда.</p>
ВЗРОСЛЫЕ 2:50 макс.	<p>A. Максимум две (2) разные поддержки из группы 1 или группы 2, включающие как минимум 1/2 оборота для мужчины и 1 оборот для женщины. Вариации позиции партнерши, поддержки без рук или на одной руке и комбинации поддержек не допускаются. Поддержки над головой и подкрутки не допускаются. Различные отталкивания от льда засчитываются как разные поддержки.</p> <p>B. Максимум один (1) параллельный соло-прыжок. Допускаются только прыжки в один оборот.</p> <p>C. Максимум один (1) каскад, включающий не более трех классических прыжков в 1 оборот, или одна (1) комбинация прыжков (в ней оцениваются 2 самых сложных прыжка).</p> <p>D. Максимум один (1) выброс. Допускаются только выбросы в один оборот.</p> <p>E. Максимум одно (1) парное вращение или парная комбинация вращений, включающее как минимум три (3) оборота для парного вращения, минимум 3 оборота на каждой ноге для вращений со сменой ноги, минимум два (2) оборота в каждой позиции.</p> <p>F. Максимум один (1) тодес или обводка (позиция произвольная). Партнер должен совершить как минимум 3/4 оборота после принятия позиции тодеса / обводки.</p> <p>G. Максимум одна (1) хореографическая последовательность, покрывающая не меньше половины поверхности льда.</p>

ТАНЦЫ НА ЛЬДУ

Обязательные танцы – пары

Требования

- Пара состоит из мужчины и женщины.
- Соревновательные группы формируются на основе поданных заявок согласно уровню и возрасту.
- Возрастная категория определяется по старшему партнеру.
- Разминочные группы формируются в соответствии с уровнями. Длительность разминки – не более 3-х мин. перед каждым обязательным танцем под музыку танца.
- Оргкомитет оставляет за собой право объединять разминочные группы при необходимости.

Исполняются следующие обязательные танцы по уровням:

Мастера	#10 Равенсбургский вальс (2 повторения) #21 Аргентинское танго (2 повторения)
Золото	#14 Квикстеп (4 повторения) #21 Аргентинское танго (2 повторения)
Серебро	#20 Танго (2 повторения) #9 Звездный вальс (2 повторения)
Бронза	#1 Марш (14-step) (3 повторения) #4 Европейский вальс (2 повторения)

Обязательные танцы – соло

Требования

- Соревновательные группы формируются в соответствии с поданными заявками согласно уровню и возрасту
- Разминочные группы формируются в соответствии с уровнями. Разминка – не более 3-х мин. перед каждым обязательным танцем под музыку танца.
- Организаторы соревнований оставляют за собой право при малом количестве участников объединять разминки.

Исполняются следующие обязательные танцы по уровням:

Золото	#14 Квикстеп (4 повторения) #21 Аргентинское танго (2 повторения)
Серебро	#20 Танго (2 повторения) #9 Звездный вальс (2 повторения)
Бронза	#1 Марш (14-step) (3 повторения) #4 Европейский вальс (2 повторения)

Произвольный танец – пары

Допускается вокальное музыкальное сопровождение. Должно, однако, выполняться следующее правило:

«Музыка может быть вокальной и должна включать хорошо различимые ритм и мелодию, или только ритмическое сопровождение, но не одну мелодию. Пары должны двигаться под ритмическое сопровождение, а не под мелодию в чистом виде. Программа, подчеркивающая смену темпа и сбалансировано использующая мелодию, ритм и музыкальные акценты, а не одну только мелодию, считается более качественной, поскольку она в большей степени демонстрирует уровень танцоров и больше соответствует спортивному характеру ледовых танцев».

В программе допустимы две полные остановки длительностью не более 5 сек.

Коэффициенты, применяемые в произвольном танце

Оценки за компоненты программы умножаются на следующие коэффициенты:

Уровень катания	1.25
Переходы, соединительные дорожки, перемещения	1.75
Представление, исполнение	1.00
Хореография, композиции я	1.00
Интерпретация, Время	1.00

Хорошо сбалансированная программа должна включать следующие элементы:

Уровень, продолжительность	Танцевальные поддержки	Танцевальные вращения	Дорожка шагов	Синхронные твизлы
Золото 3:10 макс. (требования для уровней Мастера и Золото одинаковые)	Максимум две (2) разные танцевальные поддержки, одна (1) короткая с макс. продолжительностью 6 сек. и одна (1) длинная с макс. продолжительностью 12 сек., ИЛИ три (3) короткие поддержки разных типов.	Макс. одно (1) танцевальное вращение, включающее как минимум три (3) оборота на каждой ноге для обоих партнеров. Допустимо простое вращение без смены ноги или комбинированное вращение со сменой ноги.	Максимум одна (1) дорожка шагов по кругу, по часовой или против часовой стрелки.	Максимум одна (1) последовательность синхронных твизлов с максимум тремя (3) шагами в середине.

<p>Серебро 2:40 макс.</p>	<p>Максимум одна (1) танцевальная поддержка продолжительностью не более 6 сек.</p>	<p>Макс. одно (1) танцевальное вращение, включающее как минимум три (3) оборота на каждой ноге для каждого из партнеров. Допустимо простое вращение без смены ноги или комбинированное вращение со сменой ноги.</p>	<p>Максимум одна (1) дорожка шагов по диагонали или вдоль средней линии.</p>	<p>Максимум одна (1) последовательность синхронных твизлов с максимум тремя (3) шагами в середине.</p>
<p>Бронза 2:00 макс.</p>	<p>Максимум одна (1) танцевальная поддержка продолжительностью не более 6 сек.</p>	<p>Макс. одно (1) танцевальное вращение, включающее как минимум три (3) оборота на каждой ноге для каждого из партнеров. Допустимо простое вращение без смены ноги или комбинированное вращение со сменой ноги.</p>	<p>Максимум одна (1) дорожка шагов по диагонали или вдоль средней линии.</p>	<p>—</p>

Произвольный танец – соло

Могут участвовать как мужчины, так и женщины.

Требования по уровням

Золото

Продолжительность: 2 мин. 10 сек. максимум (программа может быть короче).

Произвольный танец должен включать как минимум одно, но не более двух вращений (минимум 3 оборота на каждой ноге), а также дорожку шагов любого типа.

Серебро

Продолжительность: 1 мин. 40 сек. максимум (программа может быть короче).

Произвольный танец должен включать как минимум одно, но не более двух вращений (минимум 3 оборота на каждой ноге), а также дорожку шагов любого типа.

Бронза

Продолжительность: 1 мин. 40 сек. максимум (программа может быть короче).

Произвольный танец должен включать как минимум одно, но не более двух вращений (минимум 3 оборота на каждой ноге), а также дорожку шагов любого типа.