



«Русская зима 2016»

18 – 21 февраля 2016 г.

любительские соревнования по фигурному катанию на коньках

Требования к программам

любительских соревнований по фигурному катанию среди взрослых

Виды соревнований

- [Одиночное катание. Произвольная программа](#)
- [Одиночное катание. Интерпретация](#)
- [Импровизационная программа](#)
- [Обязательные фигуры](#)
- [Парное катание. Произвольная программа](#)
- [Парное катание. Интерпретация](#)
- [Обязательные танцы \(пары и соло\)](#)
- [Короткий танец \(пары\)](#)
- [Произвольный танец \(пары и соло\)](#)
- [Групповой танец](#)
- [Синхронное катание](#)

Одиночное катание - Произвольная программа

По уровню катания участники делятся на 5 соревновательных групп: **Мастера, Золото, Серебро, Бронза, Пре-бронза**. В зависимости от числа участников, в одиночном катании в произвольной программе возможно также деление на следующие возрастные классы:

молодежный класс: 14-20 лет;

класс I: 21-28 лет;

класс II: 29-38 лет;

класс III: 39-48 лет;

класс IV: 49-58 лет;

класс V: 59 лет и старше.

В Парном катании и Танцах, Интерпретации, Импровизация, Обязательных фигурах участники по возрасту делятся на 2 класса:

молодежный класс: 14-38 лет;

взрослый класс: 39 лет и старше.

Требования

Мастера. Макс. продолжительность 3 мин 10 сек

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы Макс. 7	Прыжки	Все прыжки из списка в 1, 2 и 3 оборота. Каждый прыжок можно исполнить не более 2-х раз (<u>сольно или в составе каскада/комбинации</u>).	Аксель	—
	Каскады / комбинации	Максимум 3 каскада / комбинации, из них не более одного каскада из 3-х прыжков.	—	
Вращения Максимум 3		Максимум 3 <u>разных</u> вращения.	Минимум 2 , среди них должны быть: <ul style="list-style-type: none"> • прыжок во вращение или 	—

		<p>вращение со входом прыжком;</p> <ul style="list-style-type: none"> • комбинированное вращение со сменой ноги. <p>Требования по числу оборотов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • мин. 5 оборотов; • 4 об. на каждой ноге при смене ноги. <p>Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.</p>	
Дорожка шагов	Максимум одна (1) дорожка шагов (StSq).	Дорожка шагов должна покрывать всю поверхность льда.	—

Золото. Макс. продолжительность 2 мин 50 сек

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 (<u>сольно или в составе каскада/комбинации</u>).	—	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 <u>разных</u> 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. <p>Требования по числу оборотов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • мин. 4 оборота; • 4 об. на каждой ноге при смене ноги. <p>Вращения должны иметь разные обозначения в таблице элементов.</p>	—
Дорожка шагов		Максимум одна (1) дорожка шагов (StSq).	Должна покрывать всю поверхность льда. <u>При оценке исполнения учитываются лишь черты до уровня 3 включительно.</u>	—

Серебро. Макс. продолжительность 2 мин 10 сек				
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 (<u>сольно или в составе каскада/комбинации</u>).	—	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 <u>разных</u> 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. Макс. продолжительность 1 мин 50 сек				
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 (<u>сольно или в составе каскада/комбинации</u>).	—	Аксель, прыжки в 2 оборота и более.
	Каскады / комбинации	Максимум 2 каскада / комбинации из <u>разрешенных прыжков</u> , из них не более одного каскада из 3-х прыжков.	—	

Вращения Максимум 2	Максимум 2 <u>разных</u> вращения. Смена ноги разрешена, вход прыжком — нет.	Минимум 1 , обязательно должно быть • <u>вращение в одной позиции без смены ноги.</u> Требования по числу оборотов: • 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.
<u>Хореографическая последовательность</u>	Максимум одна (1) хореографическая последовательность	Должна покрывать не меньше половины поверхности льда.	—

Пре-бронза. Макс. продолжительность 1 мин 40 сек

Элементы		Разрешено	Обязательно	Запрещено
Прыжковые элементы. Максимум 3	Прыжки	Все прыжки в пол-оборота и в 1 оборот, за исключением флипа, лутца и акселя. Перекидной прыжок засчитывается как <u>прыжок из списка</u> с обозначением 1W (вальсовый) и базовой стоимостью 0.2. Повторы прыжков разрешены без ограничений.	—	Одинарные флип и лутц, аксель в полтора оборота, прыжки в 2 оборота и более; каскад из 3-х прыжков.
	Каскады / комбинации	Максимум 1 каскад из 2-х прыжков / комбинация из разрешенных прыжков.	—	
Вращения Максимум 1	Максимум 1 Одно вращение в одной позиции без смены ноги.	Минимум одно (1) вращение в одной позиции без смены ноги. Мин. 3 оборота во вращении.	Смена ноги во вращении, прыжок во вращение и вращение со входом прыжком, комбинированное вращение.	
<u>Хореографическая последовательность</u>	Максимум одна (1) хореографическая последовательность	Должна покрывать не меньше половины поверхности льда.	—	

Одиночное катание - Интерпретация

По уровню катания участники соревнований в этом виде делятся на 4 группы: Мастера, Золото, Серебро, Бронза.

Оцениваются лишь компоненты программы (техническая оценка отсутствует).

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 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.
- 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 **2 мин. 10 сек. для уровня Мастера** и **1 мин 40 сек. для уровней Золото, Серебро, Бронза.** Допускается музыка с голосом.
- 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.
- 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 Оберстдорфе, 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).

Импровизационная программа

Требования

- Примерная длительность программы 1 мин. 40 сек. для всех категорий (длительность программы может незначительно отличаться от 1:40 в зависимости от момента окончания музыкальной фразы, отличие не более чем на 20 секунд).
- Соревновательные группы формируются в соответствии с поданными заявками — согласно уровню и возрасту.
- Стилль костюма должен быть нейтральным.
- Музыкальное сопровождение импровизационной программы будет проигрываться в течение 15 минут до выступления — по окончанию регистрации, т.е. не менее чем за 30 мин до начала соревнований.
- Участники должны будут разойтись по раздевалкам, где они больше не смогут слышать музыку или видеть других фигуристов на льду. Тренерам не будет позволено общаться с учениками в это время.
- Каждому уровню должны соответствовать только перечисленные ниже элементы. Все дополнительные элементы наказываются.

Обязательные элементы импровизационной программы:

<u>Мастера</u> 1:40	<ul style="list-style-type: none">• одно комбинированное вращение с как минимум 2 сменами позиций и 1 сменой ноги (мин. 4 оборота на каждой ноге);• один прыжок во вращение (мин. 4 оборота);• одно оригинальное вращение, позиция вращения по выбору (оценивается оригинальность – мин. 4 оборота);• один прыжок в шпагат;• комбинация спиралей и шагов должна включать смену направления, ласточки, бауер, кораблик по всему льду.
<u>Золото</u> 1:40	<ul style="list-style-type: none">• одно комбинированное вращение с как минимум 1 сменой позиции и 1 сменой ноги (мин. 3 оборота на каждой ноге);• один заклон, волчок или оригинальное вращение – позиция произвольная, оценивается оригинальность (мин. 4 оборота);• одна либела (мин. 4 оборота);• комбинация спиралей и шагов должна включать смену направления, ласточки, бауер, кораблик по всему льду.
<u>Серебро</u> 1:40	<ul style="list-style-type: none">• одна либела (мин. 3 оборота);• один волчок или оригинальное вращение — позиция произвольная, оценивается оригинальность (мин. 3 оборота);• одно комбинированное вращение только с одной сменой позиции и без смены ноги (мин. 4 оборота);• комбинация спиралей и шагов должна включать смену направления, ласточки, бауер, кораблик по всему льду.
<u>Бронза</u> 1:40	<ul style="list-style-type: none">• одно вращение в позиции стоя (мин. 4 оборота);• одно вращение назад, заход по выбору (мин. 3 оборота);• один волчок (мин. 3 оборота);• комбинация спиралей и шагов должна включать смену направления, ласточки, бауер, кораблик по всему льду.

Обязательные фигуры

Требования

- Участник имеет право выбрать стартующую ногу (фигуры, начинающиеся с правой ноги, обозначаются буквой "а", с левой — буквой "b").
- Круги и параграфы выполняются с 3-мя повторениями, а восьмёрки — с 2-мя повторениями.
- На соревнованиях в обязательных упражнениях будут исполняться следующие фигуры по уровням:

ISU-№	Название фигуры	ISU-№	Название фигуры
ПРЕ-БРОНЗА		СЕРЕБРО	
1 a/b	Круги вперед-наружу	4 a/b	Круги назад-внутри
2 a/b	Круги вперед-внутри	9 a/b	Тройка вперед-внутри — назад-наружу
3 a/b	Круги назад-наружу	14 a/b	Петля вперед-наружу
БРОНЗА		ЗОЛОТО	
3 a/b	Круги назад-наружу	6 a/b	Серпантин назад-наружу-внутри
5 a/b	Параграф вперед-наружу-внутри	18 a/b	Круги со скобками вперед-наружу — назад-внутри
7 a/b	Тройки вперед-наружу	16 a/b	Петля назад-наружу

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

<u>МАСТЕРА</u> 3:10 макс.	<ul style="list-style-type: none">a. Максимум три (3) разные поддержки, одна из них может быть подкруткой.b. Максимум два (2) выброса (одинарных или двойных).c. Максимум один (1) параллельный соло-прыжок. Допускаются одинарные, двойные и тройные прыжки.d. Максимум один (1) каскад, включающий не более трех классических прыжков, или одна (1) комбинация прыжков (в ней оцениваются 2 самых сложных прыжка).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.f. Максимум одно (1) параллельное вращение или параллельная комбинация вращений, включающее 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.g. Максимум один (1) тодес или обводка (позиция произвольная). Партнер должен совершить как минимум 3/4 оборота после принятия позиции тодеса / обводки.h. Максимум одна (1) дорожка шагов (StSq) или хореографическая последовательность (ChSq), покрывающая всю поверхность льда. При оценке дорожки шагов учитываются лишь черты до уровня 3 включительно.
<u>ВЗРОСЛЫЕ</u> 2:50 макс.	<ul style="list-style-type: none">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.b. Максимум один (1) выброс. Допускаются только выбросы в один оборот <u>или одинарный аксель</u>.c. Максимум один (1) параллельный соло-прыжок. Допускаются только прыжки в один оборот <u>или одинарный аксель</u>. Двойные и тройные прыжки запрещены.d. Максимум один (1) каскад, включающий не более трех классических прыжков в 1 оборот <u>и одинарный аксель</u>, или одна (1) комбинация прыжков (в ней оцениваются 2 самых сложных прыжка). Двойные и тройные прыжки запрещены.e. Максимум одно (1) парное вращение или парная комбинация вращений, включающее как минимум четыре (4) оборота для парного вращения, минимум 6 оборотов для парной комбинации вращений, минимум два (2) оборота в каждой позиции.f. Максимум один (1) тодес или обводка (позиция произвольная). Партнер должен совершить как минимум 3/4 оборота после принятия позиции тодеса / обводки.g. Максимум одна (1) <u>хореографическая последовательность</u>, покрывающая не меньше половины поверхности льда.

Парное катание - Интерпретация

Требования

Соревнования проводятся в двух уровнях: **Мастера** и **Взрослые**. Пара должна состоять из мужчины и женщины.

Программа оценивается лишь через компоненты, оценки технических элементов отсутствуют.

При выборе элементов интерпретационной программы следует руководствоваться не их технической сложностью, а тем, насколько точно они отражают характер музыки и замысел программы. Оценка выступления основывается на интерпретации музыки и раскрытии темы программы, а не на сложности элементов. Оценка отражает, насколько фигуристы могут воспользоваться своими навыками катания для выражения замысла программы.

Построение программы должно использовать навыки и элементы парного фигурного катания, а не действия, прямо не связанные с катанием, такие как скольжение на одном колене или чрезмерное использование шагов на зубцах (подобные движения можно использовать лишь для подчеркивания ритма или нюансов музыки). Пара не должна оставаться на одном месте более пяти (5) секунд.

Ниже для каждого из уровней перечислены обязательные и разрешенные элементы спортивного парного катания. Всякий элемент, исполненный сверх возможного максимального числа, оценивается как запрещенный и влечет штраф 1.0; также штрафом 1.0 наказывается нехватка каждого обязательного элемента.

Костюмы должны быть простыми и выбранными со вкусом. Театральные костюмы и театральный макияж недопустимы.

Использовать реквизиты не разрешается. Реквизитом считается любой предмет, который держится в руках или снимается в процессе исполнения программы. Например, шляпа, надетая на фигуриста, не считается реквизитом, если только он намеренно не снимает ее при исполнении программы. Запрещено класть любые предметы на лед, борт катка или судейский стол. Костюмы, которые могут портить лед или оставлять частицы на нем (перья, боа, чрезмерное количество бисера и т.п.), считаются небезопасными и также недопустимы. Судьи могут накладывать штрафы за использование реквизитов или за недопустимые костюмы.

Запрещенные элементы:

- прыжки типа сальто;
- лежание на льду и продолжительное стояние на обоих коленях.

Уровень "Мастера"

На уровне "Мастера" интерпретационная программы пары должна включать элементы спортивного парного катания. Не менее трех (3) и не более четырех (4) элементов из следующего списка должны быть включены в программу:

- а. Максимум один (1) соло-прыжок **ИЛИ** один (1) выброс. Аксель и двойные прыжки не допускаются. Также не разрешены каскады и комбинации прыжков.
- б. Максимум одно (1) парное вращение (либо парная комбинация вращений) **ИЛИ** одно параллельное вращение.
- с. Максимум один (1) тодес или обводка (позиция произвольная).
- д. Максимум одна (1) поддержка из Группы 1 или Группы 2. Вариации позиции партнерши, поддержки без рук или на одной руке, комбинированные поддержки не допускаются. Также запрещены поддержки над головой и подкрутки.

Продолжительность программы: максимум 2 минуты 20 секунд (программа может быть короче).

Уровень "Взрослые"

На уровне "Взрослые" интерпретационная программы пары должна включать элементы спортивного парного катания. Не менее трех (3) и не более четырех (4) элементов из следующего списка должны быть включены в программу.

- a. Максимум один (1) соло-прыжок **ИЛИ** один (1) выброс. Аксель и двойные прыжки не допускаются. Также не разрешены каскады и комбинации прыжков.
- b. Максимум одно (1) парное вращение (либо парная комбинация вращений) **ИЛИ** одно параллельное вращение.
- c. Максимум один (1) тодес или обводка (позиция произвольная).
- d. Максимум одна (1) поддержка из Группы 1 или Группы 2. Вариации позиции партнерши, поддержки без рук или на одной руке, комбинированные поддержки не допускаются. Также запрещены поддержки над головой и подкрутки.

Продолжительность программы: максимум 1 минута 50 секунд (программа может быть короче).

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	#11 Золотой вальс (2 повторения) #18 Ча-ча конгеладо (2 повторения)
Золото	#7 Венский вальс (3 повторения) #18 Ча-ча конгеладо (2 повторения)
Серебро	#3 Рокер фокстрот (4 повторения) #23 Блюз (3 повторения)
Бронза	#2 Фокстрот (3 повторения) #4 Европейский вальс (2 повторения)
Пре-бронза	Ивовый вальс (Willow Waltz) 3 повторения Танго фиеста (Fiesta Tango) 3 повторения

В соответствии с правилами ISU номер 707, 708, 353 параграф 1.n) и ISU коммюнике 1857 и 1860, должно использоваться официальное музыкальное сопровождение, установленное ISU для обязательных танцев (Pattern Dances). Как исключение, пары могут выбирать собственную музыку для следующих обязательных танцев:

- Фокстрот (Бронза);
- Блюз (Серебро);
- Венский вальс (Золото);
- Ча-ча конгеладо (Мастер).

Музыка должна быть выбрана в соответствии с ритмом обязательного танца.

Спецификация темпа обязательных танцев:

- (Пре-Бронза) Ивовый вальс — 46 тактов по 3 удара (138 ударов) в минуту плюс-минус 2 удара;
- (Пре-Бронза) Танго фиеста — 27 тактов по 4 удара (108 ударов) в минуту плюс-минус 2 удара;
- (Бронза) Фокстрот — 25 тактов по 4 удара (100 ударов) в минуту плюс-минус 2 удара;
- (Серебро) Блюз — 22 такта по 4 удара (88 ударов) в минуту плюс-минус 2 удара;
- (Золото) Венский вальс — 52 такта по 3 удара (156 ударов) в минуту плюс-минус 3 удара;
- (Мастер) Ча-ча конгеладо — 29 тактов по 4 удара (116 ударов) в минуту плюс-минус 2 удара.

В каждой категории второй обязательный танец должен использовать установленное ISU официальное музыкальное сопровождение, которое предоставляется организаторами соревнований.

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:

Мастера	#11 Золотой вальс (2 повторения) #18 Ча-ча конгеладо (2 повторения)
Золото	#7 Венский вальс (3 повторения) #18 Ча-ча конгеладо (2 повторения)
Серебро	#3 Рокер фокстрот (4 повторения) #23 Блюз (3 повторения)
Бронза	#2 Фокстрот (3 повторения) #4 Европейский вальс (2 повторения)
Пре-бронза	Ивовый вальс (Willow Waltz) 3 повторения Танго фиеста (Fiesta Tango) 3 повторения

Остальные требования к музыке те же, что и Обязательные танцы – Пары.

Короткий танец — Пары

Пара состоит из мужчины и женщины.

Фигуристы соревнуются в двух категориях: **Мастера и Взрослые**. Технические требования общие для обеих категорий.

Композиция короткого танца в сезоне 2015/2016 включает **Вальс** плюс любой набор из следующих ритмов: **Фокстрот, Марш, Полька**. Требования к Короткому танцу для юниоров, изложенные в ISU Коммюнике 1932, приняты для взрослых любительских соревнований.

Требуемые элементы короткого танца.

- **Одна (1) последовательность обязательного танца "Звездный вальс"**, разделенная на две секции. За секцией 1 следует секция 2, шаг #1 исполняется с левой стороны от судей. Элементы обязательного танца должны исполняться в ритме и в стиле вальса. Темп музыки должен быть постоянным и соответствовать требуемому темпу для Звездного вальса — 58 тактов по 3 удара (174 удара) в минуту, плюс-минус 3 удара в минуту.
- **Одна (1) Короткая Поддержка**. Дополнительно допускается одна (1), но не более, переходная танцевальная поддержка (длительностью не более 6 секунд), которая исполняется по желанию после обязательной поддержки.
- **Одна (1) дорожка шагов без касания вдоль средней линии ИЛИ дорожка шагов без касания по кругу ИЛИ дорожка шагов без касания по диагонали**. В соответствии с правилом 703, параграф 4, дорожка шагов без касания по кругу может исполняться как по часовой стрелке, так и против, и должна покрывать полностью всю ширину катка по его короткой оси.
- **Одна (1) серия последовательных твизлов**.

Элементы должны быть включены в композицию танца так, чтобы его концепция и хореография создавала впечатление целостного танца.

Танцевальное вращение не является обязательным элементом короткого танца. Однако вращательное движение, исполняемое парой с произвольным хватом вокруг общей оси на одной или двух ногах с произвольным количеством оборотов, допустимо. Пара может использовать его как часть хореографии танца. Техническая бригада не учитывает подобные движения, а судьи не рассматривают их как одну из разрешенных остановок.

Вальсовый ритм и ритмы **Фокстрота, Марша и Польки** описаны в Буклете ISU "Танцевальные ритмы для танцев на льду" 1995 г.

Спецификации

- Описания, таблицы и диаграммы обязательных танцев (Pattern Dances) включены в Пособие ISU по ледовым танцам "ISU Handbook Ice Dance 2003".
- Концепция и хореография должны создавать впечатление целостного танца. Элементы Обязательного Танца (Pattern Dance) могут исполняться в любой части Короткого Танца и должны быть интегрированы в композицию так, чтобы не оставалось впечатления, что они попросту соединены с другими фрагментами танца без заботы о переходах.
- В соответствии с Коммюнике 1860, параграфом 3, исполнение элемента Обязательного Танца, начало которого не попадает на требуемую долю такта, штрафует судьями.

Музыка для Короткого Танца, включая музыку для входящего в него отрезка Обязательного Танца, выбирается самой парой и может быть вокальной.

Максимальная продолжительность Короткого танца - 2 минуты 50 секунд, может быть короче.

Все компоненты умножаются на множитель 0.8 (Правило 353, параграф 1.m).

Произвольный танец — Пары

Пара состоит из мужчины и женщины.

Музыка произвольного танца может быть вокальной и должна удовлетворять следующим условиям:

- в музыке должны быть хорошо различимы ритм и мелодия либо только ритм, но нельзя использовать лишь мелодию без ритма. Отсутствие ритма допустимо лишь в начале и в конце программы в течение не более 10 секунд, а также в середине программы не более 10 секунд;
- в музыке должна быть хотя бы одна смена темпа и экспрессии. Эта смена может быть плавной или мгновенной, но в любом случае должна быть четко выраженной;
- любая музыка, включая классическую, должна быть вырезана, отредактирована и оркестрована так, чтобы создать красочную и нескудную танцевальную программу;
- музыка должна соответствовать уровню танцевальной пары и техническим возможностям фигуристов.

При невыполнении этих требований к музыке из оценки пары может быть вычтен штраф.

Оценки за компоненты программы умножаются на коэффициент 1.2.

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 или комбинация вращений.	Максимум одна (1) дорожка шагов по кругу в позиции, Стиль А.	Максимум одна (1) последовательность синхронных твизлов с максимум тремя (3) промежуточными шагами.
Серебро 2:40 макс.	Максимум одна (1) танцевальная поддержка продолжительностью не более 6 сек.	Макс. одно (1) танцевальное вращение или комбинация вращений.	Максимум одна (1) дорожка шагов по диагонали в позиции, Стиль В.	Максимум одна (1) последовательность синхронных твизлов с максимум тремя (3) промежуточными шагами.
Бронза 2:00 макс.	Максимум одна (1) танцевальная поддержка продолжительностью не более 6 сек.	Макс. одно (1) танцевальное вращение или комбинация вращений.	Максимум одна (1) дорожка шагов по диагонали в позиции, Стиль В.	—

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.

Групповой танец

Максимальная продолжительность 3 мин. 10 сек.

В составе команды могут участвовать от 2 до 16 фигуристов любого пола.

В программу могут быть включены как элементы ледовых танцев и балетов на льду, так и элементы синхронного катания. Допускается музыка с голосом. Тема и тип программы должны быть указаны в заявке (не больше 8 слов).

Использование КРУПНОГАБАРИТНЫХ реквизитов запрещено. Небольшие предметы (шляпа, веер, зонт, трость и т.п.) использовать можно. Однако класть их на судейский стол, бросать в публику и т.п. не разрешается.

Синхронное катание

Максимальная продолжительность 3 мин. 10 сек.

Команда должна состоять из 8–16 человек и может включать как женщин, так и мужчин; при этом в команде может не больше четырех (4) запасных.

Произвольная программа должна быть исполнена в соответствии с правилами ISU (см. документ [Special Regulations & Technical rules. Synchronized Skating 2014](#) и другие коммюнике ISU, относящиеся к синхронному катанию).

Хорошо сбалансированная произвольная программа **должна включать** следующие шесть (6) **обязательных элементов:**

1. элемент **Пересечение (I)**;
2. **линейный элемент — Линия (L)**;
3. элемент с **пивотом — Блок (PB)**;
4. **вращающийся элемент — Колесо (W)**;
5. **смещающийся элемент — Круг (TC)**;
6. **один из следующих двух элементов по выбору:**
 - один (1) **Креативный элемент (Cr)**;
 - ИЛИ**
 - один (1) **Комбинированный элемент (Co)**.

В Произвольную программу могут быть включены дополнительные элементы, которые будут учитываться в оценках компонентов программы — переходов и/или хореографии. Описание запланированных элементов программы должно указывать, какие элементы следует рассматривать как переходы или хореографические элементы. Определения рекомендованных элементов содержатся в Правилах ISU 905 и 911, параграф 2.

Группы Сложности Элементов и Черты описаны в соответствующих коммюнике ISU.

Запрещенные элементы: недопустимы элементы, которые запрещены правилами Произвольной программы для Юниоров, Правило 912, параграф 10 b. Также запрещены подъем и спуск переворотом при исполнении поддержек.

Хваты: Команда может использовать различные хваты. В программе должны быть использовано как минимум три (3) различных и хорошо различимых хвата. Они могут выполняться либо при исполнении элементов, либо в переходах.

Время отсчитывается с момента, когда Команда начинает движение (скольжение), отсчет заканчивается в момент полной остановки в конце программы.

Музыкальное сопровождение со словами допустимо.

Множители (факторы) для компонентов программы: 1.0

ДОБРЫХ ВАМ СТАРТОВ!