

# Технические требования к содержанию программам ПРОИЗВОЛЬНОГО КАТАНИЯ

## группа «Любители»

Уровень исполнения	Программа	Время исполнения программ	Компоненты		Перечень элементов, подлежащих исполнению в программе
			коэф-нт	оцениваемые	
1 ступень «Начинающий фигурист» БАЗОВЫЙ	Катание под музыку	до 1.40	1,2	навыки скольжения и представление программы.	<p><b>1. Прыжковый элемент</b> – Прыжки на 2-х ногах в пол-оборота (3 раза подряд) + «Козлики» вперёд (3 раза подряд), выполняются одной связкой в любой последовательности. (прыжковый элемент записывается как 1W).</p> <p><b>2. Элемент - Хореографическая последовательность (ChSg1)</b> включающая в себя: – Фонарики вперёд, змейка вперёд, скольжение ёлочкой, фонарики назад, змейка назад, «косичка» вперёд, «журавлик», выпад вперёд. А также должна включать в себя <b>две любые позиции</b> (удерживать не менее 2 секунд) из перечисленных: цапля, обезьянка, ласточка, пистолетик, тюльпанчик. Элемент выполняется одной связкой. <b>Началом считается выполнение первой из вышеперечисленных позиций.</b></p> <p><b>3. Вращательный элемент</b> - Циркуль вперёд + вращение только на 2-х ногах (мин. 1 оборот). (Элемент будет записан как USp B)</p> <p>Все три элемента выполняются в любом порядке, нельзя разбивать выполняемый элемент другими. (Например: в ChSg1 вставлять прыжки или вращения).</p> <p>Оцениваются два компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>
2 ступень «Начинающий фигурист» ПРОДВИНУТЫЙ	Катание под музыку	до 1.40	1,2	навыки скольжения и представление программы.	<p><b>1. Перекидной прыжок (1W)</b></p> <p><b>2. Одно</b> вращение в базовой позиции без смены ноги и позиции (не менее 2 об.). <b>Запрещен</b> заход прыжком</p> <p>Максимальный уровень вращения - <b>базовый.</b></p> <p><b>3. Хореографическая последовательность:</b> состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>2 секунды.</b></p> <p>Оцениваются два компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>

<p><b>3 ступень</b> Юный фигурист - - БАЗОВЫЙ</p>	<p>Катание под музыку</p>	<p><b>до</b> <b>1.40</b></p>	<p><b>1,2</b></p>	<p>навыки скольжения и представление программы</p>	<p>1. Только два различных прыжковых элемента. <u>Разрешены:</u> 1W, 1S, 1T; <u>запрещены:</u> 1Lo, 1F, 1Lz.</p> <p>2. <b>Одно</b> вращение в базовой позиции без смены ноги и позиции (не менее 3 об.). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращения - <b>базовый</b>.</p> <p>3. Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>2 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются два компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>
<p><b>4 ступень</b> Юный фигурист - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p>Катание под музыку</p>	<p><b>до</b> <b>2.10</b></p>	<p><b>1,2</b></p>	<p>навыки скольжения и представление программы</p>	<p>1. Только три прыжковых элемента. Один перекидной прыжок и два различных прыжка в 1 оборот. <u>Разрешены</u> любые прыжки в 1 оборот; <u>запрещен</u> 1A.</p> <p>2. <b>Одно</b> вращение в базовой позиции без смены ноги и позиции (не менее 3об.). <u>Запрещен</u> заход прыжком Максимальный уровень вращения - <b>базовый</b>.</p> <p>3.Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 0,5 балла.</p> <p>Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>

<p align="center"><b>5 ступень</b> Зий юношеский - - БАЗОВЫЙ</p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.10</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>1,5</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только три прыжковых элемента. Два разнообразных прыжка в один оборот. <u>Запрещены</u> 1А и прыжки в два и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2. Два различных вращения</b> в базовой позиции без смены ноги и позиции.(не менее 3об.) <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>первый</b>.</p> <p><b>3.</b>Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1</p>
<p align="center"><b>6 ступень</b> Зий юношеский - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.10</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>1,5</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только три прыжковых элемента. Два разнообразных прыжка в один оборот, один из которых 1А. <u>Запрещены</u> прыжки в 2 и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2. Два вращения</b>, одно из которых должно быть вращением только в одной базовой позиции без смены ноги (не менее 3об.). Второе вращение – комбинированное, может состоять из двух или трех позиций (минимум 6 оборотов в сумме). <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>первый</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требование для выполнения нормы: выполнение всех вышеперечисленных элементов со средней оценкой бригады судей не менее, чем -1.</p>

<p align="center"><b>7 ступень</b> 2ой юношеский - БАЗОВЫЙ</p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center">1,6</p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только четыре прыжковых элемента, один из которых 1А. <u>Запрещены</u> прыжки в 2,5 и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2.</b> Два <b>вращения</b>, одно из которых должно быть вращением только в одной базовой позиции <b>со сменой ноги</b> (не менее 6 оборотов в сумме). Второе вращение – комбинированное (минимум 10 оборотов в сумме). <b>При отсутствии</b> попытки выполнения <u>«либелы»</u> или <u>«волчка»</u>, вращение не засчитывается. <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить 1А и один прыжок в 2 оборота, средняя оценка бригады судей за все элементы - не менее (-1).</p>
<p align="center"><b>8 ступень</b> 2ой юношеский - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p align="center">Произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center">1,6</p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.</b> Только четыре прыжковых элемента, один из которых 1А. Запрещены прыжки в 2,5 и более оборотов. Не более <b>одного каскада</b> или комбинации. (Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных). Только <b>один прыжок</b> может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p><b>2.</b> Максимум <b>два вращения</b>, одно из которых должно быть вращением в одной базовой позиции <b>со сменой ноги</b> (не менее 6 оборотов в сумме). Второе вращение – комбинированное(минимум 10 оборотов в сумме). <b>При отсутствии</b> попытки выполнения <u>«либелы»</u> или <u>«волчка»</u>, вращение не засчитывается. <u>Запрещен</u> заход прыжком в обоих вращениях. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя минимум <b>одну позицию спирали</b>, которую необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить 1А и два любых прыжка в 2 оборота, средняя оценка бригады судей за все элементы - не менее (-1).</p>

<p align="center"><b>9 ступень</b> 1ый юношеский - - БАЗОВЫЙ</p>	<p align="center">Сбалансированная произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>2,0</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.Только</b> четыре прыжковых элемента. Хотя бы один из которых должен быть Аксель. <u>Запрещены</u> тройные прыжки и 2А. Максимум <b>два каскада</b> или комбинации. Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных. Только <b>два прыжка</b> могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>3. Максимум <b>два вращения</b>, одно из которых вращение в одной базовой позиции со сменой или без смены ноги (минимум 6 оборотов). <u>Разрешен</u> заход прыжком. Второе - Комбинированное вращение <b>со сменой ноги</b> (минимум 10 оборотов в сумме). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя <b>две различные позиции спирали, выполненные на разных ногах</b>, каждую из которых необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить каскад или комбинацию с 1А и двойным прыжком или двумя двойными прыжками, два различных двойных прыжка не менее, чем на (-1). Средняя оценка бригады судей за все элементы не менее, чем (-1)</p>
<p align="center"><b>10 ступень</b> 1ый юношеский - - ПРОДВИНУТЫЙ</p>	<p align="center">Сбалансированная произвольная программа</p>	<p align="center"><b>2.30</b> <b>+0,10</b></p>	<p align="center"><b>2,0</b></p>	<p align="center">навыки скольжения, представление программы, интерпретация</p>	<p><b>1.Только</b> четыре прыжковых элемента. Один из которых должен быть 2А. <u>Запрещены</u> тройные прыжки. Максимум <b>два каскада</b> или комбинации. Каскад может состоять из двух прыжков, комбинация может включать в себя любое кол-во прыжков, но засчитаны будут только два, наиболее сложных. Только <b>два прыжка</b> могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>3. Максимум <b>два вращения</b>, одно из которых вращение в одной базовой позиции со сменой или без смены ноги (минимум 6 оборотов). <u>Разрешен</u> заход прыжком. Второе - Комбинированное вращение <b>со сменой ноги</b> (минимум 10 оборотов в сумме). <u>Запрещен</u> заход прыжком. Максимальный уровень вращений - <b>второй</b>.</p> <p><b>3.</b> Хореографическая последовательность: состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, арабески, кораблики, и т п..., и должна включать в себя <b>две различные позиции спирали, выполненные на разных ногах</b>, каждую из которых необходимо удерживать <b>3 секунды</b>.</p> <p>Оцениваются три компонента: 1. Навыки скольжения. 2. Представление программы. 3. Интерпретация. Снижение за каждое падение 1.0 балл. Требования для выполнения нормы: Необходимо исполнить каскад или комбинацию с 1А и двойным прыжком или двумя двойными прыжками, два различных двойных прыжка не менее, чем на (-1). Средняя оценка бригады судей за все элементы не менее, чем (-1)</p>

<b>11 ступень</b> <b>2ой спортивный</b>				
Короткая программа	<b>2.30</b>	<b>1,0</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<p>1. 1Аксель.</p> <p>2. Любой прыжок с шагов в два оборота.</p> <p>3. Каскад из двух прыжков: 2+2.</p> <p>4. Либела или Волчок со сменой ноги (мальчики), Заклон назад или в сторону (девочки).</p> <p>5. Комбинация вращений с одной сменой ноги (минимум 6 об. на каждой ноге).</p> <p>6. Одна дорожка шагов.</p> <p>Все прыжки Короткой программы должны быть различными, допустим каскад из 2х одинаковых прыжков.</p> <p>Максимальный уровень элементов - третий.</p>
Сбалансированная произвольная программа	<b>3.00</b> <b>+0,10</b>	<b>1,8</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<p>Максимум 6 прыжковых элементов, хотя бы один из которых должен быть 1Аксель или 2Аксель, не менее четырех разнообразных прыжков в 2 об.</p> <p>В программе может быть до 2х каскадов или комбинаций, один из которых состоит из двух прыжков в 2об.</p> <p>Только 2 прыжка в 2,5 об. могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>Максимум 2 вращения, одно из которых должно быть Комбинацией вращений со сменой ноги (минимум 10 об. в сумме) и одно – Прыжком во вращение или вращением с заходом прыжком (минимум 6 оборотов).</p> <p>Максимум одна дорожка шагов.</p>

<b>12 ступень</b> <b>1ый спортивный</b>	Короткая программа	<b>2.30</b>	<b>1,0</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Двойной Аксель.</li> <li>2. Любой прыжок с шагов в два или три оборота.</li> <li>3. Каскад из двух прыжков: 3+3 или 3+2 или 2+2 или 2+3.</li> <li>4. Прыжки во вращение (минимум 8 оборотов в позиции приземления), позиция приземления отлична от позиции во вращении со сменой ноги.</li> <li>5. Заклон назад или в сторону - для девушек (минимум 8 оборотов); Либела или Волчок со сменой ноги - для юношей (минимум 8 оборотов).</li> <li>6. Комбинация вращений с только одной сменой ноги (минимум 6 оборотов на каждой ноге).</li> <li>7. Одна дорожка шагов.</li> </ol> <p>Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков.</p>
	Сбалансированная произвольная программа	<b>Девушки = 3.30+0,10</b> <b>Юноши = 4.00+0,10</b>	<b>1,8</b>	навыки скольжения, транзишнз, представление программы, интерпретация	<p>Максимум 6 прыжковых элементов для девушек и 7 прыжковых элементов для юношей.</p> <p>Не менее 4 разнообразных прыжков в два или три оборота, прыжок 2А и каскад прыжков с 2А.</p> <p>Необходимо исполнить прыжок 2А, все вращения и дорожку шагов, 4 различных прыжка в два или три оборота не менее, чем на (-1).</p>

Спираль\* – это скольжение на одной ноге по дуге в позиции, где линия верхней стороны бедра свободной ноги параллельна линии льда или выше линии ягодиц.

## Технические требования к содержанию вида ПОКАЗАТЕЛЬНОГО ТАНЦА.

Участник может соревноваться в этом виде только в соответствии с его уровнем в Произвольном катании.

### В группе «Любители»:

Вне конкурса – 1ая и 2ая ступени;

**1-й уровень** соответствует 3-й, 4-й, 5-й и 6-й ступеням;

**2-й уровень** соответствует 7-й, 8-й, 9-й и 10-й, ступеням;

**3-й уровень** соответствует 11-й и 12-й ступеням.

### В группе «Спортсмены»:

**1-й уровень** соответствует Юному фигуристу и 3му Юношескому разряду;

**2-й уровень** соответствует 2-ому и 1-ому Юношеским разрядам;

**3-й уровень** соответствует 2-ому и 1-ому Спортивным разрядам.

### Требования

- Соревновательные группы формируются в соответствии с поданными заявками – согласно **уровню и возрасту**.
- Допускается музыка с голосом. Продолжительность музыкального сопровождения не должна превышать:
  - для 3 – 5 ступеней - 1 мин 40 сек,
  - для 6 – 12 ступеней - 2 мин 00 сек.
- При оценивании очень важны скорость, хорошо согнутые колени, хорошие дуги, отцентрованные вращения и грациозные движения.
- Разнообразие шагов и элементов оценивается с точки зрения **отображения музыки на льду**.
- Использование таких эффектов, как танец на зубцах, лежание или сидение на льду, валяние или подпевание музыке не желательно.
- Допускается использование безопасного для льда и зрителей реквизита, декорации не допускаются.
- **Костюмы** должны соответствовать характеру музыки. Костюмы, которые содержат частицы, которые могут повредить или оставить что-либо на льду рассматриваются как небезопасные и не допускаются
- Аксель и двойные прыжки не допускаются; оценивание прыжков будет основываться только на их хореографическом эффекте, а не на их сложности; исполнение любого запрещенного элемента наказывается судьями.
- Декорации не допускаются.
- **Тема программы** должны быть заявлены в Заявке (не более 8 слов).

## Технические требования к содержанию программ вида ГРУППОВОЙ ТАНЕЦ

В виде ГРУППОВОЙ ТАНЕЦ команды соревнуются с Произвольной программой.

Определены **4 раздела**, различающиеся по критерию – возраст по состоянию на 1 января года соревнований:

### Дети младшая группа (Pre-Novice A)

Все участники команды должны быть **не старше 8 лет**. Длительность выступления 3 мин30 сек +/- 15 сек.



### **Дети старшая группа (Pre-Novice B)**

Все участники команды должны быть **не старше 11 лет**. Длительность выступления 4 мин +/- 15 сек.

### **Смешанная 15- (MIX 15-)**

Все участники команды должны быть **не старше 15 лет**. Длительность выступления 4 мин 30 сек +/- 15 сек.

### **Смешанная 15+ (MIX 15+)**

Хотя бы один участник команды **должен быть старше 15 лет**. Длительность выступления 5 мин +/- 15 сек.

### **Взрослые (Adult)**

Все участникам команды **должно исполниться 18 лет**. Длительность выступления 4 мин 30 сек +/- 15 сек.

Каждый раздел по усмотрению Оргкомитета может быть разделён на соревновательные группы **по количеству участников** в танце: 4-9 чел, 10-20 чел, 21-30 чел и более.

В каждом разделе **допускается 20% участников** от общего количества участников в танце **старше или младше указанного возраста в разделе**.

#### Правила и Требования к представляемым танцам:

- 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.
- Все танцы вида оцениваются по правилам **«новой системы судейства» одной оценкой** – «за компоненты программы».

#### Правила выхода на старт:

- С момента объявления выхода команды на лед у нее есть 2 минуты для подготовки реквизита и выхода на стартовую позицию. Фигуристы имеют право использовать полностью или часть этого времени для разминки.
- По истечении 1 минуты 30 секунд времени, отведенного на подготовку команды к выступлению, судья-информатор объявляет в микрофон, что осталось 30 секунд до старта. Никаких других объявлений до начала воспроизведения музыкального сопровождения программы не производится.
- По истечении 2 минут, отведенных на подготовку команды к выступлению, включается музыкальное сопровождение программы и сразу начинается отсчет хронометража.  
В случае готовности команды до истечения времени, отведенного на подготовку команды к выступлению, капитан команды может поднять руку / махнуть рукой, подавая сигнал на включение записи музыкального сопровождения программы или вербального вступления и музыкального сопровождения программы.

## Технические требования к содержанию программ вида **Импровизация**

Участник может соревноваться в Импровизационной программе только в соответствии с его уровнем в Произвольном катании. Выделяются следующие уровни:

Начинающие – 1ая ступень и 2ая ступень;

**1-й уровень** соответствует **3-й, 4-й и 5-й ступеням;**

**2-й уровень** соответствует **6-й, 7-й и 8-й ступеням;**

**3-й уровень** соответствует **9-й, 10-ой, 11-й и 12-й ступеням.**

- 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.
- Стиль костюма должен быть нейтральным.
- **Музыкальное сопровождение** импровизационной программы будет проигрываться в течение 15 минут до выступления и не менее, чем за 30 мин до начала соревнований по виду (расписание прослушивания смотрите в Стартовом листе).
- После прослушивания участникам желательно разойтись по раздевалкам, где они больше не смогут слышать музыку или видеть других фигуристов на льду.
- Тренерам **разрешено находиться на прослушивании**, общаться с учениками и помогать им в это время.
- Каждому уровню **должны соответствовать** только перечисленные ниже элементы. Все дополнительные элементы **наказываются**.
- Оценка прыжков и вращений основывается на их хореографическом эффекте, соответствии музыке, а не на их сложности.
- Каждая программ этого вида оценивается с точки зрения отображения музыки на льду.
- В программах ценится креативность, оригинальность позиций и выполнения элементов фигурного катания.
- В программу включаются перечисленные ниже элементы. Все дополнительные элементы наказываются. Снижение за каждое превышение = 0,5 балла.

### Обязательные элементы импровизационной программы:

<b><u>Начинающий</u></b>	- одно вращение в позиции стоя, возможно на 2х ногах (мин. 2 оборота); - комбинация спиралей и шагов должна включать смену направления, ласточки, бауер, кораблик по всему льду.
<b><u>1ый уровень</u></b>	- Максимум <b>два, но обязательно - одно</b> вращение без смены позиции и ноги (мин. 3 об). - Обязательно <b>один</b> прыжок; запрещены 1Lz и прыжки в 1,5 об и более. - <b>Хореографическая последовательность</b> со сменой направлений и минимум одной позицией спиралей (ласточка, бауер, кораблик...) не менее, чем на 2/3 катка.
<b><u>2ой уровень</u></b>	- Максимум <b>два, но обязательно - одно</b> вращение со сменой позиций и ноги (мин. 6 об). - Максимум <b>два</b> прыжка ( <b>но обязательно – один</b> ); запрещены прыжки более 1,5 об. - <b>Хореографическая последовательность</b> со сменой направлений и минимум одной позицией спиралей (ласточка, бауер, кораблик...) на весь каток.
<b><u>3ий уровень</u></b>	- Максимум <b>два</b> любых вращения со сменой позиций и/или ноги (мин. 6 об); одно вращение должно быть <b>с оригинальной позицией</b> (с удержанием 3х об) - позиция вращения по выбору; оценивается оригинальность. - Максимум <b>два</b> прыжка ( <b>но обязательно – один</b> ); запрещены прыжки более 2 об, обязателен <b>один прыжок в Шпагат</b> . - <b>Хореографическая последовательность</b> со сменой направлений и минимум одной позицией спиралей (ласточка, бауер, кораблик...) на весь каток.

