



NARBONNE PATINAGE EN LIBERTÉ



Club labellisé
ECOLE FRANÇAISE DE GLACE



Règlement rencontre de l'espace 2019

Catégorie départementale			
Catégorie	Test maximum	Contenu technique	
Catégorie A	Aucune	<ul style="list-style-type: none"> - Une petite boule - Une pirouette - Saut de kangourou 	1.30 (+/- 10 secondes)
Catégorie B	Lame 1/2	<ul style="list-style-type: none"> -croisés avant -cigogne tenue 3 seconde -1/2 tour en l'air sur 2 pieds au choix parmi avant/arrière ou arrière/avant, gauche ou droit -Usp 2 pieds 3 trs (1 pied non validé) -pas de géant -fente 	1.30 (+/- 10 secondes)
Catégorie C	Lame 3/4	<ul style="list-style-type: none"> -croisés avant ou arrière -pas de valse -saut de valse -attitude en ligne droite tenue 3 secondes -usp sur 2 pieds 4 trs (1 pied non validé) -fente 	1.30 (+/- 10 secondes)
Catégorie D	Lame 5	<ul style="list-style-type: none"> - 1 saut au choix boucle maxi -Usp sur 1 ou 2 pieds -Attitude en carre de 3 secondes -StSq 	1.30 (+/- 10 secondes)
Catégorie E	PA	<ul style="list-style-type: none"> -1 bloc saut boucle maxi -ChSq -1 pirouette au choix -1StSq 	1.30 (+/- 10 secondes)
Catégorie F	Préliminaire	<ul style="list-style-type: none"> -1 bloc saut flip maxi -1 USp, SSp, Csp, LSp au choix -1 ChSq -1 StSq 	1.30 (+/- 10 secondes)
Catégorie G	PN1	<ul style="list-style-type: none"> -1 bloc saut lutz maxi -1 pirouette au choix -1 ChSq -1 StSq 	1.30 (+/- 10 secondes)
Adultes		Règlement conforme aux CNSPA :	

Catégorie	Test maximum	CONTENU AUTORISE Chaque catégorie comporte un programme libre uniquement ainsi défini	Temps programme
Un sous-groupe « catégorie débutant » pourra exister uniquement si le timing compétitif le permet			
Débutants	5 lames	CONTENU: Pas de Saut. Pirouettes : 1 USp 2pieds 3trs (1pied non validé) 1 attitude (au choix) 1 pas (1/3 de piste ou cercle hockey)	1mn30 max Pas de bonus
1	Patin d'acier	CONTENU TECHNIQUE PA : Pas de Saut. Pirouettes : 1 USp maximum Séquence Pas : 1StSqB 1Choréo Spiral	1mn30 max Pas de bonus
2	PN1	CONTENU TECHNIQUE PN1 : salchow - boucle piqué maxi. Sauts : 3 dont COMBO ou une SEQ ; Sauts parmi 1S, 1T Pirouettes : 1 USp maximum (variantes autorisées) Séquence Pas : 1StSqB	2' +/-10 s Pas de bonus
3	PN2	CONTENU TECHNIQUE PN2 : saut boucle maxi Sauts : 4 max dont 1 COMBO ou SEQ max ; sauts parmi 1S, 1T, 1Lo Pirouettes : 2 différentes max au choix parmi USp, SSp, Csp , LSp Séquence Pas/Spirales : 1StSqB (pas de niveau, uniquement les GOE)	2 mn 30 +/- 10 s Pas de bonus
4	PN4	CONTENU TECHNIQUE PN4 : lutz maxi Sauts : 4 max dont 1 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples sauf Axel Pirouettes :2 différentes max sans entrée sautée dont 1 CoSp obligatoire Séquence Pas/Spirales : 1 StSqB (pas de niveau, uniquement les GOE)	2mn30 +/- 10 s Pas de bonus
5	PN5	CONTENU TECHNIQUE PN5 : axel maxi Sauts : 4 max dont 2 COMBO ou SEQ max : sauts simples Pirouettes : 2 différentes max sans entrée sautée dont CCoS ou 1 CoSp obligatoire,(la 2 ^{ième} ne sera ni CoSp ni CCoSp) Séquence Pas : : 1 StSq niveau 1 max	2 mn30 +/- 10 s

Catégorie : Exhibitions	
Au maximum : 2 blocs saut 2 pirouettes d'abréviation différentes 1 StSq <i>Accessoires autorisés</i>	2.40 max

Catégorie Top spin	
Entrée sauté autorisée -spin 1 - cosp ou ccosp -spin 2 - pirouette 1 position	

filles et garçons

- Déduction points chute 0,5
- 2 composantes uniquement : » skating skill » et « performance/exécution »facteur 2,5
- Un saut ne peut être exécuté que 2 fois max.
- 2 sauts max par combinaison de sauts

Trophée clubs : le trophée concerne toutes les catégories de la compétition.