

Руководство по работе Технических Бригад

в сезоне 2020-2021 г.г.

Парное катание

**Для элементов, имеющих Уровень сложности,
Уровень 1 дается в случаях наличия одной черты,
Уровень 2 дается в случаях наличия двух черт,
Уровень 3 – в случаях наличия трех черт, а
Уровень 4 – в случаях наличия четырех черт из Списка.
В случаях отсутствия черт присуждается Базовый Уровень.**

Процедура названия

В Короткой программе и в Произвольном катании всегда, когда это возможно, мы должны называть элементы, действительно исполненные, а не те элементы, которые предписаны.

Любые неправильные элементы получают знак «*», что приводит к элементу без стоимости.

Любой элемент в Короткой Программе и Произвольном Катании, начатый после предписанного времени (плюс десять (10) разрешенных секунд) не указывается Технической Бригадой и не имеет стоимости.

Дорожка шагов 2020-2021

Правила

Общее: Короткая программа	Дорожка шагов включена в Короткую программу каждого сезона; в хорошо сбалансированной Произвольной программе дорожки шагов нет. Дорожка шагов может включать любые прыжки не из Списка. Разрешены короткие остановки в соответствии с музыкой. Дорожка должна полностью использовать ледовую площадку. Должны поощряться пары, в которых партнеры меняют место и хваты или совместно используют сложные движения катания во время дорожки. Разнообразные повороты и шаги должны быть сбалансированы в своем распределении по дорожке. Объемы работы партнеров должны быть равными, чтобы их можно было принять во внимание для возможного повышения Уровня.
--------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Черты Уровней Сложности

- 1) Минимальное разнообразие (Уровень 1), простое разнообразие (Уровень 2), разнообразие (Уровни 3–4) сложных поворотов и шагов обоих партнеров по всей дорожке (**обязательно**)
- 2) Вращение (повороты, шаги) в обоих направлениях (направо и налево) с полным поворотом тела (хотя бы 1/3 рисунка в сумме в каждом направлении)
- 3) Использование движений тела в течение хотя бы 1/3 рисунка
- 4) Смены позиций пары (пересечение, как минимум три раза, при исполнении шагов и поворотов) в течение хотя бы 1/3 последовательности, но не более 1/2 последовательности (пара должна сохранять расстояние не более примерно 3 метров между партнерами во время исполнения этой Черты) **или**
Исполнение, не разъединяясь друг от друга в течение хотя бы половины рисунка (разрешены смены хватов)
- 5) Две различные комбинации из 3 сложных поворотов (крюков, выкруков, скоб, твиззлов, петель), исполненные обоими партнерами с четким ритмом в последовательности

Разъяснения

Рисунок	Предписанного рисунка более нет, но дорожка должна полностью использовать ледовую площадку. Она должна быть видимой и определяемой и должна быть выполнена с использованием почти всей ледовой поверхности (например, прямая, серпантин, круг, овал или похожая форма). Невыполнение этого описания приведет к дорожке без стоимости. В чертах 2 – 5 слова «рисунок» и «последовательность» означают рисунок, действительно выполненный спортсменами.
Начало и конец рисунка	Это моменты, когда спортсмены действительно начинают и завершают дорожку.
Определение поворотов и шагов	Повороты: твиззлы, скобки, петли, выкруки, крюки, тройки. Шаги: на зубцах, шассе, моухоки, чоктау, перетяжки, кросс-роллы.
Определение чоктау	Чоктау это шаг с одной ноги на другую в котором кривая ребра выезда противоположна кривой ребра въезда. Смена ноги происходит непосредственно с наружного ребра на внутреннее ребро или наоборот и с хода вперед на ход назад или наоборот.
Определение сложных поворотов и шагов	Сложные повороты и шаги: скобки, петли, твиззлы, выкруки, крюки, чоктау. Повороты и шаги должны исполняться на чистых ребрах. Если поворот «перепрыгнут», то он не считается выполненным.
Минимальное разнообразие	Для каждого партнера должно включать хотя бы 5 сложных поворотов и шагов, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.
Простое разнообразие	Для каждого партнера должно включать хотя бы 7 сложных поворотов и шагов, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.

Разнообразие	Для каждого партнера должно включать хотя бы 9 сложных поворотов и шагов, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.
Сложность	Не применима для парного катания.
Нет минимального разнообразия, нет простого разнообразия, только простое разнообразие	Если спортсмены (или один из них) не имеют в дорожке минимального разнообразия шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше Базового. Если спортсмены (или один из них) не имеют в дорожке простого разнообразия шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 1ого. Если спортсмены (или один из них) имеют в дорожке только простое разнообразие шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 2ого.
Баланс и объем работы	Повороты и шаги должны быть сбалансированы в своем распределении по дорожке. Объемы работы партнеров должны быть равными. Если одно или оба этих условия не выполнены, то Уровень дорожки не может быть выше Базового.
Вращения в обоих направлениях	Эта черта означает, что спортсмены вращаются при помощи любых поворотов и шагов из Списка и не из Списка непрерывно в одном направлении хотя бы 1/3 дорожки, а потом непрерывно хотя бы 1/3 дорожки в другом направлении (по часовой стрелке и против часовой стрелки) или во время дорожки спортсмены вращаются при помощи любых поворотов и шагов из Списка и не из Списка хотя бы 1/3 дорожки в сумме (не обязательно непрерывно) в одном направлении вращения и хотя бы 1/3 дорожки в сумме (не обязательно непрерывно) в другом направлении вращения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). "Полный поворот тела" означает один полный оборот. Спортсмены не должны просто поворачиваться по пол-оборота вправо и влево.
Использование движений тела	"Использование движений тела" означает видимое использование в течение хотя бы 1/3 рисунка дорожки (в сумме) любых движений рук и/или головы и/или торса и/или бедер и/или ног, которые влияют на баланс главной части тела. «Влияют на баланс главной части тела» также можно понимать как «влияют на баланс тела в целом и влияют на баланс на коньке».
Две комбинации сложных поворотов	Сложные повороты это крюки, выкрутки, скобы, твиззлы, петли. В комбинации: - тройки не разрешены; - перетяжки не разрешены; - прыжок/подпрыжка не разрешены; - смена ноги не разрешена; - свободная нога не должна касаться льда; - хотя бы один поворот должен быть другого типа, чем два остальных. Ребро выезда из поворота является ребром въезда в следующий поворот. Комбинации должны быть исполнены обоими партнерами с непрерывным движением.
Комбинация сложных поворотов, выполненная обоими партнерами	Комбинация сложных поворотов может включать не совпадающие повороты партнера и партнерши, но должна быть выполнена партнерами одновременно.
Что делает комбинации одинаковыми или различными	Две комбинации сложных поворотов считаются одинаковыми, если они состоят из одних и тех же поворотов, выполненных в том же порядке, на тех же ребрах и на той же ноге.
Прыжок более чем в пол-оборота, исполненный в дорожке шагов	Прыжки не из Списка, независимо от числа оборотов в них, могут включаться в дорожку шагов без всяких снижений и каких-либо других последствий. Прыжки из Списка с более, чем 0,5 оборотами будут проигнорированы в Короткой Программе как элемент, но заставят судей снизить GOE на единицу за «Включение прыжков из Списка более, чем в ½ об.». В любом случае эти прыжки не влияют на Уровень Сложности дорожки.

<p><i>Смены позиций пары (пересечение)</i></p>	<p>До и после пересечения партнеры должны явно разъединяться, при этом каждый из них должен совершать шаги и/или повороты. Должно быть хотя бы 3 пересечения. Расстояние от первого пересечения до третьего пересечения должно быть более 1/3, но не более 1/2 дорожки. Пара должна сохранять расстояние не более примерно 3 м между партнерами во время исполнения этой черты.</p>
<p><i>Не разъединяясь друг от друга в течение хотя бы половины рисунка</i></p>	<p>«Не разъединяясь друг от друга в течение хотя бы половины рисунка» предполагает, что спортсмены не разъединяются без всяких перерывов в течение хотя бы половины рисунка дорожки. Разрешены смены хватов, которые могут включать короткий момент, когда партнеры не касаются друг друга, в то время как они меняют хват.</p>
<p><i>Смены позиций или не разъединяясь</i></p>	<p>Если требования выполнены, то спортсмены могут получить одну из этих черт, но не обе сразу.</p>

Хореографические Последовательности 2020-2021

Правила

Произвольное катание	<p>Хореографическая Последовательность состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, спирали, арабески, кораблики, движения Ина Бауэр, гидроблейдинг, любые прыжки максимум в 2 оборота, вращения, маленькие поддержки и т.п. Элементы из Списка, включенные в Хореографическую Последовательность не называются и не занимают ячейку. Рисунок не предписан, но Последовательность должна быть явно видна.</p> <p>Техническая Бригада определяет Хореографическую Последовательность, которая начинается с первого движения и заканчивается приготовлением к следующему элементу (если эта последовательность не является последним элементом программы).</p> <p>Хореографическая Последовательность включена в Произвольное Катание. Этот элемент имеет фиксированную базовую стоимость и оценивается судьями только в GOE.</p>
-----------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Разъяснения

Как называть Хореографическую Последовательность	Название должно быть “Хореографическая Последовательность подтверждена” (если Последовательность засчитана) или “Хореографическая Последовательность без стоимости” в противоположном случае.
Прыжки из Списка с максимум 2 об.	Прыжки из Списка, с максимум 2 об., включенные в хореографическую последовательность, не называются и не занимают ячейку элементов.
Прыжки более, чем в 2 оборота	Прыжок более, чем в 2 оборота называется и засчитывается. Хореографическая Последовательность заканчивается в момент исполнения этого прыжка.
Вращения	Любое вращение, включенное в хореографическую последовательность, не называется и не занимает ячейку элемента.
Рисунок	Разрешен любой рисунок, но Последовательность должна быть явно видимой.

Комбинации отдельных вращений 2020-2021

Правила

Общее	<p>Минимальное количество оборотов в позиции - два (2). При невыполнении этого условия позиция не засчитывается.</p> <p>Если спортсмен падает на заходе во вращение, то сразу после этого падения разрешается вращение или вращательное движение (с целью заполнения времени), которое не засчитывается как элемент.</p> <p>Разрешены вариации позиций головы, рук или свободной ноги, так же как изменения скорости.</p> <p>Комбинация вращений должна включать минимум две различные базовые позиции обоих партнеров с 2 непрерывными оборотами в каждой из этих позиций в любом месте вращения. Для получения полной стоимости, комбинация вращений должна включать все три базовые позиции обоих партнеров. Число оборотов в позициях, которые не являются базовыми, засчитывается в общее число оборотов. Переход в не-базовую позицию не рассматривается как смена позиции. Смена ноги может быть выполнена в форме переступания или прыжка. Смена ноги и смена позиции могут быть выполнены одновременно или в разное время.</p> <p>Вращения должны иметь требуемое минимальное число оборотов, недостаток которых должен быть отражен судьями в своих оценках, однако вращение с менее чем тремя (3) оборотами, рассматривается как движение, а не как вращение.</p> <p>Комбинации отдельных вращений могут начинаться с прыжка.</p>
Короткая Программа – Комбинация отдельных вращений со сменой ноги	<p>Комбинация отдельных вращений должна иметь хотя бы 2 об. в двух базовых позициях (для получения полной стоимости комбинация вращений должна включать все три базовые позиции обоих партнеров). Минимум пять (5) оборотов на каждой ноге. Смена ноги может быть выполнена в форме переступания или прыжка, и смена ноги и смена позиции могут быть выполнены в одно или в разное время.</p>

Черты Уровней Сложности

- 1) Сложная вариация (считается столько раз, сколько выполнено, с ограничениями, указанными ниже)
- 2) Смена ноги прыжком
- 3) Прыжок во время вращения без смены ноги
- 4) Сложная смена позиции на одной и той же ноге
- 5) Сложный заход во вращение или сложный выезд
- 6) Отчетливая смена ребра в волчке (только при переходе с заднего внутреннего на переднее наружное ребро), либеле, заклоне, позиции «Бильман» или сложной вариации позиции стоя
- 7) Все 3 базовые позиции на второй ноге
- 8) Вращение в обоих направлениях непосредственно друг за другом в волчке или либеле
- 9) Явное увеличение скорости в либеле, волчке, заклоне, позиции Бильман или сложной вариации позиции стоя (кроме вращения со скрещенными ногами)
- 10) Хотя бы 6 оборотов без смены позиции/вариации, ноги и ребра (либела, заклон, сложная вариация любой базовой или не-базовой позиции)

При исполнении 6 оборотов на обеих ногах можно взять любое из этих исполнений в пользу спортсменов.

Черты 2-10 и любая категория сложных вариаций может быть засчитана первый раз за программу (первый раз, когда её пытались исполнить).

В любом вращении со сменой ноги максимальное число Черт, которое можно получить за положения на одной ноге, это две (2).

Все Черты должны быть выполнены партнерами одновременно для того чтобы они могли быть засчитаны (например, для Черты 1, оба спортсмена должны выполнить одну и ту же сложную вариацию в одно и то же время).

Разъяснения

Позиции

Базовые позиции	Существуют 3 базовые позиции: либела, волчок и стоя. Все другие позиции являются не-базовыми позициями. Либела: свободная нога сзади с коленом выше уровня бедра, однако заклон, «Бильман» и схожие вариации рассматриваются как позиции стоя. Волчок: верхняя часть опорной ноги хотя бы параллельна льду. Стоя: любая позиция с выпрямленной или слегка согнутой опорной ногой, которая не является позицией либелы.
Не-базовые позиции	Все другие позиции, не удовлетворяющие требованиям ни одной из базовых позиций. Число оборотов в не-базовых позициях засчитывается в общее число оборотов; не-базовые позиции могут рассматриваться как сложные вариации в соответствии с определением таких вариаций, но переход к одной из таких позиций не рассматривается как смена позиции, которая может осуществляться только переходом от одной базовой позиции к другой базовой позиции.
Позиции одновременно	Оба партнера должны выполнять одну и ту же базовую или не-базовую позицию одновременно для того, чтобы эта позиция была засчитана.
Меньше 2 об. в каждой базовой поз.	Если вращение не имеет 2 оборотов подряд в какой-нибудь базовой позиции, то оно не будет иметь Уровня.
Меньше 2 об. в базовых позициях	Комбинация вращений с только одной позицией с хотя бы 2 оборотами (что отвечает требованиям) и менее 2 оборотов во всех других позициях (что не отвечает требованиям) не получит Уровня в Короткой Программе.
Наличие всех трех базовых позиций на второй ноге	Чтобы все три базовые позиции засчитать как черту, они должны быть исполнены обоими партнерами на второй ноге.
Комбинация вращений с только двумя базовыми позициями	Комбинация вращений со сменой и без смены ноги, которая включает только две базовые позиции с не менее, чем 2 об., будет иметь меньшую базовую стоимость по сравнению с комбинацией со всеми тремя базовыми позициями с не менее, чем 2 об. Соответствующие базовые стоимости приведены в Шкале Стоимости.
Сокращенные обозначения и процедура названия	Для комбинации вращений со сменой ноги с 2 или 3 базовыми позициями (например, Уровня 4) сокращенное обозначение будет CCoSp4V или CCoSp4 в случае 2 или 3 базовых позиций и называться будет «Комбинация отдельных вращений со сменой ноги, Уровень 4, V (в случае только 2 позиций)».
Сложная смена позиции на одной и той же ноге	Это переход от базовой позиции к другой базовой позиции без фиксации не-базовой позиции, который требует значительной силы, умения и контроля и существенно сказывается на способности выполнить смену позиции. Во время смены должно иметь место непрерывное движение. Эта смена не может быть прыжком. Базовая позиция до и после смены должна удерживаться в течение 2 оборотов.

Заход во вращение

Сложный заход или сложный выезд	<u>Только одно из них может быть засчитано как черта.</u> <u>«Заход во вращение» определяется как подготовка, непосредственно предшествующая вращению, и может включать начальную фазу вращения.</u> <u>Сложный заход:</u> должен иметь существенное влияние на баланс, контроль и исполнение вращения и должен быть выполнен на первой ноге вращения. <u>Предполагаемая базовая позиция вращения должна быть достигнута в течение первых 2-х оборотов. Эта позиция может быть не-базовой только в комбинации вращений.</u> <u>Обычный задний заход более не рассматривается как сложный заход.</u>
----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>Выезд из вращения определяется как последняя фаза вращения и включает фазу, непосредственно следующую за вращением.</p> <p>Сложный выезд: любое движение или прыжок, которые делают выезд существенно более сложным. Выезд должен иметь существенное влияние на баланс, контроль и исполнение вращения.</p> <p>Если заход во вращение или выезд не считается Технической Бригадой «сложным», то он рассматривается как Переход и черта «сложный заход» может быть присуждена в более позднем вращении.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Вариации

Простая вариация	Простая вариация это движение части тела, ноги, руки, кисти или головы, которая придает разнообразие, но не меняет базовую позицию основной части тела. Простая вариация не увеличивает Уровень.
-------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Сложная вариация	Сложная вариация это движение части тела, ноги, руки, кисти или головы, которое требует большей физической силы или гибкости, и это влияет на баланс основной части тела. Только такие вариации могут увеличивать Уровень. Все правила сложных вариаций одиночного катания относятся и к парам. Сложные вариации относятся к обоим партнерам.
-------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Категории сложных вариаций	<p>Всего существует 11 категорий сложных вариаций:</p> <p>Для ПОЗИЦИИ ЛИБЕЛЫ существует 3 категории в зависимости от направления линии плеч:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (CF) Либела Вперед: с линией плеч, параллельной льду - (CS) Либела в Сторону: с линией плеч, вывернутой в вертикальное положение - (CU) Либела Вверх: с линией плеч, вывернутой больше, чем в вертикальное положение <p>Для ПОЗИЦИИ ВОЛЧКА существует 3 категории в зависимости от позиции свободной ноги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (SF) Волчок Вперед: со свободной ногой спереди опорной ноги - (SS) Волчок в Сторону: со свободной ногой сбоку опорной ноги - (SB) Волчок Сзади: со свободной ногой сзади опорной ноги <p>Для ПОЗИЦИИ СТОЯ существует 3 категории в зависимости от положения корпуса:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (UF) Стоя Вперед: с корпусом, согнутым вперед - (US) Стоя Прямо/в Сторону: с корпусом прямым или согнутым вбок - (UB) Стоя Бильман: в позиции «Бильман» <p>Для ПОЗИЦИИ ЗАКЛОНА существует 1 категория</p> <ul style="list-style-type: none"> - (UL) Стоя в Заклоне <p>Для НЕ-БАЗОВОЙ ПОЗИЦИИ существует 1 категория (NBP)</p>
-----------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Crossfoot Spin (вращение со скрещенными ногами)	Вращение со скрещенными ногами должно быть исполнено на двух ногах с весом, поровну распределенным между ногами. Это вращение рассматривается как сложная вариация вращения стоя и засчитывается, при правильном исполнении, как черта. Не обязательно быть на одной ноге в течение 3 оборотов перед «скрещенной позицией». <u>Увеличение скорости во время вращения со скрещенными ногами не считается чертой.</u>
--------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Волчок в сторону	Для того, чтобы быть засчитанной как сложная вариация, позиция Волчка в сторону должна также включать сложное положение, которое является движением части тела/ноги/руки/кисти/головы, которое требует большей физической силы или подвижности и влияет на баланс основной части тела.
-------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Позиция «Бильман»	Позиция «Бильман» это сложная вариация позиции стоя (UB), в которой свободная нога тянется сзади к положению выше уровня головы и над головой, близко к оси вращения спортсмена.
--------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Windmill - «качалка»	«Качалка» рассматривается как сложная вариация не-базовой позиции (NBP); чтобы являться чертой, должна быть исполнена хотя бы 3 раза подряд.
-----------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Повторения	Любая категория сложных вариаций вращения в базовой позиции и сложная вариация в не-базовой позиции считается один раз за программу (первый раз, когда её пытались исполнить).
Черты в повторенных вариациях	Если сложную вариацию уже пытались исполнить и исполняется сложная вариация из той же категории, то эта вариация не может быть засчитана, но любая дополнительная черта в этой сложной вариации засчитана быть может.
Что такое попытка?	Считается, что спортсмен пытался исполнить сложную вариацию, если эта вариация явно видна, независимо от того, была ли эта вариация засчитана или нет.
Похожие вариации в базовой и не-базовой позиции	Если сложная вариация в не-базовой позиции совсем похожа на сложную вариацию в базовой позиции, то более поздняя из этих двух вариаций не будет засчитана как черта Уровней Сложности.
Свободная нога падает	Если свободная нога падает на продолжительное время при подготовке к сложной вариации либелы, то соответствующая черта присуждается, но судьи снижают GOE.
Базовая позиция принимается слишком долго	То же самое снижение применяется, если спортсмену требуется слишком большое время для принятия нужной базовой позиции во вращениях в одной позиции.

Прыжок без смены ноги и увеличение скорости

Прыжок на ту же ногу внутри вращения	Для любого вращения явный прыжок внутри вращения с приземлением на толчковую ногу будет засчитан как черта только, если спортсмен примет базовую позицию в течение первых 2 оборотов после приземления. Требований по позиции в воздухе нет, но прыжок должен быть явно видимым. Этот прыжок будет засчитан как черта только, если он "он требует значительной силы". Этот прыжок может быть выполнен даже до требуемого минимального числа оборотов, чтобы он был засчитан как черта.
Увеличение скорости	Для либелы, волчка, заклона, позиции «Бильман» <u>или сложной вариации позиции стоя (кроме вращения со скрещенными ногами)</u> явное увеличение скорости обоими партнерами после принятия позиции вращения рассматривается как черта Уровня Сложности. Увеличение скорости засчитывается как черта только в базовой позиции или при переходе внутри базовой позиции к ее вариации; оно не засчитывается как черта, если происходит при переходе от одной базовой позиции к другой базовой позиции.

Ребра и направления

Явная смена ребра	Отчетливая смена ребра обоими партнерами может быть засчитана как черта Уровня сложности только в волчке (при переходе с заднего внутреннего на переднее наружное ребро), в либеле, в заклоне, позиции «Бильман» <u>или сложной вариации позиции стоя</u> . Любая другая попытка смены ребра игнорируется, не блокируя возможность получения этой черты в другом месте. Короткая фаза, следующая за приземлением прыжка или перешагивания во вращение (в основном переход от двух ребер к одному ребру или выполнение тройки и т.д.), не рассматривается как попытка смены ребра. Чтобы смена ребра была засчитана как черта для Уровня сложности, необходимо наличие хотя бы 2 непрерывных оборотов на одном ребре, за которыми следуют хотя бы 2 непрерывных оборота на другом ребре в одной и той же базовой позиции (волчок, либела, заклон, Бильман <u>или сложная вариация позиции стоя</u>). Смена ребра, в <u>обычной</u> позиции стоя или не-базовой позиции не засчитывается как черта.
Вращение в обоих направлениях	Выполнение вращений в обоих направлениях (по часовой и против часовой стрелки или наоборот), (в волчке, либеле или комбинации этих двух позиций), которые непосредственно следуют друг за другом, может быть засчитано как черта. Требуется минимум 3 оборота в каждом направлении. Вращения с обоими направлениями (по часовой и против часовой стрелки) рассматриваются как одно вращение.

Число оборотов

6 оборотов	Минимум 6 оборотов, выполненные обоими партнерами, без изменения в позиции/вариации, ноге или ребре засчитывается как черта один раз за программу; если 6 оборотов исполняются на обеих ногах, Техническая Бригада может взять одно любое из этих исполнений в пользу спортсменов. Чтобы 6 оборотов были засчитаны как черта, они должны быть выполнены в: либеле, заклоне, сложной вариации любой базовой или не-базовой позиции.
-------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Смена ноги

Смена ноги	Чтобы быть засчитанной, смена ноги требует хотя бы трех (3) оборотов до и после смены (эти обороты могут быть в любой позиции, включая не-базовые позиции). Исполнение менее трех (3) оборотов до или после смены приводит к следующему: Короткая программа – вращение не удовлетворяет требованиям и не получит Уровня и стоимости.
-------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Оставаясь на той же ноге	Смена ноги означает "вращение на каждой ноге". Любое вращение, в котором спортсмены остаются на одной и той же ноге, не рассматривается как вращение со сменой ноги.
---------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Простая смена ноги	Простая смена ноги, например, переступание или маленькая подпрыжка, не требует значительных силы и умения и не увеличивает Уровня.
---------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Смена ноги прыжком	Такая смена ноги может быть засчитана как черта только, если спортсмен примет базовую позицию в течении первых двух оборотов после приземления. Требований по позиции в воздухе нет, но прыжок должен быть явно видимым. Этот прыжок будет засчитан как черта только, если он "он требует значительной силы".
---------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Прыжок типа бедуинского (с двух ног – Toe Arabian) как смена ноги	<u>Эта смена ноги разрешена, рассматривается как смена ноги прыжком и считается чертой.</u>
--------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------

Вращение со второй сменой ноги	Вторая смена ноги (в случае ее попытки) во вращении со сменой ноги не разрешена в Короткой Программе (неправильный элемент).
---------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Центры вращения слишком далеко друг от друга	Если центры вращения (до и после смены ноги) слишком далеки друг от друга и выполняется критерий "двух вращений" (имеются дуга выезда из первой части и дуга въезда во вторую часть), вторая часть вращения не называется и не учитывается для Черт. Это приводит к следующему результату: Короткая Программа – вращение не удовлетворяет требованиям и ему не присуждается Уровень и стоимость; При наличии только дуги выезда из первой части или дуги въезда во вторую часть GOE будет снижено за «Плохо выполненную смену ноги» (не относится к смене ноги вместе со сменой направления вращения).
-----------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Число черт на одной ноге для комбинации вращений со сменой ноги.	Максимальное число Черт, которые спортсмены могут получить за положения на одной ноге, это две (2). При этом черта за Сложный заход будет входить в квоту ноги до смены. Черты, полученная за «Смену ноги прыжком», «Вращение в обоих направлениях...», «Все три базовые позиции на второй ноге» будет входить в квоту ноги после смены. Черта за вращение со скрещенными ногами будет входить в квоту той ноги, на которой начинается скрещенная позиция.
-------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Комбинация парных вращений 2020-2021

Парное вращение (новисы)

Правила

<p>Общее</p> <p><u>Парное вращение (новисы)</u></p>	<p>Комбинация парных вращений состоит из хотя бы одной смены ноги и одной смены позиции (волчок, либела, стоя или любые их вариации) обоих партнеров. Комбинация парных вращений должна включать как минимум две различные базовые позиции каждого партнера с 2 оборотами в каждой из этих позиций в любом месте вращения. Для получения полной стоимости комбинация вращений должна включать все три базовые позиции каждого партнера. Комбинация парных вращений должна иметь не менее восьми (8) об. в сумме. Недостаток оборотов наказывается судьями в GOE.</p> <p>Комбинация вращений с менее чем двумя (2) оборотами во всех исполненных базовых позициях не будет иметь Уровня и соответственно стоимости. Вращение с менее чем тремя (3) оборотами рассматривается как движение катания, а не как вращение.</p> <p>Вращение должно быть непрерывным, и остановки в нем не разрешены кроме, короткой остановки при смене направления.</p> <p>Если спортсмен (или оба спортсмена) падают на заходе во вращение, то непосредственно после этого падения разрешено вращение или вращательное движение (с целью заполнения времени), которое не будет считаться элементом.</p> <p><u>При отсутствии смены ноги и смены позиции обоими партнерами элемент называется парным вращением.</u></p>
<p>Произвольное Катание</p>	<p>Хорошо сбалансированная Произвольная Программа для Взрослых и Юниоров должна включать одну Комбинацию Парных Вращений. В комбинации парных вращений должна быть хотя бы одна смена ноги обоими партнерами, не обязательно выполненная ими одновременно. Вращение может начинаться с прыжка.</p>

Черты Уровней Сложности

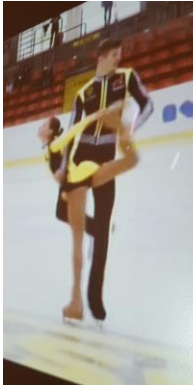
- 1) 2 смены базовых позиций обоих партнеров
- 2) 3 сложные вариации позиций партнеров, две из которых могут быть в не-базовой позиции (каждая вариация каждого партнера считается отдельно, каждый партнер должен иметь хотя бы одну сложную вариацию)
- 3) Сложный заход или любой заход прыжком одним или обоими партнерами
- 4) Сложный выезд
- 5) Вращение в обоих направлениях непосредственно друг за другом
- 6) Как мин. 6 об. без всяких смен позиции/вариации и ноги (либела, волчок, сложная вариация позиции стоя)

Разъяснения

Позиции	<p>Существует 3 базовые позиции:</p> <p>Либела (свободная нога сзади с коленом выше уровня бедра);</p> <p>Волчок (верхняя часть опорной ноги хотя бы параллельна льду; если в парном волчке свободная нога партнерши сзади, а свободная нога партнера спереди, ее базовая позиция сидя считается достигнутой, если колено опорной ноги согнуто на 90 градусов или более);</p> <p>Стоя (любая позиция с выпрямленной или слегка согнутой опорной ногой, которая не является позицией либелы) и</p> <p>Не-базовые позиции (все позиции, которые, в соответствии с приведенными выше определениями, не являются позициями либелы, волчка или стоя). Число оборотов в не-базовых позициях засчитывается в общее число оборотов; не-базовые позиции могут рассматриваться как сложные вариации в соответствии с определением, но переход к одной из этих позиций не считается за смену позиции.</p>
Меньшее число оборотов в позиции/ вариации	<p>Минимальное число оборотов, требуемое в позиции/вариации это два (2). Если один или оба спортсмена выполняют менее двух (2) оборотов в позиции/вариации, то эта позиция/вариация не засчитываются.</p>
Смена позиции	<p>Смена позиции засчитывается только, если она происходит от одной базовой позиции к другой базовой позиции (<u>возможно, через не-базовую позицию</u>) с минимумом в два (2) оборота каждого партнера в каждой из этих позиций.</p>
Смена ноги	<p>Чтобы быть засчитанной, смена ноги требует хотя бы трех (3) оборотов до и после смены (эти обороты могут быть в любых позициях, включая не-базовые позиции). Если нет 3 оборотов до или после смены ноги, исполненных обоими партнерами, то вращение получит знак "V". Если нет попытки смены ноги одним или обоими партнерами или у одного или у обоих партнеров менее 3 оборотов на обеих ногах, то вращение будет "без стоимости".</p>
Нет смены ноги и/или позиции	<p>Если нет смены ноги или/и нет смены позиции одним или обоими партнерами, то вращение будет называться "Комбинацией парных вращений без стоимости".</p>
Число смен позиций	<p>Первые 2 смены базовых позиций обоими партнерами (возможно, через не-базовые позиции) будут засчитаны как одна черта Уровней сложности.</p>
Число исполненных сложных вариаций	<p>Любая сложная вариация может быть засчитана, если в ней есть хотя бы два (2) оборота. Каждая вариация каждого партнера считается отдельно. Для черты Уровней сложности вращение должно содержать 3 сложные вариации (две из которых могут быть в не-базовой позиции). Каждый партнер должен иметь хотя бы одну сложную вариацию.</p>
Качалка как сложная вариация	<p>Качалка рассматривается как сложная вариация не-базовой позиции (NBP). Чтобы быть засчитана как черта, должна быть выполнена обоими партнерами хотя бы 3 раза подряд.</p>
Определение вариаций вращения.	<p>Относится к обоим партнерам.</p>
Простая вариация	<p>Движение ноги, руки, кисти или головы, которое придает разнообразие, но не меняет базовую позицию основной части тела. Простая вариация не увеличивает Уровень.</p>
Сложная вариация	<p>Движение ноги, руки, кисти или головы, которое требует большей физической силы или гибкости, и это влияет на баланс основной части тела. Только такие вариации могут увеличивать Уровень.</p>
Оба партнера в позиции волчка со свободной ногой, вытянутой вперед	<p>Эта позиция рассматривается как сложная вариация только, если колени опорных ног находятся в очень глубоко согнутой позиции с полностью вытянутыми свободными ногами.</p>

Сложный заход

Прыжок во вращение / заход прыжком	Для рассмотрения в качестве черты заход прыжком может выполняться обоими партнерами или один из них. Один партнер может исполнять заход прыжком, а другой партнер может заходить во вращение в любой позиции, которая не обязательно должна быть сложной.
Заход во вращение	Заход во вращение» определяется как подготовка, непосредственно предшествующая вращению и может включать начальную фазу вращения. Чтобы быть «сложным», заход должен иметь существенное влияние на баланс, контроль и исполнение вращения. Должен выполняться обоими партнерами.
Заход с заднего наружного или внутреннего ребра	Спортсмены должны скользить оба назад наружу или оба назад внутрь непосредственно перед вращением и заходить во вращение без помощи свободной ноги. Перед началом собственно вращения не должно быть никаких троек/других поворотов. Заход с заднего наружного/внутреннего ребра требует, чтобы 2 первых об. каждого партнера выполнялись на заднем наружном ребре или 2 первых об. каждого партнера выполнялись на заднем внутреннем ребре. Только такой задний заход считается чертой Уровней сложности.
Сложный выезд	Выезд, переходящий в поддержку или вращательное движение, новаторское движение, которое делает выезд значительно более сложным. <u>Выезд должен иметь существенное влияние на баланс, контроль и исполнение вращения.</u>
Партнершу поднимают во время вращения	<u>Разрешено поднимать ото льда во время вращения, но при этом партнер должен оставаться на одной ноге. Это не считается чертой, но дает большую креативность.</u> <u>Обороты, выполненные в то время, когда партнерша отрывается ото льда, засчитываются в общее число оборотов.</u>
Вращение в обоих направлениях	Выполнение вращений в обоих направлениях (по часовой и против часовой стрелки), которые немедленно следуют друг за другом, вознаграждается присуждением дополнительной черты во всех Уровнях. Требуется минимум три (3) оборота в каждом направлении. Вращение, выполненное в обоих направлениях (по часовой и против часовой стрелки), как описано выше, рассматривается как одно вращение.
Хотя бы 6 оборотов	Эта черта может даваться только, если имеется хотя бы 6 оборотов (обоих партнеров одновременно) без всяких изменений в либеле, волчке или сложной позиции стоя или вариации этих позиций.
Короткая остановка	Вращение должно быть непрерывным; остановки не разрешены, за исключением короткой остановки для смены направления вместе со сменой ноги. В случае остановки при помощи зубца или ребра, момент остановки считается окончанием вращения.
Комбинация с только двумя базовыми позициями	Комбинация, которая включает только две базовые позиции обоих партнеров с не менее, чем 2 оборотами, будет иметь меньшую базовую стоимость по сравнению с комбинацией со всеми тремя базовыми позициями обоих партнеров с не менее, чем 2 оборотами. Эти базовые стоимости приведены в Шкале Стоимостей.
Сокращенные обозначения и процедура названия	Для PCoSp с 2 или 3 базовыми позициями (например, Уровня 4) сокращенное обозначение будет PCoSp4V или PCoSp4 для комбинации вращений с 2 или 3 базовыми позициями, и название будет "Комбинация парных вращений, Уровень 4 V (в случае только двух позиций)".



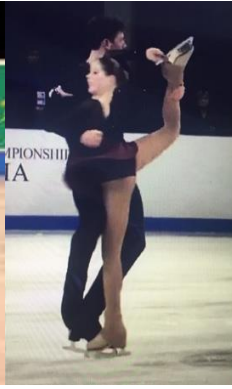
Либе́ла



Стоя



Стоя



Стоя

Прыжковые элементы 2020-2021

Правила

Короткая Программа	Короткая Программа сезона 2020 – 2021 должна включать один отдельный прыжок: - двойной или тройной для Взрослых ; - двойной <u>Лутц</u> или двойной Аксель для Юниоров .
Произвольное Катание	Хорошо сбалансированная программа произвольного катания для Взрослых и Юниоров должна содержать - максимум 1 отдельный прыжок и - максимум 1 каскад/комбинацию прыжков. Все прыжки в 2 и большее число оборотов (2А и все тройные и четверные прыжки) должны быть различной природы (должны иметь разное название), однако каскад или комбинация могут включать два одинаковых прыжка.
Короткая программа	Прыжки, которые не соответствуют требованиям (включая неправильное количество оборотов) не будут иметь стоимости, однако займут прыжковую ячейку, если такая еще свободна.

Каскад прыжков

Произвольное Катание	В каскаде нога приземления прыжка является толковой ногой следующего прыжка. Один полный оборот на льду между прыжками (свободная нога может касаться льда, но без переноса веса) сохраняет элемент в рамках определения каскада прыжков. Однако Ойлер (с приземлением на ход назад) при его использовании в каскадах между двумя прыжками из Списка рассматривается как прыжок из Списка. При исполнении как отдельный прыжок, Ойлер остается прыжком не из Списка. Ойлер может быть только понижен Технической Бригадой. В случае переступания и отсутствия явного прыжка судьи должны снижать GOE. Если, по мнению Технической Бригады, исполненный перекидной прыжок (А) используется только как подготовка к следующему прыжку, то этот перекидной прыжок не называется. Техническая Бригада имеет право не называть одинарный прыжок, который более похож на подпрыжку, чем на прыжок и является результатом плохого приземления предыдущего прыжка. Судьи отразят ошибку в своих GOE.
-----------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Комбинация прыжков

Произвольное Катание	Комбинация прыжков состоит из двух (2) прыжков с любым количеством оборотов: начинается с любого прыжка из Списка и заканчивается прыжком типа Акселя с прямым шагом с дуги приземления первого прыжка на дугу отрыва Акселя.
-----------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Разъяснения

Как называть выполненные с недокрутом в ¼ об., недокрученные и пониженные прыжки?	Техническая Бригада должна назвать тот прыжок, который спортсмен пытался сделать, даже если ясно, что этот прыжок выполнен с недокрутом в ¼ об, недокручен или «понижен». <u>Все такие прыжки</u> будут засчитываться как прыжки, которые спортсмен собирался исполнить, в части применения требований Хорошо сбалансированной программы. Четверть и пол-оборота недокрута являются границами при определении таких прыжков. При решениях важен угол обзора камеры, особенно если прыжок исполняется на противоположном от камеры краю катка. Во всех сомнительных случаях Техническая Бригада должна принимать решения в пользу спортсмена.
<u>Недокрут в ¼ оборота</u>	Прыжок рассматривается как выполненный «в четверть» , если недокрут составляет ¼ оборота. Техническая Бригада указывает на это судьям и в протоколах знаком “q” после обозначения элемента.
Недокрученные прыжки	Прыжок считается «недокрученным» при недостатке вращения более, чем в ¼ но менее, чем в ½ оборота . Недокрученный прыжок указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<” после сокращенного обозначения элемента.

	Недокрученные прыжки получают уменьшенные базовые стоимости, которые приведены в специальных строчках Шкалы Стоимости.
Пониженные прыжки	Прыжок считается “пониженным” при недостатке вращения в ½ оборота или более. Пониженный прыжок указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<<” после сокращенного обозначения элемента. Пониженный прыжок оценивается с использованием шкалы стоимости SOV для прыжка на 1 оборот меньше (например, пониженный тройной будет оцениваться с использованием шкалы сложности для соответствующего двойного).
Перекрытые прыжки	Если прыжок перекрыт более, чем на четверть оборота, то он называется прыжком с большим числом оборотов. Например, 2Т с перекрытием более, чем в четверть оборота, будет назван Технической Бригадой как пониженный 3Т (<<).
Недокрут на отрыве	Явный отрыв с хода вперед (с хода назад для прыжка типа Аксель) приводит к прыжку с понижением. Наиболее часто такой недокрут встречается в тоулупе. Для определения недокрута и понижения (чаще в каскадах/комбинациях) Техническая Бригада может посмотреть повтор только на обычной скорости .
Отрыв с неправильного ребра (Флип/Лутц)	Отрыв Флипа с заднего внутреннего ребра, отрыв Лутца с заднего наружного ребра. В случаях отсутствия отрыва с чистого правильного ребра Техническая Бригада указывает судьям на наличие этой ошибки, используя знаки “e” (ребро) и “!” (внимание). Техническая бригада может посмотреть повтор в замедленной скорости. Техническая Бригада использует знак “e” (ребро), если ребро отрыва явно неправильно. Базовые стоимости прыжков со знаком “e” приведены в специальных строчках Шкалы Стоимости. Техническая Бригада использует знак “!”, если ребро отрыва не ясно. В этих случаях Базовая стоимость не уменьшается. Обе эти ошибки отражаются судьями в своих GOE.
Недокрученные прыжки с толчком с неправильного ребра (Флип/Лутц)	Если к одному и тому же прыжку применены оба знака “e” и “<”, то Базовая стоимость приведена в специальных строчках Шкалы Стоимости.
Сорванный прыжок из Списка	Попытка считается как прыжковый элемент. Однако маленькая подпрыжка или прыжок не более, чем в пол-оборота, выполненные для “украшения”, не рассматриваются как прыжки и оцениваются в Компоненте “Переходы между элементами”.
Прыжки не из Списка	Прыжки, не упомянутые в таблице SOV (например, Валлей, шпагат, внутренний Аксель с толчком с переднего внутреннего ребра и любым количеством оборотов и т.д.) не считаются прыжковыми элементами, но могут использоваться как специальные подходы к прыжкам и оцениваются в Компоненте “Переходы между элементами”. Валлей с зубца, однако, называется и считается как тоулуп.
Попытка прыжка	Что такое попытка? В принципе, явная подготовка к отрыву, переход на ребро отрыва/постановка зубца на лед с отрывом ото льда с поворотом в воздухе или без него рассматривается как попытка прыжка, не получает стоимости и блокирует прыжковую ячейку. В некоторых случаях, по решению Технической Бригады, подготовка к отрыву без самого отрыва тоже может называться попыткой прыжка. Например, риттбергер с падением на дуге отрыва или Аксель, в котором спортсмен встает на переднее наружное ребро с руками и свободной ногой сзади, начинает движение рук и ноги вперед для прыжка в воздух, но в последний момент не отрывается ото льда и т.п.
Неравное количество оборотов партнеров	В случае неравного количества оборотов партнеров в прыжке, выполняемом как отдельный прыжок или как часть каскада или комбинации, этот прыжок будет назван прыжком с меньшим количеством оборотов, исполненных партнерами. Судьи отразят эту ошибку в своих GOE.
Партнеры выполняют различные прыжки	Если партнеры определенно выполняют различные типы прыжков, это приводит к элементу без Стоимости. Название этого элемента будет “прыжок с меньшей стоимостью” без учета значков. Только этот прыжок блокируется с точки зрения повтора. Пример: 3Т у одного партнера, 3S у другого приводит к 3Т*.

Вращение и прыжок друг за другом	Если спортсмен выполняет вращение, за которым немедленно следует прыжок, или наоборот, то эти два элемента называются отдельно. Сложный отрыв прыжка/ выезд из прыжка поощряется судьями в GOE. Прыжок из Списка, который называется и исполняется сразу после вращения не рассматривается как сложный выезд из вращения.
-----------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Короткая Программа

Непредписанный элемент	Если Юниорская пара выполняет непредписанный прыжок, то этот элемент не получает стоимости, но блокирует прыжковую ячейку.
-------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Произвольное Катание

Повтор прыжка	Повторенный прыжок с более, чем 2 оборотами с тем же названием и тем же числом оборотов занимает прыжковую ячейку, но не имеет стоимости. Однако в каскаде или комбинации два прыжка могут быть одинаковыми. Если любой прыжок каскада/комбинации не соответствует требованиям, то не будет засчитан только прыжок, не соответствующий требованиям, а не весь каскад/вся комбинация. Прыжки рассматриваются в порядке их исполнения.
----------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Второй каскад / вторая комбинация.	При выполнении второго каскада/второй комбинации не засчитывается только прыжок, не соответствующий требованиям, а не весь каскад/вся комбинация.
-------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Два отдельных прыжка	Если оба партнера исполняют два (2) отдельных прыжка в программе, то второй прыжок будет отмечен знаком "+REP" и получит 70% Базовой Стоимости с результатом, округленным до двух знаков после запятой.
-----------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Падение или вываливание после первого прыжка	Если один или оба спортсмена падают/вываливаются после первого прыжка и немедленно после этого исполняет (ют) второй прыжок, то это продолжение игнорируется Технической Бригадой. Элемент будет называться следующим образом: Если оба партнера падают/вываливаются, то называется только исполненный отдельный прыжок. Если один партнер падает/вываливается, а второй исполняет комбинацию – название должно быть "первый прыжок + комбинация"; Если один партнер падает/вываливается, а второй исполняет каскад – название должно быть "первый прыжок + каскад".
-----------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Касание льда свободной ногой без переноса веса	Элемент остается каскадом даже при двухкратной тройке (или отсутствии троек) между прыжками и легком касании льда свободной ногой (без переноса веса обоими партнерами). В случае более 1 полного оборота на льду между прыжками будут названы прыжки, исполненные до этого оборота + каскад/комбинация таким же образом, как выше.
-------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Касание льда свободной ногой с переносом веса тела	Касание льда свободной ногой (с переносом веса тела) после первого прыжка и двухкратная тройка (или отсутствие троек) между прыжками у одного/обоих партнеров. Элемент будет назван Технической Бригадой следующим образом: "первый прыжок + каскад/комбинация" в зависимости от того, что исполнил второй партнер (в остальных случаях).
-----------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Каскад: первый/второй прыжок не из Списка	Если первый/второй прыжок каскада из двух прыжков у одного или обоих партнеров будет неудачным и превратится в прыжок не из Списка, но другой прыжок является прыжком из Списка, то эта связка все же считается каскадом, в котором стоимость получит только прыжок из Списка.
--------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Один партнер исполняет каскад, а другой – комбинацию	Если один партнер исполняет каскад, а другой – комбинацию, то связка будет названа «комбинацией».
-------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------

Выбросы 2020-2021

Правила

Общее	Выбросы это прыжки с помощью партнера, в которых партнерша бросается партнером в воздух на отрыве и приземляется без помощи партнера на заднее наружное ребро.
Короткая Программа	Короткая Программа сезона 2020 – 2021 должна включать один выброс: - один двойной или тройной для Взрослых ; - двойной или тройной <u>Риттбергер</u> для Юниоров .
Короткая программа	Выбросы, которые не соответствуют требованиям (включая неправильное количество оборотов) не будут иметь Стоимости и займут соответствующую ячейку, если она свободна.
Произвольное Катание	Хорошо сбалансированная Произвольная Программа должна содержать максимум 2 различных выброса (различные названия и/или различное количество оборотов).

Разъяснения

Как называть недокрученные или пониженные выбросы?	Техническая Бригада должна назвать тот выброс, который спортсмен пытался сделать, даже если ясно, что этот выброс <u>выполнен с недокрутом в ¼ об., недокручен</u> или «понижен». Все такие <u>выбросы</u> будут засчитываться как прыжки, которые спортсмен собирался исполнить, в части применения требований Хорошо сбалансированной программы. Четверть и пол-оборота недокрута являются границами при определении таких выбросов. При решениях важен угол обзора камеры, особенно если выброс выполняется на противоположном от камеры краю катка. Во всех сомнительных случаях Техническая Бригада должна принимать решения в пользу спортсмена.
<u>Недокрут в ¼ оборота</u>	Выброс рассматривается как выполненный “в четверть” , если <u>недокрут</u> составляет ¼ оборота. Техническая Бригада указывает на это судьям и в протоколах знаком “q” после обозначения элемента.
Недокрученные выбросы	Выброс считается “недокрученным” при недостатке вращения <u>более, чем в ¼, но менее, чем в ½ оборота</u> . Недокрученный выброс указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<” после сокращенного обозначения элемента. Недокрученный выброс получит уменьшенную базовую стоимость, которая отражена в специальных строчках Шкалы Стоимости.
Пониженные выбросы	Выброс считается “пониженным” при недостатке вращения в ½ оборота или более. Пониженный выброс указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<<” после сокращенного обозначения элемента. Пониженный выброс оценивается с использованием шкалы стоимости SOV для выброса на 1 оборот меньше (например, пониженный тройной будет оцениваться с использованием шкалы сложности для соответствующего двойного).
Перекрученные выбросы	Если выброс перекручен более, чем на четверть оборота, то он называется как выброс с большим числом оборотов. Например, 2ТТh с перекрутом более, чем в четверть оборота, называется Технической Бригадой пониженным 3ТТh (<<).

<i>Повторение – Произвольное катание</i>	Повторенный выброс с тем же названием и тем же числом оборотов (Взрослые или Юниоры) занимает ячейку выброса, но не имеет ни стоимости, ни GOE.
<i>Выбросы Флип/Лутц</i>	Для целей хорошо сбалансированной программы эти выбросы будут рассматриваться как одинаковые; они имеют одну и ту же базовую стоимость и те же самые надбавки и снижения GOE. Если два такие выброса с одинаковым количеством оборотов будут исполнены в Произвольном Катании, то второй из них будет без стоимости.

Поддержки 2020-2021

Правила

Общее	<p>Поддержки классифицируются следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none">Группа 1 - позиция с хватом за подмышкуГруппа 2 - позиция с хватом за талиюГруппа 3 - позиция с хватом за бедро/верхнюю часть ноги (выше колена)Группа 4 - позиция с хватом кисть в кисть (жимовые поддержки)Группа 5 - позиция с хватом кисть в кисть (поддержки типа Лассо) <p>В любой группе хват одной рукой может увеличивать сложность поддержки. В Группах 3-5 выпрямление поднимающей руки (рук) обязательно. Минимум один (1) оборот партнера. Разрешены только типы хватов партнёров «кисть – кисть», «кисть – рука», «кисть – тело» и «кисть – верхняя часть ноги (выше колена)». Разрешены смены хвата или позиции партнерши во время поддержки.</p>
Короткая Программа	<p>Короткая программа сезона <u>2020 – 2021</u> должна включать: <u>- любую поддержку с хватом за бедро (Группа 3) для Взрослых и Юниоров.</u> Разрешен только предписанный тип отрыва поддержки над головой. Поддержка Короткой Программы может включать провоз, но в случае включения провоза он не будет являться чертой Уровня Сложности.</p>
Произвольное Катание	<p>Хорошо сбалансированная Произвольная Программа содержит:</p> <ul style="list-style-type: none">- максимальное количество поддержек, разрешенных в Произвольной программе Взрослых это 3, не все из одной и той же Группы. Эти поддержки должны иметь различные сокращенные обозначения.- максимальное количество поддержек, разрешенных в Произвольной программе Юниоров это 2, не все из одной и той же Группы. <p>Провозы: Поддержки, которые определяются как чистые провозы, состоят из простого провоза партнерши без поворота партнера, в этом случае разрешаются только пол-оборота партнера в начале и/или конце провоза. В провозах разрешены любые хваты. Разрешены провозы одного из партнеров другим на спине, плечах или коленях. Поддержки-провозы не включаются в число верхних поддержек. Эти поддержки рассматриваются в компоненте «Переходы». Они не имеют стоимости и не ограничиваются по количеству.</p>

Черты Уровней Сложности

- 1) Взрослые: Сложная вариация отрыва и сложная вариация приземления
Юниоры: Простая вариация отрыва и простая вариация приземления
- 2) 1 смена хвата и/или базовой позиции партнерши (1 об. партнера до и после смены, при повторе считается дважды)
- 3) Сложная вариация позиции партнерши (1 полный оборот)
- 4) Сложный (простой для юниоров) провоз (не для Короткой Программы)
- 5) Взрослые: Сложный хват одной рукой партнера (2 полных об. в сумме, не считая частей короче 1 об.)
Юниоры: хват одной рукой партнера (2 полных оборота в сумме, не считая частей короче 1 об.)
- 6) Дополнительный оборот партнера с хватом одной рукой после двух оборотов в 5) (только в Произвольном Катании и только в одной поддержке)
- 7) Смена направления вращения партнера (один оборот до и после смены, считается только один раз за программу)

Черты 1), 2), 3) и 5) должны быть существенно отличны в разных поддержках, а если они будут похожи, то могут быть засчитаны только первый раз, когда их пытались исполнить. Все Черты могут быть засчитаны только при их исполнении в первые 3.5 оборотов. Для черты отрыва и приземления разрешены дополнительные по пол-оборота. Эти дополнительные по пол-оборота на отрыве и приземлении (1 оборот в сумме) разрешают рассматривать черту отрыва и приземления в первые 4.5 оборота.

Разъяснения

<p>Базовые хваты, позиции</p>	<p>Хваты: кисть за подмышку, кисть за талию, кисть за бедро или верхнюю часть ноги (выше колена), <u>кисть за кисть/руку</u> .</p> <p>Позиции: Вертикальная (верхняя часть тела партнерши вертикальна), Свеча (позиция партнерши в сторону с верхней частью тела параллельной льду) и Платтер (позиция партнерши плоская, глядя вверх или вниз, с верхней частью тела параллельной льду).</p> <p>Если в поддержке позиция партнерши меняется с вертикальной (с головой наверху) на вертикальную (с головой внизу) или из Платтера (лицом вверх) на Платтер (лицом вниз) или наоборот, или из Свечи в Свечу с пол-оборотом партнерши в любом направлении, то это тоже считается сменой позиции.</p>
<p>Отрыв</p>	<p>Простой – включает, но не ограничивается сменой хвата во время подъема;</p> <p>Сложный – включает, но не ограничивается следующим: сальто при отрыве, танцевальная поддержка, переходящая немедленно (без касания партнершей льда) в обычную поддержку, отрыв с хватом одной рукой, использование кораблика, Ина Бауер, спирали, исполненных одним или обоими партнерами как дуги захода. Толчок внутренним Акселем в 5ALi и 5SLi рассматривается как сложная вариация отрыва (<u>черта дается, только если отрыв партнерши с переднего внутреннего ребра</u>).</p>
<p>Приземление</p>	<p>Простое – Смена хвата во время спуска; приземление на другую ногу не обязательно является простой вариацией приземления.</p> <p>Сложное – Вариация трудного приземления, которая включает, но не ограничивается следующим: сальто, вариацией хватов, позиций партнеров и/или направления скольжения при приземлении, приземление с хватом одной рукой, позиция кораблика партнера во время приземления; эта позиция партнера рассматривается как сложная вариация приземления только, если кораблик достаточно длинный: от момента, когда партнер начинает сгибать руки до момента постановки партнерши на лед.</p>
<p>Отрыв и приземление</p>	<p>Взрослая пара может получить только одну черту за сложную вариацию отрыва и приземления.</p> <p>Юниорская пара может получить только одну черту за простую вариацию отрыва и приземления.</p> <p>Эта черта может быть присуждена в нескольких поддержках, только если её исполнение в этих поддержках существенно различно.</p>
<p>Хват одной рукой на спуске</p>	<p>Хват одной рукой считается как черта только, когда партнер использует одну руку, а партнерша использует одну руку или не использует рук и она не касается партнера никаким местом верхней части тела.</p> <p>Этот хват может быть засчитан как “сложная вариация приземления” только один раз за программу.</p>
<p>Провоз</p>	<p>Простой – продолжительностью хотя бы в 3 сек.</p> <p>Сложный – включает хотя бы одну из следующих черт: во время провоза в течение хотя бы 3 секунд партнер</p> <ul style="list-style-type: none"> - скользит на одной ноге; - держит партнершу одной рукой; - выполняет перебежки; - выполняет кораблик или похожее движение. <p>Разрешен в обеих программах, но в Короткой Программе не является чертой, а в Произвольном Катании считается чертой только в первом исполнении.</p>
<p>Перерыв во вращении длиннее 3 сек.</p>	<p>Любой перерыв в непрерывном вращении длиннее, чем 3 сек., рассматривается как попытка провоза.</p>
<p>Смены, прерываемые провозом</p>	<p>Если в Произвольном Программе “смена хвата/позиции партнерши/направления вращения” прерывается Провозом, то соответствующая черта Уровня сложности присуждаться не будет.</p>

Определение Группы поддержки	Группы классифицируются в соответствии с хватом в тот момент, когда партнерша проходит уровень плеча партнера, <u>кроме групп 1 и 2, в которых не требуется полное выпрямление руки.</u>
Поддержка Группы 1 – <u>разрешены новые вариации хватов</u>	Поддержка Группы 1 это любая поддержка, <u>в которой голова партнерши наверху, и она ниже уровня плеча партнера. Возможные хваты кисть за подмышку, кисть за руку, кисть за талию или кисть за кисть.</u>
Поддержка Группы 2	Поддержка Группы 2 это любая поддержка с хватом за талию. Поддержка с хватом за талию, простым отрывом типа риттбергера и вертикальной позицией партнерши с головой наверх и лицом в любую сторону без вариаций является поддержкой Группы 2. Любая другая позиция партнерши в поддержке с хватом за талию приводит к поддержке Группы 3.
Поддержка Группы 3	Поддержка Группы 3 это любая поддержка с хватом за бедро или верхнюю часть ноги (выше колена).
Поддержка Группы 4	Поддержка Группы 4 это любая поддержка с хватом рука в руку, в которой партнерша не вращается вокруг партнера/по отношению к партнеру во время подъема, она может вращаться только вместе с партнером.
<i>Поддержки Группы 5 (Лассо)</i>	<p>В поддержке Лассо, или Группы 5, партнерша вращается вокруг партнера/по отношению к партнеру во время подъема между отрывом и положением с полностью выпрямленными руками. <u>Это вращение должно быть видимым, глядя на плечи или бедра. Во время подъема одна из рук партнера должна быть явно выше его плеч. В противном случае поддержка будет принадлежать Группе 4.</u> Различные типы поддержек Группы 5 отличаются друг от друга отрывом партнерши, положением партнеров относительно друг друга в момент отрыва и хватом.</p> <p>Поддержка Группы 5 Тоулуп (5TLi) В момент отрыва партнеры находятся лицом к лицу, партнер едет вперед, а партнерша назад. Партнер держит левую руку партнерши своей левой рукой и держит ее правую руку своей правой рукой. Партнерша прыгает толчком с зубца.</p> <p>Поддержка Группы 5 Степ (5SLi) В момент отрыва партнеры находятся лицом к лицу, партнер едет назад, а партнерша вперед. Партнер держит левую руку партнерши своей левой рукой и держит ее правую руку своей правой рукой. Партнерша прыгает с хода вперед.</p> <p>Поддержка Группы 5 Аксель (5ALi) В момент отрыва партнерша находится сбоку партнера. Партнер скользит вперед или иногда в кораблике. Партнер держит левую руку партнерши своей левой рукой и держит ее правую руку своей правой рукой. Партнерша прыгает с хода вперед.</p> <p>Поддержка Группы 5 Заднее Лассо (5BLi) В момент отрыва оба партнера едут ходом назад. Партнер держит правую руку партнерши своей правой рукой и держит ее левую руку своей левой рукой (хват одноименными руками). Партнерша толкается с заднего хода с ребра или зубцом.</p> <p>Поддержка Группы 5 Реверс Лассо (5RLi) В момент отрыва партнеры едут в одном направлении, или назад или вперед. Партнер держит левую руку партнерши своей правой рукой и держит ее правую руку своей левой рукой (хват разноименными руками). Партнерша толкается с ребра или зубцом. Также возможен хват, в котором поднимающая рука партнера находится между ног партнерши.</p>

Определение числа оборотов	Обороты партнера считаются от момента отрыва партнерши ото льда до момента, когда руки партнера начинают сгибаться после полного выпрямления и, следовательно, партнерша начинает опускаться. Если в момент отрыва партнерши партнер находится в кораблике или другой позиции вбок, обороты партнера определяются положением его передней ноги в тот момент, когда партнерша отрывается ото льда.
Запрещенная поддержка (запрещенный хват и т.д.)	Если пара исполняет запрещенную поддержку/запрещенный хват, то Уровень поддержки не может быть выше Базового. Применяется снижение за запрещенный элемент.
Партнер начинает сгибать руку (руки)	Когда партнер начинает сгибать руку после ее полного выпрямления, поддержка считается законченной (исключая моменты смены хвата/позиции). Любая часть поддержки, выполненная после нового выпрямления руки, игнорируется при определении черт Уровней сложности и числа об. партнера.
Определение Черт Уровней Сложности	Кроме черт, касающихся отрыва и приземления, черты Уровней сложности поддержки считаются от момента полного выпрямления рук партнера до момента, когда он начинает сгибать руку (и).
Смена хвата	Смена хвата требует одного полного оборота до и после такой смены. Смена хвата означает, что руки партнера переходят из хвата одной группы к хвату другой группы. Если указанного одного (1) оборота нет, то смена хвата не засчитывается. Переход от хвата правой рукой к хвату левой рукой или наоборот, с хотя бы одним (1) об. в каждом этом хвате также рассматривается как смена хвата. Чтобы не считать одну и ту же черту дважды, переход от хвата двумя руками к хвату одной рукой или наоборот не считается в число смен хвата.
Смена хвата и позиции партнерши	Если смена хвата и позиции партнерши происходят одновременно, то присуждается только одна черта Уровней сложности. Черта за “смену хвата и/или позиции партнерши” может быть присуждена в нескольких поддержках только, если её исполнения существенно отличаются друг от друга. Существуют различные хваты (кисть – кисть, кисть – рука, кисть – тело и кисть – верхняя часть ноги (выше колена)) и позиции партнерши (вертикальная, свеча, платтер). Правило 619 определяет смену хвата/позиции партнерши как переход от одного из этих хватов/одной из этих позиций к другому/другой хвату/позиции. Если те же самые два хвата/две позиции исполняются дважды в одном и том же порядке, то эти исполнения рассматриваются как одинаковые. Любые другие типы смен рассматриваются как «существенно различные», включая повторения двух тех же хватов/позиций, но в другом порядке.
Сложная вариация позиции партнерши	Вариация позиции партнерши будет влиять на Уровень только, если она существенно осложняет баланс партнерши в поддержке или требует специальной силы и/или гибкости. Эта черта может быть присуждена в нескольких поддержках только, если вариации будут существенно отличаться друг от друга.
Смена направления вращения партнера	<i>Требует одного оборота до и после смены, считается только один раз за программу (первый раз, когда эту смену пытаются исполнить).</i>
Неправильный отрыв – Коротк. Программа	Если отрыв отличен по природе от требуемого, то поддержка не получит Уровня и стоимости.
Все поддержки из Группы 5 (Произвольное Кат.)	Если в Произвольном Катании для взрослых или юниоров все поддержки из Группы 5, то последняя исполненная поддержка будет выброшена.
Определение маленькой поддержки	Любая поддержка с удержанной/стабильной позицией партнерши, в которой руки партнера остаются не выше уровня его плеч. Эта поддержка может

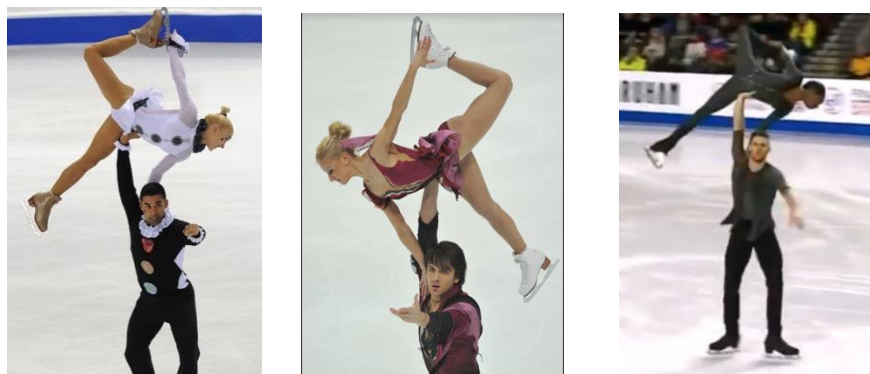
<p>Хват одной рукой партнера</p> <p>Для юниоров</p> <p>Для взрослых</p>	<p>быть с вращением или без него.</p> <p>Два оборота партнера в сумме с хватом одной рукой будут считаться как Черта Уровня Сложности. Третий оборот с хватом одной рукой не будет засчитываться как дополнительная черта в КП и будет засчитываться как черта только в одной поддержке (первой по счету) в ПК. Части с хватом одной рукой короче одного об. считаться не будут.</p> <p>Эта черта присуждается, только если партнерша не использует рук вообще или использует только одну руку для поддержки. Она не присуждается, если обе руки партнерши касаются партнера.</p> <p>Черта 5) Сложный хват одной рукой партнера означает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - любую поддержку, в которой есть только одна точка контакта между партнером и партнершей и партнерша балансирует без опоры на партнера; - поддержки с более, чем одной, точкой контакта, которые требуют исключительного баланса и контроля. <u>Большая часть веса партнерши должна быть явно смещена по отношению к оси основной части веса партнера.</u>
----------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Две точки контакта

С исключительным балансом и контролем



Без исключительного баланса и контроля



Подкрутки 2020-2021

Правила

Общее	Партнерша должна быть поймана партнером за талию перед ее плавным приземлением на лед с помощью партнера на одну ногу на заднее наружное ребро. В подкрутке позиция шпагата партнерши перед вращением не является обязательной, но будет одной из черт, которые могут увеличить Уровень этого элемента.
Короткая Программа	Короткая программа должна включать одну подкрутку. Отрыв партнерши ото льда типа Лутца или Флипа. Число оборотов свободного вращения партнерши в воздухе – два (2) или три (3) для Взрослых и Юниоров .
Короткая Программа	Подкрутки, которые не удовлетворяют требованиям (включая неправильное количество оборотов) не будут иметь Стоимости и блокируют соответствующую ячейку, если она свободна.
Произвольное Катание	В Произвольном катании отрыв партнерши ото льда может отличаться от Лутца/Флипа (тоулуп, аксель). Число оборотов в подкрутке не ограничено. Для Взрослых и Юниоров хорошо сбалансированная произвольная программа должна содержать одну (1) подкрутку.

Черты Уровней Сложности

- 1) Шпагат партнерши (каждая нога хотя бы 45° от оси тела и ноги партнерши прямые или почти прямые)
- 2) Прием партнерши руками сбоку талии (ее ладони, руки, верхняя часть тела не касаются партнера)
- 3) Позиция партнерши в воздухе с рукой (руками) над головой (минимум 1 полный оборот)
- 4) Сложный отрыв: повороты, шаги, движения, маленькие поддержки, непосредственно предшествующие отрыву и выполненные с непрерывным движением.
- 5) Разведение прямых или почти прямых рук партнера в сторону хотя бы до уровня плеч после отпускания партнерши

Разъяснения

Недокрут на приземлении	Подкрутки с недостатком предполагавшегося вращения на приземлении могут быть понижены при недокруте в ½ оборота или более. Пониженная подкрутка будет указана Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком "<<" после сокращенного обозначения элемента. Техническая Бригада определяет любую подкрутку с недокрутом в пол-оборота или более на приземлении, как подкрутку на 1 об. меньше. Например, если в тройной подкрутке партнер поддерживает основную часть веса партнерши, когда верхняя часть ее тела повернулась только на 2.5 оборота, то такой элемент будет назван попыткой тройной подкрутки, а потом понижен до двойной подкрутки. При решениях по «понижению» важен угол обзора камеры, особенно если подкрутка выполняется на противоположном от камеры краю катка.
Шпагат партнерши	Эта черта дается только, если каждая нога партнерши, прямая или почти прямая, находится под углом хотя бы 45 градусов от оси её тела.

<p>Прием партнерши руками сбоку талии (ее ладони, руки, верхняя часть тела не касаются партнера)</p>	<p>Черта дается, если:</p> <p>а) обе руки партнера сбоку талии партнерши (ловля, при которой одна или обе руки партнера находятся на любой другой части тела партнерши эта другая позиция приема, и черта присуждаться не будет и</p> <p>б) партнерша не касается партнера в любой момент фазы приземления никакой частью руки или тела.</p> <p>Если партнерша падает на партнера (ее вес поддерживается телом партнера до того, как коньки коснутся льда) или даже просто касается партнера при приземлении, Черта не дается, даже если руки партнерши не держатся за партнера.</p>
<p>Разведение рук партнера в сторону хотя бы до уровня плеч после отпускания партнерши</p>	<p>После того, как партнер отпускает партнершу, его руки должны изменить позицию и оказаться сбоку тела на высоте не выше плеч до того, как он поймает партнершу в воздухе. Руки партнера должны быть прямыми или почти прямыми. Если партнерша не поймана в воздухе, то черта не дается. Однако черта будет присуждена в случае любого приема в воздухе (не обязательно за талию).</p>
<p>Сложный отрыв</p>	<p>Черта дается только, если есть <u>шаги, повороты, движение (я), маленькие поддержки, непосредственно предшествующие отрыву и выполненные с непрерывным движением.</u> В случае разрыва, черта даваться не будет.</p>

Тодесы 2020-2021

Циркулевая фигура (новисы)

Правила

<p>Общее</p> <p><u>Циркулевая фигура</u></p>	<p>Во время исполнения заключительной позиции, когда партнёрша находится в положении самого тодеса, оба партнёра должны выполнить минимум один (1) оборот в позиции полного тодеса, когда колени партнёра явно согнуты. Для получения более высокого Уровня партнёр должен находиться в низкой позиции циркуля. Одновременно партнёрша должна скользить в тодесе на чистом ребре, причем её тело и голова должны находиться близко к поверхности льда, но партнёрша не должна касаться льда головой или помогать себе свободной рукой или другой частью тела. Вес тела партнёрши поддерживается скользящим по льду ребром конька и хватом руки партнёра. Партнёр должен находиться в центрированной позиции с полностью вытянутой рукой. Любой тип позиции может считаться чертой, если хват партнёров фиксируется в течение как минимум одного непрерывного оборота.</p> <p><u>Партнер выполняет циркуль, держа партнершу, которая следует за ним, рукой за руку. Партнерша может быть в ласточке, кораблике или быть в позиции с выпрямленной ногой.</u></p>
<p>Короткая Программа</p>	<p>Типы тодесов:</p> <p>Тодес назад наружу: Оба партнёра скользят назад наружу. Партнёр исполняет циркуль и держит руку партнёрши полностью вытянутой рукой, одноименной с его скользящей ногой. Партнёрша наклонена назад ко льду и её рука полностью вытянута, когда она движется по кругу вокруг партнёра в этой позиции. Разрешена любая вариация позиции партнёра при сохранении им позиции циркуля, как она определена, и скольжении партнёрши вокруг партнёра на наружном ребре.</p> <p>Тодес вперед внутрь: Партнёр скользит назад на наружном ребре, партнёрша - вперед на внутреннем ребре. Партнёр исполняет циркуль и держит руку партнёрши полностью вытянутой рукой, одноименной с его скользящей ногой. Партнёрша наклонена вбок ко льду, и её рука полностью вытянута, когда она движется по кругу вокруг партнёра в этой позиции. Разрешена любая вариация позиции партнёра при сохранении им позиции циркуля, как она определена, и скольжении партнёрши вокруг партнёра на внутреннем ребре.</p> <p>Тодес назад внутрь: То же, что для тодеса назад наружу, но партнёрша наклонена назад или вперед ко льду, её рука полностью вытянута и она движется по кругу вокруг партнера в этой позиции на четком заднем внутреннем ребре.</p> <p>Тодес вперед наружу: То же, что для тодеса вперед внутрь, но партнёрша движется по кругу вокруг партнёра вперед на четком наружном ребре.</p> <p>Для Взрослых и Юниоров Короткая Программа сезона 2020 – 2021 должна включать тодес <u>Вперед внутрь</u>.</p>
<p>Произвольное Катание</p>	<p>Для Взрослых и Юниоров хорошо сбалансированная Произвольная программа должна включать один (1) тодес любого типа, но для Взрослых этот тип должен отличаться от типа, исполненного в Короткой Программе. Разрешены вариации хвата.</p>

Черты Уровней Сложности

- 1) Сложный заход (непосредственно предшествующий тодесу) и/или выезд
- 2) Полные обороты партнерши, когда оба партнера находятся в “низкой” позиции (считается столько раз, сколько выполнено)

Разъяснения

Позиции	«Низкая позиция» партнерши: - для внутренних тодесов «нижнее» бедро или ягодица и голова партнерши не должны быть выше колена ее опорной ноги; - для наружных тодесов – голова не должна быть выше колена опорной ноги и линия тела от колена опорной ноги до головы должна быть плоской или являться небольшой аркой. «Низкая позиция циркуля» партнера: ягодицы не выше колена стоящей в циркуле ноги. Уровень Тодеса без 1 полного об. партнера и партнерши одновременно в описанной «низкой» позиции не может быть выше 1ого.
Число оборотов в “низкой” позиции	Любая часть тодеса с более высокой, чем описано выше, позицией партнерши или партнера не годится для черт Уровней сложностей 2). Счет оборотов начинается только, когда партнерша и партнер находятся в действительно низкой позиции тодеса.
Потеря “низкой” позиции	Чтобы получить черты 2), “низкая” позиция обоих партнеров должна быть непрерывной. Если “низкая” позиция потеряна, черты 2) могут быть засчитаны, только если они выполнены до потери “низкой” позиции.
Партнерша не находится в предписанной позиции	Если голова партнерши (для всех тодесов) и/или ее нижнее бедро (для тодесов внутрь) выше колена ее опорной ноги, Уровень тодеса не может быть выше 1ого. Если во время исполнения тодеса нижняя часть головы партнерши никогда не достигает уровня колена ее опорной ноги, то тодес не будет иметь стоимости.
Исполнение другого тодеса (Короткая программа)	В Короткой Программе тип тодеса предписан. Если партнерша скользит на другом ребре или в другом направлении, то Уровень и стоимость не даются, но ячейка блокируется.
Партнерша скользит на ботинке	Если партнерша теряет ребро и переходит на ботинок или колено, то этот момент рассматривается как окончание тодеса, и никакие черты после этого момента не присуждаются. Техническая Бригада должна решить, является ли это падением.
Нет позиции циркуля или колено партнера не согнуто или его рука не полностью выпрямлена	Если партнер не принимает позицию циркуля вообще или не остается в этой позиции хотя бы один оборот, или если колено его ноги с зубцом на льду не является явно согнутым в течение одного оборота, или его держащая рука не полностью выпрямлена в течение одного оборота, то Уровень тодеса не называется, и тодес будет без Стоимости.
Партнер не принимает низкую позицию циркуля	Если партнер не имеет одного полного оборота в предписанной низкой позиции циркуля (его ягодицы не выше колена стоящей в циркуле ноги), то Уровень тодеса не может быть выше 1ого.
Смена позиции циркуля	В Короткой Программе разрешена только традиционная позиция циркуля партнера, в которой он скользит на заднем наружном ребре, держа руку партнерши полностью вытянутой рукой с обоими коленями явно согнутыми и в полной позиции циркуля. Никакие вариации этой позиции циркуля не разрешены. В Произвольном Катании при изменении позиции циркуля партнера тодес будет считаться законченным. Вследствие этого только та часть, в которой партнер находился в правильной позиции циркуля, будет приниматься во внимание при определении Уровня тодеса.

Хват другой рукой (заход на тодес)	Хват другой рукой партнера не разрешен в Короткой Программе, разрешен в Произвольном Катании, но не считается чертой. Хват другой рукой партнерши разрешен как в Короткой Программе , так и в Произвольном Катании , но не считается чертой.
Смена руки	В Короткой Программе и Произвольном Катании смена руки партнера и/или партнерши разрешена в любой момент, но больше не является чертой Уровня сложности.
Чьи обороты считаются?	Для Черт 2) считаются только обороты партнерши. Возможно, что у партнера будет меньше оборотов в низкой позиции, чем у партнерши, в том случае, если партнерша проходит сзади партнера при исполнении тодеса. Для этого нужна смена хвата.
Когда начинается тодес?	Заход начинается в начале кривой въезда, когда один из партнеров находится на одной ноге на ребре тодеса, а другой партнер также находится на одной ноге или в позиции такой, как кораблик, пистолетик и т.д.
Когда начинается и заканчивается выезд?	Выезд из тодеса начинается , когда партнер начинает сгибать «держашую» руку в локте, и заканчивается , когда партнерша принимает вертикальное положение.
Когда начинаются и заканчиваются обороты тодеса?	Они начинаются , когда зубец партнера принимает стационарное (типа якоря) положение на льду. Они заканчиваются , когда заканчивается циркуль партнера или партнерша начинает подниматься для выезда из тодеса. Более ранняя из этих вещей будет обозначать окончание оборотов.
Сложные заход, выезд	Спортсмен (ы) должны демонстрировать позиции, которые влияют на положение основной части тела и баланс. Сложная позиция въезда должна быть выполнена в то время, когда оба партнера находятся на дуге въезда и партнерша и/или партнер движутся из сложной позиции въезда прямо и без задержки в позицию тодеса. Пример сложного выезда: за выездом партнерши непосредственно следует поддержка (танцевальная или другая) или прыжок. Заход засчитывается как черта, только если «низкая» позиция принимается обоими партнерами в течение первого оборота после фиксации зубца партнера на льду.

**Элементы без Уровня (без стоимости) или с максимальным Уровнем В/1/2/3 в
ПАРНОМ КАТАНИИ, КП и ПК, сезон 2020-2021**

Максим. Уровень КП	Проблема	Максим. Уровень ПК
Замечание: Паре присуждается низший Уровень из Уровней, достигнутых каждым партнером		
Все элементы, имеющие Уровни		
Без стоимости	Неправильный элемент	Не применимо
Базовый + снижение	Запрещенные элементы/движения (при выполнении требований для Базового Ур.); ТБ отвечает за снижение за запрещенный эл.	Базовый + снижение
Дорожки шагов		
Без стоимости	Не полностью использует ледовую площадку	Не применимо
Базовый	Нет минимального разнообразия шагов и поворотов	Не применимо
1	Только минимальное разнообразие шагов и поворотов	Не применимо
2	Только простое разнообразие шагов и поворотов	Не применимо
Базовый	Нет баланса в распределении шагов и поворотов по дорожке	Не применимо
Базовый	Нагрузка на партнеров не одинакова	Не применимо
Комбинация Раздельных Вращений (Новисы)		
Без стоимости	Нет 2 оборотов подряд в 2 базовых позициях	Не применимо
Комбинация Раздельных Вращений со сменой ноги		
Без стоимости	Меньше 2 базовых позиций с 2 оборотами	Не применимо
Любой, “V”	2 базовые позиции с 2 оборотами	Не применимо
Без стоимости	Смена ноги: менее 3 оборотов до/после смены	Не применимо
Комбинация Парных Вращений		
Не применимо	Один/оба партнера не имеют 2 непрерывных об. в 2 базовых поз. или нет попытки смены ноги одним или обоими партнерами	Без стоимости
Не применимо	Смена ноги: менее 3 об. до/после одним/двумя партнерами	Без стоимости
Не применимо	Все сложные вариаци. исполнены партнершей/партнером (Черта 2)	Черты нет
Не применимо	2 базовые позиции с 2 оборотами	Любой, “V”
Поддержки		
Баз. + снижение	Запрещенный хват	Баз. + снижение
Без стоимости	Менее минимального числа оборотов (1) партнера	Без стоимости
Без стоимости	Руки партнера никогда не выпрямлены (Группы 3/4/5)	Без стоимости
Без стоимости	Неправильный отрыв	Не применимо
Тодесы		
Без стоимости	Партнер не остается в циркуле с явно согнутым коленом и полностью выпрямленной рукой в течение 1 оборота	Без стоимости
1	Партнер и партнерша не остаются одновременно в “низкой” позиции в течение 1 оборота	1
Без стоимости	Голова партнерши никогда не достигает уровня колена ее опорной ноги	Без стоимости