

# **Руководство по работе Технических Бригад**

**в сезоне 2012-2013 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.**

# Дорожка шагов

## Правила

|  |   |
|--|---|
| <b>Общее:</b><br><b>Короткая программа</b> | Дорожка шагов включена в Короткую программу каждого сезона; в хорошо сбалансированной Произвольной программе дорожки шагов нет.<br>Дорожка шагов может включать любые прыжки не из Списка. Разрешены короткие остановки в соответствии с музыкой. Возвращения не запрещены.<br>Дорожка должна полностью использовать ледовую площадку. Должны поощряться пары, в которых партнеры меняют места 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) Простое разнообразие (Уровень 2), разнообразие (Уровни 3 – 4) шагов и поворотов 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 верхней части 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
- 5) Исполнение, не разъединяясь друг от друга в течение хотя бы половины рисунка (разрешены смены хватов)

## Разъяснения

|   |  |
|---|--|
| <b>Рисунок</b>  | <u>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 или по длине (например, прямая, серпантин или похожая форма) или по ширине (например, круг, овал или похожая форма) или то и другое (комбинация указанных выше форм). Невыполнении этого описания приведет к дорожке без стоимости.</u><br>В Чертах 2 – 5 слова «рисунок» и «последовательность» означают рисунок, действительно выполненные спортсменами. |
| <b>Начало и конец рисунка</b>                                 | <u>Это моменты, когда спортсмены действительно начинают и завершают дорожку.</u>   |
| <b>Определение поворотов и шагов</b>                          | Различные типы поворотов: тройки, твиззлы, скобки, петли, выкрутки, крюки.<br>Различные типы шагов: на зубцах, шассе, моухоки, чоктау, перетяжки, кросс-роллы.<br>Повороты должны исполняться на одной ноге.<br>Шаги, всюду, где это возможно, должны исполняться на одной ноге.<br>Если поворот «перепрыгнут», то он не считается исполненным.  |
| <b>Простое разнообразие</b>                                   | Для каждого партнера должно включать хотя бы 7 поворотов и 4 шага, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.   |
| <b>Разнообразие</b>   | Для каждого партнера должно включать хотя бы 9 поворотов и 4 шага, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.   |
| <b>Сложность</b>  | Не применима для парного катания.  |
| <b>Нет простого разнообразия, только простое разнообразие</b> | Если спортсмены ( <u>или один из них</u> ) не имеют в дорожке простого разнообразия шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 1ого. Если спортсмены ( <u>или один из них</u> ) имеют в дорожке только простое разнообразие шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 2ого.   |

|  |   |
|--|---|
| <b><i>Баланс и объем работы</i></b>  | Повороты и шаги должны быть сбалансированы в своем распределении по дорожке. Объемы работы партнеров должны быть равными. Если баланса нет или объемы работы партнеров не равны, то Уровень не может быть выше 1ого.  |
| <b><i>Вращения в обоих направлениях</i></b>                                    | Эта черта означает, что спортсмены вращаются в одном направлении вращения хотя бы 1/3 дорожки в сумме (не обязательно непрерывно) и в другом направлении вращения хотя бы 1/3 дорожки (не обязательно непрерывно). “Полный поворот тела” означает один полный оборот. Спортсмены не должны просто поворачиваться по пол-оборота вправо и влево.   |
| <b><i>Использование движений верхней части тела</i></b>                        | “Использование движений верхней части тела” означает видимое использование в течение хотя бы 1/3 рисунка дорожки (в сумме) любых движений рук и/или головы и/или торса, 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».   |
| <b><i>Прыжок более чем в пол-оборота, исполненный в дорожке шагов</i></b>      | 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 1/2 об.». В любом случае этот прыжок не влияет на Уровень Сложности дорожки. |
| <b><i><u>Смена позиций пары (пересечение)</u></i></b>                          | <u>До и после пересечения партнеры должны явно разъединиться, при этом каждый из них должен совершать шаги и/или повороты. Должно быть хотя бы 3 пересечения. Партнеры должны проехать хотя бы 1/3 рисунка от момента первого пересечения до момента последнего пересечения, но длина всей части с пересечениями не должна быть более 1/2 дорожки.</u>  |
| <b><i>Не разъединяясь друг от друга в течение хотя бы половины рисунка</i></b> | «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 в то время как они меняют хват.  |

# Хореографические Последовательности

## Правила

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Произвольное катание</b> | <u>Хореографическая Последовательность состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, спирали, арабески, кораблики, движения Ина Бауэр, гидробейдинг, проходящие (не из Списка) прыжки, вращательные движения и т.п. Хореографическая последовательность движений для Пар должна включать по меньшей мере одну спираль (не просто мах ноги) любой длины каждого партнера. Последовательность начинается с первого движения и завершается последним движением спортсменов. Рисунок не предписан, но Последовательность должна полностью использовать поверхность льда. Если это требование не выполняется, Последовательность не будет иметь стоимости. Хореографическая последовательность движений имеет базовую стоимость и оценивается Судьями только посредством GOE.</u> |
|-----------------------------|--|

## Разъяснения

|   |  |
|---|--|
| <b>Как называть Хореографическую Последовательность</b> | Название должно быть “Хореографическая Последовательность подтверждена” (если Последовательность засчитана) или “Хореографическая Последовательность без стоимости” в противоположном случае.  |
| <b>Что означает “не мах”?</b>                           | <u>Это означает, что свободная нога в позиции спирали должна быть зафиксирована в течение хотя бы какого-то момента времени.</u><br><u>Мах : свободная нога движется вверх и вниз без всякой остановки или фиксированной позиции спирали.</u>  |
| <b>Нет позиции спирали у одного или обоих партнеров</b> | Хореографическая Последовательность не будет иметь стоимости.  |
| <b>Определение</b>                                      | Спираль это позиция с коньком на льду и свободной ногой (включая колено и ботинок) выше уровня бедра. Позиция спирали должна быть на ребре.  |
| <b>Рисунок</b>  | <u>Предписанного рисунка нет, но Хореографическая Последовательность должна полностью использовать ледовую площадку. Она должна быть видимой и определяемой и должна быть выполнена с использованием почти всей ледовой поверхности или по длине (например, прямая, серпантин или похожая форма) или по ширине (например, круг, овал или похожая форма) или то и другое (комбинация указанных выше форм). Невыполнении этого описания приведет к последовательности без стоимости.</u> |

# Раздельные вращения

## Правила

|   |   |
|---|---|
| <b>Общее</b>  | <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>В комбинации вращений требуется хотя бы 2 об. в 2 базовых позициях. вращения).</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 раздельных вращений могут начинаться с прыжка.</p> |
| <b>Короткая Программа – Комбинация раздельных вращений со сменой ноги</b> | <p><u>Комбинация раздельных вращений включена в Короткую Программу в сезона 2012-2013.</u></p> <p>Комбинация раздельных вращений должна иметь хотя бы 2 об. в двух базовых позициях.</p> <p><u>Отсутствие 3 базовых позиций у каждого партнера с 2 об. в каждой позиции будет отражено в Уровне вращения.</u> 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>  |
| <b>Произвольное Катание – Комбинация раздельных вращ.</b>                 | <p><u>Хорошо сбалансированная Произвольная Программа для взрослых и юниоров должна содержать одну комбинацию раздельных вращений.</u></p> <p>Комбинация вращений имеет минимальное количество оборотов: десять (10).</p> <p>Это минимальное количество оборотов считается от захода во вращение до его выезда. В комбинации вращений смена ноги – по выбору спортсменов и количество различных позиций – хотя бы 2.</p>   |

## Черты Уровней Сложности

- 1) 1 сложная вариация в базовой или (только для комбинации вращений) в не-базовой позиции
- 2) Вторая сложная вариация в базовой позиции, которая должна существенно отличаться от первой и быть:
  - в комбинации вращений без смены ноги – в другой позиции по сравнению с первой вариацией
  - в комбинации вращений со сменой ноги – на другой ноге и в другой позиции по сравнению с первой вариацией
- 3) Задний заход или заход прыжком
- 4) Прыжок внутри вращения без смены ноги
- 5) Отчетливая смена ребра в волчке (только при переходе с заднего внутреннего на переднее наружное ребро), либеле, заклоне и позиции «Бильман»
- 6) Явное увеличение скорости в либеле, волчке, заклоне или позиции «Бильман»
- 7) Все 3 базовые позиции на одной ноге (считается дважды при исполнении на обеих ногах)
- 8) 2 смены ноги (не для Короткой Программы)
- 9) Вращение в обоих направлениях непосредственно друг за другом
- 10) Хотя бы 6 оборотов без смены позиции/вариации, ноги и ребра (либела, волчок, заклон, сложное положение стоя)

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

**Во вращениях со сменой ноги для Уровней 2 – 4 как в Короткой Программе, так и в Произвольном Катании обязательно наличие хотя бы одной базовой позиции на каждой ноге.**

**Для комбинаций вращений наличие всех трех базовых позиций обязательно для Уровней 2 – 4 как в Короткой Программе, так и в Произвольном Катании.**

## Разъяснения

### Позиции

|                        |   |
|------------------------|---|
| <b>Базовые позиции</b> | Существуют 3 базовые позиции: либела, волчок и стоя. Все другие позиции являются промежуточными позициями.<br><b>Либела:</b> свободная нога сзади с коленом выше уровня бедра, однако заклон, «Бильман» и схожие вариации рассматриваются как позиции стоя.<br><b>Волчок:</b> верхняя часть опорной ноги хотя бы параллельна льду.<br><b>Стоя:</b> любая позиция с выпрямленной или <u>слегка согнутой</u> , которая не является позицией либелы. |
|------------------------|---|

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Не-базовые позиции</b> | Все другие позиции, не удовлетворяющие требованиям ни одной из базовых позиций.<br><b>Комбинация вращений:</b> Число оборотов в <u>не-базовых</u> позициях засчитывается в общее число оборотов; <u>не-базовые</u> 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.<br><b>Вращение в одной позиции и прыжок во вращение:</b> <u>Не-базовые</u> позиции разрешены, число оборотов в них засчитывается в общее число оборотов, требуемое правилами, однако эти позиции не годятся для Черта Уровней сложности. |
|---------------------------|---|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Вращение без смены позиции</b> | “Вращение без смены позиции”, в которое включена другая базовая позиция с более чем двумя (2) оборотами, не удовлетворяет требованиям к вращению “без смены позиции” и будет названо “комбинацией”. Однако завершающая позиция стоя в конце вращения (завершение вращения) не рассматривается как новая позиция независимо от числа оборотов, если в этом завершении вращения нет попытки исполнения какой-либо дополнительной черты (любой смены ребра, вариации позиции и т.д.) и обороты, выполненные в этой позиции, не засчитываются в требуемое число оборотов. |
|-----------------------------------|---|

|   |  |
|---|--|
| <b>Меньше 2 об. в каждой базовой поз.</b> | Если вращение не имеет 2 оборотов подряд в какой-нибудь базовой позиции, то оно не будет иметь Уровня. |
|---|--|

|   |  |
|---|--|
| <b>Меньше 2 об. в базовых позициях (комбинация вращ.)</b> | 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) <u>не получит Уровня в Короткой Программе. В Произвольном Катании явно видимая попытка исполнения комбинации вращений, которая приводит к вращению с только 1 базовой позицией с не менее чем 2 оборотами, будет названа Технической Бригадой как комбинация вращений без стоимости.</u> |
|---|--|

### Заход во вращение

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>Заход прыжком</b> | Любой заход прыжком засчитывается как Черта Уровня сложности.<br>В случае выполнения очевидного переступания (вместо прыжка), такой заход не может рассматриваться как Черта. Черта за заход прыжком может быть присуждена только, если базовая позиция будет принята в течение первых двух (2) оборотов после приземления и эта базовая позиция будет удержана в течение 2 оборотов. |
|----------------------|---|

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Задний заход</b> | Понятие заднего захода включает в себя (но не ограничивается) троечным поворотом вперед внутрь на заходе. Для того чтобы быть засчитанным как Черта, задний заход требует выполнения первых 2 оборотов на заднем наружном ребре. |
|---------------------|--|

### Вариации

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Простая вариация</b> | 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. |
|-------------------------|--|

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Сложная вариация</b> | 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. |
|-------------------------|--|

### Сложные вариации

Относятся к обоим партнерам.

|  |   |
|--|---|
| <b>Crossfoot Spin (вращение со скрещенными ногами)</b> | 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”. |
| <b>Позиция «Бильман»</b>                               | Позиция «Бильман» это сложная вариация позиции стоя, в которой свободная нога тянется сзади к положению выше уровня головы и над головой, близко к оси вращения спортсмена.   |
| <b>Windmill - «качалка»</b>                            | «Качалка» рассматривается как сложная вариация <u>не-базовой</u> позиции; чтобы являться чертой, должна быть исполнена хотя бы 3 раза подряд.   |

### Прыжок без смены ноги и увеличение скорости

|   |   |
|---|---|
| <b>Прыжок на ту же ногу внутри вращения</b> | Для любого вращения явный прыжок внутри вращения с приземлением на толчковую ногу будет засчитан как Черта только, если <u>спортсмены выполняют хотя бы 2 об. в базовой позиции до и после прыжка. Спортсмены должны принять базовую позицию в течение первых 2 об. после приземления.</u> Этот прыжок может быть выполнен даже до требуемого минимального числа оборотов, чтобы он был засчитан как <b>Черта</b> (как для Короткой, так и для Произвольной Программы). |
| <b>Увеличение скорости</b>                  | Для либелы, волчка, заклона и позиции «Бильман» явное увеличение скорости после принятия позиции вращения рассматривается как <b>Черта Уровня Сложности</b> . 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

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <b>Вращение на обоих ребрах</b>      | Отчетливая смена ребра может быть засчитана как Черта Уровня сложности только в волчке (при переходе с заднего внутреннего на переднее наружное ребро), в либеле, в заклоне и позиции «Бильман». Чтобы смена ребра была засчитана как Черта для Уровня сложности, необходимо наличие хотя бы 2 полных оборотов на одном ребре, за которыми следуют хотя бы 2 полных оборота на другом ребре в одной и той же базовой позиции (волчка и либелы). Смена ребра, включающая позицию стоя или <u>не-базовую</u> позицию, не засчитывается как Черта. Смена ребра считается Чертой, которая может увеличить Уровень Сложности, только один раз во вращении Короткой Программы и один раз во вращении Произвольного Катания. |
| <b>Вращение в обоих направлениях</b> | Выполнение вращений в обоих направлениях (по часовой и против часовой стрелки), (в волчке, либеле или комбинации этих двух позиций), которые непосредственно следуют друг за другом, вознаграждается присуждением дополнительной Черты для всех Уровней Сложности. Требуется минимум 3 оборота в каждом направлении. Вращения с обоими направлениями (по часовой и против часовой стрелки) рассматриваются как одно вращение.   |

### Число оборотов

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>6 оборотов</b> | Хотя бы 6 оборотов без смены позиции/вариации, ноги и ребра (либела, волчок, заклон, сложное положение стоя) считается как Черта один раз за вращение. <u>При исполнении 6 оборотов более, чем один раз за вращение, Техническая Бригада присуждает Черту только за первое исполнение.</u> |
|-------------------|--|

## Смена ноги

|  |   |
|--|---|
| <b>Смена ноги</b>  | Чтобы быть засчитанной, смена ноги требует хотя бы трех (3) оборотов до и после смены (эти обороты могут быть в любой позиции, включая <u>не-базовые</u> позиции). Исполнение менее трех (3) оборотов до или после смены приводит к следующему:<br><b>Короткая программа</b> – вращение не удовлетворяет требованиям и не получит Уровня и стоимости;<br><b>Произвольное катание</b> – <u>короткая</u> часть вращения не называется и не учитывается для определения Уровня; комбинация будет без смены ноги.   |
| <b>Оставаясь на той же ноге</b>  | Смена ноги означает “вращение на каждой ноге”. Переход (в воздухе/ на льду), который использует обе ноги, но в итоге оставляет спортсмена на той же ноге, не рассматривается как смена ноги.  |
| <b>Прыжок типа бедуинского (с двух ног – Toe Arabian) как смена ноги</b> | Эта смена ноги разрешена, рассматривается как сложная смена ноги и засчитывается как черта только в Произвольном Катании. В случае выполнения в Короткой Программе, такая смена ноги рассматривается как ошибка и GOE снижается, в соответствии с руководством ИСУ, за касание льда свободной ногой.  |
| <b>Вращение со второй сменой ноги</b>                                    | Вторая смена ноги (в случае ее попытки) во вращении со сменой ноги не разрешена в Короткой Программе (неправильный элемент) и <b>засчитывается</b> как Черта для повышения Уровня в Произвольном Катании. Вторая смена ноги может быть выполнена в любой позиции (не менее 3 оборотов до и после смены).  |
| <b>Смена ноги и направления</b>  | Если вторая смена ноги происходит вместе со сменой направления, то присуждается только одна Черта Уровня сложности.   |
| <b>Центры вращения слишком далеко друг от друга</b>                      | 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), то это приводит к следующему результату:<br><b>Короткая Программа</b> – вращение не удовлетворяет требованиям и ему не присуждается Уровень и стоимость;<br><b>Произвольное Катание</b> – вторая часть вращения не называется и не учитывается в количестве Черт; элемент становится вращением в одной позиции без смены ноги ( <u>с нулевой стоимостью в результате</u> ) или комбинацией вращений без смены ноги.<br><u>При наличии только дуги выезда из первой части или дуги въезда во вторую часть GOE будет снижено за «Плохо выполненную смену ноги».</u> |
| <b>Число Черт на одной ноге</b>  | Максимальное число Черт, которые спортсмен может получить за положения на одной ноге, это две (2).<br>При этом Черты за задний заход или заход прыжком будут входить в квоту ноги до смены. Черта, полученная за «Вращение в обоих направлениях...» будет входить в квоту ноги после смены. Черта за вращение со скрещенными ногами будет входить в квоту той ноги, на которой начинается скрещенная позиция.   |
| <b>Выполнение всех 3 базовых позиций</b>                                 | Все 3 базовые позиции на одной ноге засчитываются как Черта. Если все 3 базовые позиции исполняются на обеих ногах, то будут засчитаны две Черты.<br>Для комбинации вращений наличие всех трех базовых позиций обязательно для Уровней <u>2 – 4</u> как в Короткой Программе, так и в Произвольном Катании.   |

# Комбинация парных вращений

## Правила

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Общее</b>                | <p>Минимальное количество оборотов в позиции два (2). В случае невыполнения этого условия позиция не засчитывается.</p> <p>Комбинация вращений с менее чем двумя (2) оборотами во всех исполненных базовых позициях не будет иметь Уровня и соответственно стоимости.</p> <p>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>  |
| <b>Короткая Программа</b>   | <p><u>В Короткой программе сезона 2012-2013 Комбинации Парных Вращений нет. Комбинация Парных Вращений будет включена в Короткую Программу сезона 2013-2014.</u> Комбинация парных вращений должна состоять из только одной смены ноги и хотя бы одной смены позиции (сидя, в либеле, стоя или их вариации) с не менее, чем восемь (8) оборотами в сумме. Комбинация должна включать хотя бы две базовые позиции или их вариации обоим партнерам. Смена ноги и смена позиции могут быть выполнены одновременно или в разное время, но смена ноги обоими партнерами должна быть выполнена одновременно. Вращение должно быть непрерывным и остановки не разрешены. Комбинация парных вращений не может начинаться с прыжка.</p>  |
| <b>Произвольное Катание</b> | <p><u>Хорошо сбалансированная Произвольная Программа для Взрослых и Юниоров должна включать одну Комбинацию Парных Вращений.</u> Комбинация парных вращений должна иметь минимум восемь (8) об. в сумме; недостаток оборотов должен быть отражен судьями в своих оценках; однако вращение с менее чем тремя оборотами рассматривается как движение катания, а не как вращение.</p> <p>Это минимальное количество требуемых оборотов должно считаться от захода вращения до выезда из него.</p> <p>В комбинации парных вращений должна быть хотя бы одна смена ноги обоими партнерами, не обязательно выполненная ими одновременно. Комбинация парных вращений должна включать хотя бы одну смену позиции обоими партнерами. В случае невыполнения одного или обоих этих требований для Взрослых <u>или Юниоров</u> элемент будет называться парным вращением.</p> |

## Черты Уровней Сложности

- 1) 2 смены базовых позиций обоим партнерам
- 2) Дополнительная (ые) смена (ы) базовых позиций обоим партнерам после двух смен, требуемых выше
- 3) 3 сложные вариации позиций партнеров, только одна из которых может быть в не-базовой позиции (каждая вариация каждого партнера считается отдельно)(каждый партнер должен иметь хотя бы одну сложную вариацию)
- 4) Любая другая сложная вариация в базовой позиции любого партнера (каждый партнер должен иметь две сложные вариации)
- 5) Заход с заднего наружного или внутреннего ребра
- 6) Вращение в обоих направлениях непосредственно друг за другом
- 7) Как мин. 6 об. без всяких смен поз./вариации и ноги (либела, волчок, сложная вариация поз. стоя)

## Разъяснения

|                |  |
|----------------|--|
| <b>Позиции</b> | <p>Существует 3 базовые позиции:</p> <p><b>Либела</b> (свободная нога сзади с коленом выше уровня бедра);</p> <p><b>Волчок</b> (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><b>Стоя</b> (любая позиция с выпрямленной или <u>слегка согнутой</u> опорной ногой, которая не является позицией либелы) и</p> <p><b>Не-базовые</b> позиции (все позиции, которые, в соответствии с приведенными выше определениями, не являются позициями либелы, волчка или стоя).</p> <p>Число оборотов в <u>не-базовых</u> позициях засчитывается в общее число оборотов; <u>не-базовые</u> позиции могут рассматриваться как сложные вариации в соответствии с определением, но переход к одной из этих позиций не считается за смену позиции.</p> |
|----------------|--|

|   |  |
|---|--|
| <b>Меньшее число оборотов в позиции/ вариации</b> | <p>Минимальное число оборотов, требуемое в позиции/вариации это два (2).</p> <p>Если один или оба спортсмена выполняют менее двух (2) оборотов в позиции/вариации, то эта позиция/вариация не засчитываются.</p> |
|---|--|

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>Смена позиции</b> | <p>Смена позиции засчитывается только, если она происходит от одной базовой позиции к другой базовой позиции с минимумом в два (2) оборота каждого партнера в каждой из этих позиций.</p> |
|----------------------|---|

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>Смена ноги</b> | <p>Чтобы быть засчитанной, смена ноги требует хотя бы трех (3) оборотов до и после смены (эти обороты могут быть в любых позициях, включая <u>не-базовые</u> позиции). Если трех (3) оборотов до или после смены нет, то смена не будет засчитана.</p> |
|-------------------|--|

|  |   |
|--|---|
| <b>Нет смены ноги или/и позиции – Произвольное Катание</b> | <p>Если нет смены ноги или нет смены позиции одним или обоими партнерами, то вращение будет названо «парным вращением», что приводит к неправильному элементу – без стоимости (но занимает ячейку).</p> |
|--|---|

|                           |  |
|---------------------------|--|
| <b>Число смен позиций</b> | <p>Первые 2 смены базовых позиций обоими партнерами (возможно, через <u>не-базовые</u> позиции) будут засчитаны как одна Черта Уровней сложности.</p> <p>Дополнительные смены (одна или более) после 2 смен, требуемых выше, засчитываются как одна дополнительная черта Уровней сложности, независимо от того, сколько таких дополнительных смен будет исполнено.</p> |
|---------------------------|--|

|   |  |
|---|--|
| <b>Число исполненных сложных вариаций</b> | <p>Любая сложная вариация может быть засчитана, если в ней есть хотя бы два (2) оборота. Каждая вариация каждого партнера считается отдельно.</p> <p>Для одной Черты Уровней сложности вращение должно содержать 3 сложные вариации (не более одна из которых может быть в <u>не-базовой</u> позиции). <u>Каждый партнер должен иметь хотя бы одну сложную вариацию.</u></p> <p><u>Для двух Черт Уровней сложности вращение должно содержать 4 сложные вариации (не более одна из которых может быть в не-базовой позиции). Каждый партнер должен иметь две сложные вариации.</u></p> <p>В обоих случаях разрешен любой порядок этих вариаций.</p> |
|---|--|

### **Определение вариаций вращения. Относится к обоим партнерам.**

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Простая вариация</b> | <p>Движение ноги, руки, кисти или головы, которое придает разнообразие, но не меняет базовую позицию основной части тела.</p> <p>Простая вариация не увеличивает Уровень.</p> |
|-------------------------|---|

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Сложная вариация</b> | <p>Движение ноги, руки, кисти или головы, которое требует большей физической силы или гибкости, и это влияет на баланс основной части тела.</p> <p>Только такие вариации могут увеличивать Уровень.</p> |
|-------------------------|---|

|   |   |
|---|---|
| <b>Оба партнера в позиции волчка со свободной ногой, вытянутой вперед</b> | <p>Эта позиция не рассматривается как сложная вариация.</p> |
|---|---|

|  |  |
|--|--|
| <b><i>Заход с заднего наружного или внутреннего ребра</i></b>                          | 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 или других поворотов. Заход с заднего наружного/внутреннего ребра требует, чтобы два первых оборота каждого партнера выполнялись на заднем наружном ребре или два первых оборота каждого партнера выполнялись на заднем внутреннем ребре. Только такой задний заход считается Чертой Уровней сложности. |
| <b><i>Заход с заднего наружного или внутреннего ребра у только одного партнера</i></b> | Если только один спортсмен выполняет такой заход, то соответствующая Черта Уровней Сложности даваться не будет.  |
| <b><i>Вращение в обоих направлениях</i></b>  | 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.   |
| <b><i>Хотя бы 6 оборотов</i></b>   | Эта Черта может даваться только, если имеется хотя бы 6 оборотов (обоих партнеров одновременно) без всяких изменений в позиции/вариации и ноге для либелы, волчка или сложной позиции стоя.  |
| <b><i>Короткая остановка</i></b>   | Вращение должно быть непрерывным; остановки не разрешены, за исключением короткой остановки для смены направления вместе со сменой ноги.<br><br>В случае остановки при помощи зубца или ребра, момент остановки считается окончанием вращения.   |

# Прыжковые элементы

## Правила

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Короткая Программа</b>   | Короткая Программа сезона <u>2012 – 2013</u> должна включать один отдельный прыжок: - двойной или тройной для <b>Взрослых</b> ; - двойной Флип или двойной Аксель для <b>Юниоров</b> .  |
| <b>Произвольное Катание</b> | Хорошо сбалансированная программа произвольного катания для <b>Взрослых и Юниоров</b> должна содержать 1 отдельный прыжок и 1 каскад/комбинацию прыжков. В случае, когда оба эти прыжковые элементы будут выполнены как отдельные прыжки, второе исполнение будет рассматриваться как часть неудачно выполненной комбинации и засчитываться как комбинация, состоящая из одного прыжка.<br>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. |

### Каскад прыжков

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Произвольное Катание</b> | Каскад должен состоять только из двух (2) или трех (3) прыжков. В каскаде нога приземления первого прыжка является толчковой ногой второго. То же самое относится к третьему прыжку. Если два прыжка соединены прыжками не из Списка, то такой элемент называется комбинацией прыжков; однако Ойлер (с приземлением на ход назад) при его использовании в каскадах/ комбинациях рассматривается как прыжок из Списка со стоимостью одинарного Риттбергера. |
|-----------------------------|--|

### Комбинация прыжков

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Произвольное Катание</b> | Комбинация состоит из любого числа прыжков, которые могут быть соединены прыжками не из Списка и/или подпрыжками, непосредственно следующими друг за другом при сохранении прыжкового ритма (работа коленом); между прыжками комбинации не должно быть <i>поворотов/шагов*</i> , подсечек и перебежек.<br><i>*Повороты:</i> тройки, твиззлы, скобки, петли, выкрутки, крюки.<br><i>Шаги:</i> шаги на зубцах, шассе, моухоки, чоктау, дуги со сменой ребер, кросс-роллы.<br>С того момента, как определение комбинации прыжков перестает выполняться, остаток этой комбинации игнорируется, и элемент будет иметь название первого прыжка (или первых прыжков) + слово «комбинация». |
|-----------------------------|---|

## Разъяснения

|  |  |
|--|--|
| <b>Как называть недокрученные или пониженные прыжки?</b> | Техническая Бригада должна назвать тот прыжок, который спортсмен пытался сделать, даже если ясно, что этот прыжок недокручен или будет «понижен».<br>В части применения требований Хорошо сбалансированной программы и недокрученные, и пониженные прыжки будут засчитываться как прыжки, которые спортсмен пытался исполнить. Четверть и пол-оборота недокрута являются границами при определении таких прыжков.<br>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. |
| <b>Недокрученные прыжки</b>                              | Прыжок считается “недокрученным” при недостатке вращения более, чем в $\frac{1}{4}$ , но менее, чем в $\frac{1}{2}$ оборота.<br>Недокрученный прыжок указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<” после сокращенного обозначения элемента.<br>Недокрученный прыжок получит уменьшенную базовую стоимость – 70% от базовой стоимости прыжка, который спортсмены пытались исполнить (с округлением до одного знака после запятой).   |

|  |   |
|--|---|
| <b>Пониженные прыжки</b>                           | <p>Прыжок считается <b>“пониженным”</b> при недостатке вращения в ½ оборота или более.</p> <p>Пониженный прыжок указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “&lt;&lt;” после сокращенного обозначения элемента.</p> <p>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).</p>   |
| <b>Недокрут на отрыве</b>                          | <p>Тот же самый критерий применяется к прыжкам с недостатком вращения 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 <b>только на обычной скорости</b>.</p>  |
| <b>Отрыв с неправильного ребра (Флип/Луци)</b>     | <p>В случаях отсутствия отрыва с чистого правильного ребра Техническая Бригада указывает судьям на наличие этой ошибки.</p> <p>Техническая Бригада использует знак “e” (ребро) при нарушениях правильного ребра отрыва. После этого каждый судья сам принимает решение о степени ошибки (серьезная или небольшая ошибка) и соответствующем снижении GOE.</p>  |
| <b>Сорванный прыжок из Списка</b>                  | <p>Сорванный прыжок из Списка с менее, чем ½ или меньшим числом оборотов не рассматривается как одиночный прыжок и получает стоимость “0”. Попытка считается как прыжковый элемент. Однако маленькая подпрыжка или прыжок не более, чем в пол-оборота, выполненный для “украшения”, не рассматриваются как прыжки и оцениваются в Компоненте “Переходы между элементами”.</p>   |
| <b>Прыжки не из Списка</b>                         | <p>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”.</p> <p>Валлей с зубца, однако, называется и считается как тоулуп.</p>  |
| <b>Приземление на другую ногу</b>                  | <p>Приземление всех прыжков может быть на любую ногу. Название прыжка от этого не зависит. Судьи оценивают качество своими GOE.</p>   |
| <b>Приземление на другое ребро</b>                 | <p>При приземлении на другое ребро название прыжка не меняется. Однако судьи должны снизить свои GOE.</p>   |
| <b>Попытка прыжка</b>                              | <p>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.</p> <p>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.</p> |
| <b>Неравное количество оборотов партнеров</b>      | <p>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.</p>   |
| <b>Ошибки одного партнера</b>                      | <p>Все требования должны быть выполнены обоими партнерами. Ошибка одного партнера или такая же ошибка обоих партнеров оцениваются Технической Бригадой одинаковым образом.</p>  |
| <b>Вращение с выездом непосредственно в прыжок</b> | <p>Если спортсмен выполняет вращение, за которым немедленно следует прыжок (или наоборот), то эти два элемента называются отдельно. Сложный отрыв прыжка <u>или заход на вращение</u> поощряется судьями (GOE).</p>   |

## **Короткая Программа**

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

## **Произвольное Катание**

|   |  |
|---|--|
| <b>Повтор прыжка</b>  | Повторенный прыжок с тем же названием и тем же числом оборотов (более, чем 2) занимает прыжковую ячейку, но не имеет стоимости; при повторе в каскаде или комбинации не засчитывается весь каскад/вся комбинация (но соответствующая ячейка блокируется). Однако в каскаде или комбинации два прыжка могут быть одинаковыми.   |
| <b>Второй каскад / вторая комбинация</b>                    | Второй исполненный каскад/комбинация не засчитываются (но блокирует соответствующую ячейку).   |
| <b>Падение или вываливание после первого прыжка</b>         | Если один или оба спортсмена падают/вываливаются после первого прыжка и немедленно после этого исполняет (ют) второй прыжок, то это продолжение игнорируется Технической Бригадой.<br>Элемент будет называться следующим образом:<br>если оба падают/вываливаются или один падает/ вываливается, а второй исполняет комбинацию – название должно быть “первый прыжок + комбинация”;<br>если один падает/вываливается, а второй исполняет каскад – название должно быть “первый прыжок + каскад”. |
| <b>Касание льда свободной ногой без переноса веса</b>       | Элемент остается каскадом даже при двухкратной тройке (или отсутствии троек) между прыжками и легком касании льда свободной ногой ( <b>без</b> переноса веса обоими партнерами).   |
| <b>Касание льда свободной ногой с переносом веса тела</b>   | Касание льда свободной ногой (с переносом веса тела) после первого прыжка и двухкратная тройка (или отсутствие троек) между прыжками у одного/обоих партнеров.<br>Элемент будет назван Технической Бригадой следующим образом:<br>“первый прыжок + второй прыжок + комбинация” (если для обоих партнеров выполняется определение комбинации) или<br>“первый прыжок + каскад/комбинация” в зависимости от того, что исполнил второй партнер (в остальных случаях).                                |
| <b>Каскад: первый/второй прыжок не из Списка</b>            | 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.   |
| <b>Комбинация: только один прыжок из Списка</b>             | Комбинация, состоящая из только одного прыжка из Списка вместе с другими прыжками не из Списка, не рассматривается как комбинация, а засчитывается как отдельный прыжок.   |
| <b>Один партнер исполняет каскад, а другой – комбинацию</b> | Если один партнер исполняет каскад, а другой – комбинацию, то связка будет названа «комбинацией».  |
| <b>Комбинация: тройки между прыжками</b>                    | Прыжковый элемент с поворотами на льду из Списка поворотов между окончанием одного прыжка из Списка и началом другого прыжка из Списка не рассматривается как полная комбинация; будет назван только первый прыжок (плюс слово «комбинация»).  |
| <b>Прыжки типа Акселя, исполненные подряд</b>               | Если Аксель немедленно следует за любым другим прыжком (без каких либо подскоков, «мазурок», прыжков не из Списка), то эта связка также рассматривается как комбинация прыжков.  |

# Выбросы

## Правила

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Общее</b>                | Выбросы это прыжки с помощью партнера, в которых партнерша бросается партнером в воздух на отрыве и приземляется без помощи партнера на заднее наружное ребро.                             |
| <b>Короткая Программа</b>   | Короткая Программа сезона <u>2012 – 2013</u> должна включать один выброс:<br>- один двойной или тройной для <b>Взрослых</b> ;<br>- двойной или тройной <u>Сальхов</u> для <b>Юниоров</b> . |
| <b>Произвольное Катание</b> | Хорошо сбалансированная Произвольная Программа должна содержать максимум 2 различных выброса.  |

## Разъяснения

|   |  |
|---|--|
| <b>Как называть недокрученные или пониженные выбросы?</b> | Техническая Бригада должна назвать тот выброс, который спортсмен пытался сделать, даже если ясно, что этот выброс недокручен или будет «понижен».<br>В части применения требований Хорошо сбалансированной программы и недокрученные, и пониженные выбросы будут засчитываться как выбросы, которые спортсмен пытался исполнить.<br>Четверть и пол-оборота недокрута являются границами при определении таких выбросов.<br>При решениях важен угол обзора камеры, особенно если выброс исполняется на противоположном от камеры краю катка.<br>Во всех сомнительных случаях Техническая Бригада должна принимать решения в пользу спортсмена.                                  |
| <b>Недокрученные выбросы</b>                              | Выброс считается “недокрученным” при недостатке вращения более, чем в $\frac{1}{4}$ , но менее, чем в $\frac{1}{2}$ оборота.<br>Недокрученный выброс указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<” после сокращенного обозначения элемента.<br>Недокрученный выброс получит уменьшенную базовую стоимость – 70% от базовой стоимости выброса, который спортсмен пытался исполнить (с округлением до одного знака после запятой).<br>Если в случае недокрученного выброса одинарный тоулуп или одинарный Сальхов применение правила 353, параграф 1) f) приводит к отрицательному результату, то оценка Бригадой этого элемента будет равна 0. |
| <b>Пониженные выбросы</b>                                 | Выброс считается “пониженным” при недостатке вращения в $\frac{1}{2}$ оборота или более.<br>Пониженный выброс указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<<” после сокращенного обозначения элемента.<br>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).   |
| <b>Поворот партнера на льду</b>                           | В случаях поворота партнера на льду до того, как он бросает партнершу в воздух, GOE снижается за “Плохой отрыв”.   |
| <b>Повторение – Произвольное катание</b>                  | Повторенный выброс с тем же названием и тем же числом оборотов (Взрослые или Юниоры) занимает ячейку выброса, но не имеет ни стоимости, ни GOE.  |
| <b>Приземление на другую ногу/ другое ребро</b>           | Название не будет меняться при приземлении выброса на другую ногу или другое ребро. Однако судьи будут снижать GOE за “Слабое приземление”.  |
| <b>Выбросы Флип/Лутц</b>                                  | 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

## Правила

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Общее</b>                | <p>Поддержки классифицируются следующим образом:</p> <p>Группа 1 - позиция с хватом за подмышку<br/>Группа 2 - позиция с хватом за талию<br/>Группа 3 - позиция с хватом за бедро/верхнюю часть ноги (выше колена)<br/>Группа 4 - позиция с хватом «кисть – кисть» (жимовые поддержки)<br/>Группа 5 - позиция с хватом «кисть – кисть» (поддержки типа Лассо)</p> <p>В любой группе хват одной рукой может увеличивать сложность поддержки.<br/><del>Минимум два (2) оборота партнерши,</del> и Минимум один (1) и максимум три с половиной (3 ½) оборота партнера.</p> <p>Разрешены только типы хватов партнёров «кисть – кисть», «кисть – рука», «кисть – тело» и «кисть – верхняя часть ноги (выше колена)».</p> <p>Разрешены смены хвата или позиции партнерши во время поддержки.</p>   |
| <b>Короткая Программа</b>   | <p>Поддержка с отрывом типа Риттбергер с хватом партнёрши «кисть – кисть»: партнёры скользят назад наружу друг за другом, позиция с хватом «кисть – кисть». Партнёрша отрывается с ребра назад наружу.</p> <p>Поддержка типа Лассо с толчка зубцом:<br/>Партнёры скользят в позиции Лассо, партнёрша скользит назад, партнёр – вперед. Партнёрша отрывается с хода назад после толчка зубцом.</p> <p>Поддержка с отрывом партнёрши типа Тоулуп с хватом за бедро:<br/>Партнёры скользят назад в позиции с хватом за бедро. Отрыв партнёрши ото льда происходит как в прыжке Тоулуп. Партнёр вращается в поддержке вместе с партнёршей.</p> <p>Короткая программа сезона 2012 – 2013 должна включать:<br/>- любую поддержку с хватом «кисть-кисть» (жимовую)(Группа 4) для <b>Взрослых</b>;<br/>- поддержку типа Риттбергер с хватом партнерши «кисть-кисть» (Группа 4) для <b>Юниоров</b>.</p> <p>В поддержке над головой разрешен только предписанный отрыв.</p>  |
| <b>Произвольное Катание</b> | <p>Хорошо сбалансированная Произвольная Программа содержит:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- максимальное количество поддержек, разрешенных в Произвольной программе <b>Взрослых</b> это 3, одна из которых должна быть из Группы 3 или 4.</li><li>- максимальное количество поддержек, разрешенных в Произвольной программе <b>Юниоров</b> это 2, одна из которых должна быть из группы 3 или 4.</li></ul> <p><b>Провозы:</b></p> <p>а) Одна из разрешенных поддержек с по меньшей мере одним непрерывным оборотом партнёра на льду может включать провоз. Может быть исполнена только одна такая поддержка. Следующая поддержка такого рода не будет иметь стоимости (но займет ячейку для поддержки, если такая еще осталась).</p> <p>б) Поддержка, которая определяется как чистый провоз, состоит из простого провоза партнёрши без поворота партнёра, в этом случае разрешаются только пол-оборота партнёра в начале и/или конце провоза. В провозах разрешены любые хваты. Разрешены провозы одного из партнёров другим на спине, плечах или коленях. Поддержки-провозы не включаются в число верхних поддержек. Эти поддержки рассматриваются в компоненте «Переходы» (Transition). Они не имеют стоимости и не ограничиваются по количеству.</p> |

## Черты Уровней Сложности

- 1) Взрослые: Сложная вариация отрыва и/или приземления (считается только как одна Черта)  
Юниоры: Простая вариация отрыва и/или приземления (то и другое считается за Черту)
- 2) 1 смена хвата и/или базовой поз. партнерши (1 об. до и после смены, при повторе считается дважды)
- 3) Сложная вариация позиции партнерши (1 полный оборот)(см. Разъяснения)
- 4) Сложный (простой для юниоров) провоз (не для Короткой Программы)
- 5) Хват одной рукой партнера (2 полных оборота в сумме, не считая частей короче 1 оборота)
- 6) Дополнительный (ые) оборот (ы) 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)

## Разъяснения

### Определения

|  |   |
|--|---|
| <b>Базовые хваты, позиции, провозы</b> | <b>Хваты: рука за подмышку, рука за талию, рука за бедро или верхнюю часть ноги (выше колена), рука в руку.</b><br><b>Позиции:</b> 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).<br>Если в поддержке позиция партнерши меняется с вертикальной (с головой наверху) на вертикальную (с головой внизу), то это тоже считается сменой позиции).   |
| <b>Отрыв</b>                           | <b>Простой</b> – включает, но не ограничивается сменой хвата во время подъема;<br><b>Сложный</b> – 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.  |
| <b>Приземление</b>                     | <b>Простое</b> – смена хвата во время спуска; приземление на другую ногу не обязательно является простой вариацией приземления.<br><b>Сложное</b> – 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. |
| <b>Отрыв и приземление</b>             | Взрослая пара может получить только одну Черту за отрыв и приземление: если есть сложная вариация отрыва или сложная вариация приземления, или то и другое.<br>Юниорская пара может получить две Черты при наличии как простой (или сложной) вариации отрыва, так и простой (или сложной) вариации приземления.   |
| <b>Провоз</b>                          | <b>Простой</b> – продолжительностью хотя бы в 3 сек.<br><b>Сложный</b> – включает хотя бы одну из следующих черт: во время провоза в течение хотя бы 3 секунд партнер <ul style="list-style-type: none"><li>- скользит на одной ноге;</li><li>- держит партнершу одной рукой;</li><li>- выполняет перебежки;</li><li>- выполняет кораблик или похожее движение.</li></ul>   |
| <b>Определение Группы поддержки</b>    | Группы классифицируются в соответствии с хватом в тот момент, когда партнерша проходит уровень плеча партнера.<br>Поддержка с хватом за талию и вертикальной позицией партнерши является поддержкой Группы 2. Любая другая позиция партнерши в поддержке с хватом за талию приводит к поддержке Группы 3.   |

|  |   |
|--|---|
| <b>Определение числа оборотов</b>  | 3 ½ разрешенные оборота партнера считаются от момента отрыва партнерши ото льда до момента, когда руки партнера начинают сгибаться после полного выпрямления и, следовательно, партнерша начинает опускаться.<br>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.  |
| <b>Запрещенная поддержка (более 3 ½ об. партнера, запрещ. хват и т.д.)</b> | Если пара исполняет запрещенную поддержку/запрещенный хват, то Уровень поддержки не может быть выше <u>Базового</u> . Применяется снижение за запрещенный элемент.  |
| <b>Партнер начинает сгибать руку (руки)</b>                                | Когда партнер начинает сгибать руку после ее полного выпрямления, поддержка считается законченной (исключая моменты смены хвата/позиции).<br>Любая часть поддержки, выполненная после нового выпрямления руки, игнорируется при определении Черт Уровней сложности и числа оборотов партнера.   |
| <b>Определение Черт Уровней Сложности</b>                                  | 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).  |
| <b>Смена хвата</b>   | Смена хвата требует одного полного оборота до и после такой смены.<br><u>Смена хвата означает, что руки партнера переходят из хвата одной группы к хвату другой группы.</u> 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. |
| <b>Смена хвата и позиции партнерши</b>                                     | Если смена хвата и позиции партнерши происходят одновременно, то присуждается только одна Черта Уровней сложности.  |
| <b>Сложная вариация позиции партнерши</b>                                  | Вариация позиции партнерши будет влиять на Уровень только, если она существенно осложняет баланс партнерши в поддержке или требует специальной силы и/или гибкости. <u>Сложная вариация партнерши в каждой из 3 базовых позиций может быть засчитана только один раз за программу. Даже если две сложные вариации отличны друг от друга, то, чтобы они обе были засчитаны, они должны быть в разных базовых позициях.</u>   |
| <b>Хват одной рукой</b>  | <i>2 оборота партнера с хватом одной рукой в сумме засчитываются как Черта. Третий оборот с хватом одной рукой как дополнительная Черта не засчитывается в КП, но засчитывается в ПК только в одной поддержке (первый раз, когда он выполняется). Не засчитываются части с хватом одной рукой, которые короче одного оборота.</i>   |
| <b>Вариация приземления</b>  | Вариация приземления, в которой партнерша не сразу приземляется на лед, не обязательно считается сложным приземлением.  |
| <b>Неправильный отрыв – Коротк. Программа</b>                              | Если отрыв отличен по природе от требуемого, то поддержка не получит Уровня и стоимости.  |
| <b>Нет поддержки Группы 3 или 4 –Произв. Катание</b>                       | Если в Произвольной программе Взрослых или Юниоров нет поддержки Группы 3 или 4, то последняя исполненная поддержка будет не засчитана.   |
| <b>Хват одной рукой во время спуска</b>                                    | 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.   |
| <b>Перерыв во вращении длиннее 3 сек.</b>                                  | Любой перерыв в непрерывном вращении длиннее 3 сек. рассматривается как попытка провоза.  |

# Подкрутки

## Правила

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Общее</b>                | Партнерша должна быть поймана партнером за талию перед ее плавным приземлением на лед с помощью партнера на одну ногу на заднее наружное ребро. Партнер также выезжает из подкрутки на одной ноге. В подкрутке позиция шпагата партнерши перед вращением не является обязательной, но будет одной из Черт, которые могут увеличить Уровень этого элемента. |
| <b>Короткая Программа</b>   | 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 <b>Взрослых</b> и два (2) для <b>Юниоров</b> .  |
| <b>Произвольное Катание</b> | В Произвольном катании отрыв партнерши ото льда может отличаться от Лутца/Флипа. Число оборотов в подкрутке не ограничено. Для <b>Взрослых и Юниоров</b> хорошо сбалансированная произвольная программа должна содержать одну (1) подкрутку.   |

## Черты Уровней Сложности

- 1) Шпагат партнерши (каждая нога хотя бы 45° от оси тела)
- 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 (шаги/движения обеих партнеров, непосредственно предшествующие отрыву)
- 5) Разведение рук партнера в сторону хотя бы до уровня плеч после отпускания партнерши

## Разъяснения

|  |  |
|--|--|
| <b>Недокрут на приземлении</b>   | 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.<br>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.<br>При решениях по «понижению» важен угол обзора камеры, особенно если подкрутка выполняется на противоположном от камеры краю катка. |
| <b>Прием партнерши руками сбоку талии (ее ладони, руки, верхняя часть тела не касаются партнера)</b> | Черта дается, если:<br>а) обе руки партнера сбоку талии партнерши (ловля, при которой одна или обе руки партнера находятся <u>на любой другой части тела</u> партнерши эта другая позиция приема, и Черта присуждаться не будет и<br>б) партнерша не касается партнера в любой момент фазы приземления никакой частью руки или тела.<br>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><u>Разведение рук партнера в сторону хотя бы до уровня плеч после отпускания партнерши</u></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. 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><u>Сложный отрыв</u></p>   | <p>Черта дается только, если шаги/ движения, исполняемые обоими партнерами, непосредственно предшествуют отрыву (с сохранением ритма). В случае разрыва между шагами/движениями и отрывом, черта даваться не будет.<br/>Наличие маленькой танцевальной поддержки, непосредственно предшествующей подкрутке, будет рассматриваться как сложный отрыв, если этой поддержке непосредственно предшествуют какие-либо шаги.</p> |

# Тодесы

## Правила

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Общее</b>                | 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 (нижняя поверхность его ягодиц не выше верхней поверхности колена опирающейся на зубец занятой ноги). 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 может находиться в центрированной позиции с полностью вытянутой рукой. Возможны вариации хвата и позиции циркуля (назад или вперед). Любой тип позиции считается чертой, если хват партнёров фиксируется в течение как минимум одного (1) оборота; каждый дополнительный оборот партнёрши (полные 360°) после первого оборота даёт дополнительную черту.   |
| <b>Короткая Программа</b>   | Типы тодесов:<br><i>Тодес назад наружу:</i><br>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 ее 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.<br><i>Тодес вперед внутрь:</i><br>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.<br><i>Тодес назад внутрь:</i><br>То же, что для тодеса назад наружу, но партнёрша движется по кругу вокруг партнёра назад на четком внутреннем ребре, наклоняясь ко льду.<br><i>Тодес вперед наружу:</i><br>То же, что для тодеса вперед внутрь, но партнёрша движется по кругу вокруг партнёра вперед на четком наружном ребре.<br><br>Для <b>Взрослых и Юниоров</b> Короткая Программа сезона <u>2012 – 2013</u> должна включать тодес <u>назад наружу</u> . |
| <b>Произвольное Катание</b> | Для <b>Взрослых и Юниоров</b> хорошо сбалансированная Произвольная программа должна включать один (1) тодес любого типа, но для <b>Взрослых</b> этот тип должен отличаться от типа, исполненного в Короткой Программе.  |

## Черты Уровней Сложности

- 1) Сложный заход (непосредственно предшествующий тодесу) и/или выезд
- 2) Смена позиции циркуля партнера (не для Короткой Программы)
- 2) Смена хвата партнерши и/или партнера (1 оборот в каждом хвате)
- 3) Дополнительный(ые) оборот(ы) партнерши после первого оборота (считается столько раз, сколько исполнено)

Черты 2 и 3 считаются только, если оба партнера находятся в «низкой» позиции.

## Разъяснения

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Позиции</b></p>   | <p><b>«Низкая позиция» партнерши:</b><br/>         - для внутренних тодесов «нижнее» бедро или ягодица и голова партнерши не должны быть выше колена ее опорной ноги;<br/>         - 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.</p> <p><b>«Низкая позиция циркуля» партнера:</b><br/>         ягодицы не выше колена стоящей в циркуле ноги.<br/>         Уровень Тодеса без 1 полного об. партнера и партнерши одновременно в описанной «низкой» позиции не может быть выше 1ого.<br/>         Любая часть тодеса с более высокой позицией партнерши или партнера не подходит для Черт Уровней сложности 2) и 3).</p> |
| <p><b>Общее</b></p>   | <p>Любой тип позиции может быть засчитан как Черта только, если он продолжается хотя бы в течение одного полного оборота. Счет начинается только с того момента, когда партнерша и партнер принимают «низкую» позицию тодеса.</p>   |
| <p><b>Партнерша не находится в предписанной позиции</b></p>         | <p>Если голова или/и «нижнее» бедро партнерши выше колена ее опорной ноги, то Уровень тодеса не может быть выше 1ого.<br/>         Если во время исполнения тодеса голова партнерши <b>никогда</b> не достигает уровня колена ее опорной ноги, то тодес не будет иметь стоимости.</p>   |
| <p><b>Партнерша находится на другом ребре – Короткая прогр.</b></p> | <p>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.</p>  |
| <p><b>Партнерша скользит на ботинке</b></p>                         | <p>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. <u>Техническая Бригада должна решить, является ли это падением или, в худшем случае, если партнерша отрывается ото льда, запрещенным элементом - партнер крутит партнершу вокруг себя в воздухе.</u></p>  |
| <p><b>Нет позиции циркуля или колено партнера не согнуто</b></p>    | <p>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, то Уровень тодеса не называется, и тодес будет без Уровня.<br/>         Если партнер не остается в требуемой позиции (зубец на льду и колено ноги с зубцом на льду явно согнуто) в то время как партнерша выполняет любые типы смен позиций или хватов, то позиция партнерши как Черта не засчитывается.</p>   |
| <p><b>Партнер не принимает низкую позицию циркуля</b></p>           | <p><b>Если партнер не имеет одного полного оборота в предписанной низкой позиции циркуля (с ягодицами не выше колена стоящей в циркуле ноги), то Уровень тодеса не может быть выше 1ого.</b></p>  |
| <p><b>Смена позиции циркуля (Короткая Программа)</b></p>            | <p>В <b>Короткой Программе</b> 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.</p> <p><b>При изменении позиции циркуля партнера в Короткой программе тодес будет считаться законченным. Соответственно, только часть с правильной, в соответствии с текстом выше, позицией циркуля будет приниматься во внимание при определении Уровня.</b></p>  |
| <p><b>Смена позиции циркуля (Произвольное Катание)</b></p>          | <p><b>В Произвольном Катании смена позиции циркуля разрешена, но не увеличивает Уровень Сложности.</b></p>  |

|  |  |
|--|--|
| <i>Хват другой рукой (заход на тодес)</i>                            | Заход с хватом другой рукой партнера не разрешен в <b>Короткой Программе</b> , разрешен в <b>Произвольном Катании</b> , но не рассматривается Черта. <u>Заход с хватом другой рукой партнерши разрешен как в Короткой Программе, так и в Произвольном Катании, но не считается Чертой.</u>   |
| <i>Когда начинается тодес?</i>                                       | <b>Заход начинается</b> 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.   |
| <i>Когда начинается и заканчивается выезд?</i>                       | <b>Выезд из тодеса начинается</b> , когда партнер начинает сгибать «держашую» руку в локте, и <b>заканчивается</b> , когда партнерша принимает вертикальное положение.   |
| <i>Когда начинаются и заканчиваются обороты тодеса?</i>              | <b>Они начинаются</b> , когда зубец партнера принимает стационарное (типа якоря) положение на льду. <b>Они заканчиваются</b> , когда заканчивается циркуль партнера или партнерша начинает подниматься для выезда из тодеса. Более ранняя из этих вещей будет обозначать окончание оборотов.   |
| <i>Сложные заход, выезд</i>  | Спортсмен (ы) должны демонстрировать позиции, которые влияют на положение основной части тела и баланс на дуге въезда. Только такие позиции могут быть засчитаны как черты.<br>Сложный заход на тодес должен быть на кривой и на ноге тодеса ( <u>партнер также может быть в кораблике или похожей позиции</u> ) и до принятия настоящей позиции тодеса должно быть постоянное и не слишком затянутое движение к этой позиции.<br>Пример сложного выезда: за выездом партнерши непосредственно следует поддержка (танцевальная или другая) или прыжок. |
| <i>Больше, чем одна Черта, при помощи одного движения</i>            | В тодесе возможно получение дополнительных Черт при помощи одного движения, например, смена хвата и дополнительный(ые) оборот(ы) и т.д.  |
| <i>Дополнительный (ые) оборот(ы) партнерши после первого оборота</i> | Дополнительный(ые) оборот(ы) считаются только после первого оборота в «низкой» позиции обоих партнеров. Для получения дополнительных Черт «низкая» позиция обоих партнеров должна быть непрерывной. Если «низкая» позиция потеряна, Черты 2) и 3) могут быть засчитаны только, если они выполнены до этой потери.  |