

III. TEKNISKA REGLER, SINGELÅKNING för säsongen 2014/2015

SENIORER A

KORTPROGRAM Programtid: Max 2 minuter och 50 sekunder

- ISU-tävlingar** a) DAMER: Dubbel eller trippel Axel
SM HERRAR: Dubbel eller trippel Axel
Elitserien b) DAMER: Ett trippelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
HERRAR: Ett trippel- eller kvadrupelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
c) DAMER: En hoppkombination bestående av ett dubbel- och ett trippelhopp eller två trippelhopp
HERRAR: En hoppkombination bestående av ett dubbel- och ett trippelhopp, två trippelhopp eller ett kvadrupel- och ett dubbel- eller trippelhopp
d) Hopp-pirouett – valfri (8 varv)
e) DAMER: Himmels- eller sidledspirouett (8 varv)
HERRAR: Liggpirouett eller sittpirouett med endast ett fotbyte (6 varv/fot). Positionen ska vara annorlunda än landningspositionen i d)
f) Pirouettkombination med endast ett byte av fot (6 varv/fot)
g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

SKF-trofén Enligt SM med följande undantag:
DM
A-tävling

- b) DAMER: Ett dubbel- eller trippelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
HERRAR: Ett dubbel-, trippel- eller kvadrupelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
c) DAMER: En hoppkombination bestående av två dubbelhopp, ett dubbelhopp och ett trippelhopp eller två trippelhopp
HERRAR: En hoppkombination bestående av två dubbelhopp, ett dubbel- och ett trippelhopp, två trippelhopp eller ett kvadrupel- och ett dubbel- eller trippelhopp

FRIÅKNING

Damer Programtid: 4 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max 7 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 piruetter varav en pirouettkombination (10 v), en hopppirouett eller en pirouett med hoppingång (6 v) och en pirouett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens
- Max 1 koreografisk sekvens

Herrar Programtid: 4 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max 8 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 piruetter varav en pirouettkombination (10 v), en hopppirouett eller en pirouett med hoppingång (6 v) och en pirouett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens
- Max 1 koreografisk sekvens

SENIORER B:1

KORTPROGRAM Programtid: Max 2 minuter och 50 sekunder

- a) Enkel eller dubbel Axel
- b) DAMER: Ett dubbelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
HERRAR: Ett dubbel- eller trippelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
- c) En hoppkombination bestående av ett enkel- och ett dubbelhopp eller två dubbelhopp
- d) Hopp-piruett – valfri utan byte av position eller fot (8 varv)
- e) DAMER: Himmels- eller sidledspiruett (8 varv)
HERRAR: Liggpiruett eller sittpiruett med endast ett fotbyte (6 varv/fot)
Positionen ska vara annorlunda än landningspositionen i d)
- f) Piruettkombination med endast ett byte av fot (6 varv/fot)
- g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

SENIORER B:1 och B:2

FRIÅKNING

Damer Programtid: 4 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max 7 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 olika piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en piruett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens
- Max 1 koreografisk sekvens

Herrar Programtid: 4 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max 8 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 olika piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en piruett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens
- Max 1 koreografisk sekvens

SENIORER C

Endast Stjärntävlingar

FRIÅKNING

Damer och Programtid: Max 3 minuter men får vara kortare

Herrar Valfritt programinnehåll

JUNIORER A

KORTPROGRAM Programtid: Max 2 minuter och 50 sekunder

- ISU-tävlingar**
SKF-trofén
JDM
A-tävling
- a) DAMER: Dubbel Axel
HERRAR: Dubbel eller trippel Axel
 - b) Dubbel eller trippel Lutz omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
 - c) DAMER: En hoppkombination bestående av två dubbelhopp, ett dubbel- och ett trippelhopp eller två trippelhopp
HERRAR: En hoppkombination bestående av ett dubbel- och ett trippelhopp eller två trippelhopp
 - d) Hopp i liggpiruett (8 varv)
 - e) DAMER: Himmels- eller sidledspiruett (8 varv)
HERRAR: Sittpiruett med endast ett fotbyte (6 varv/fot)
 - f) Piruettkombination med endast ett byte av fot (6 varv/fot)
 - g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

-
- JSM**
Elitserien
- a) DAMER: Dubbel Axel
HERRAR: Dubbel eller trippel Axel
 - b) Dubbel eller trippel Lutz omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
 - c) DAMER: En hoppkombination bestående av ett dubbel- och ett trippelhopp eller två trippelhopp
HERRAR: En hoppkombination bestående av ett dubbel- och ett trippelhopp eller två trippelhopp
 - d) Hopp i liggpiruett (8 varv)
 - e) DAMER: Himmels- eller sidledspiruett (8 varv)
HERRAR: Sittpiruett med endast ett fotbyte (6 varv/fot)
 - f) Piruettkombination med endast ett byte av fot (6 varv/fot)
 - g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

FRIÅKNING

Damer Programtid: 3 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max 7 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 piruetter varav en piruettkombination (10 v), en hopppiruett eller en piruett med hoppingång (6 v) och en piruett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens

Herrar Programtid: 4 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max 8 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 piruetter varav en piruettkombination (10 v), en hopppiruett eller en piruett med hoppingång (6 v) och en piruett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens

JUNIORER B:1

KORTPROGRAM Programtid: Max 2 minuter och 50 sekunder

- a) Enkel eller dubbel Axel
- b) Ett dubbelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser
- c) En hoppkombination bestående av ett enkel- och ett dubbelhopp eller två dubbelhopp
- d) Hopp-pirouett – valfri utan byte av position eller fot (6 varv)
- e) DAMER: Himmels- eller sidledspirouett (6 varv)
HERRAR: Liggpirouett eller sittpirouett med endast ett fotbyte (5 varv/fot)
- f) Pirouettkombination med endast ett byte av fot (5 varv/fot)
- g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

JUNIORER B:1 OCH B:2

FRIÅKNING

Damer Programtid: 3 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max 7 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 olika pirouetter varav en pirouettkombination (10 v) och en pirouett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens

Herrar Programtid: 4 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max 8 hoppelement varav max 3 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max 3 olika pirouetter varav en pirouettkombination (10 v) och en pirouett med endast en position (6 v)
- Max 1 stegsekvens

JUNIORER C

Endast Stjärntävlingar

FRIÅKNING

Damer och Herrar Programtid: Max 3 minuter men får vara kortare
Valfritt programinnehåll

UNGDOM A

KORTPROGRAM

Programtid: Max 2 minuter och 30 sekunder

- U15 FLICKOR** a) Dubbel Axel
U13 FLICKOR b) Ett dubbel- eller trippelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser. Får inte vara samma hopp som under a)
POJKAR c) En hoppkombination bestående av två dubbelhopp eller ett dubbel- och ett trippelhopp. Inget av hoppen får vara samma som a) eller b)
USM, RM d) FLICKOR: Himmels- eller sidledspiruett (6 varv)
Morgondagare POJKAR: Liggpiruett eller sittpiruett (6 varv) med ett fotbyte och utan hoppingång
e) Piruettkombination med endast ett byte av fot (5 varv/fot)
f) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

-
- U15 FLICKOR** a) Enkel eller dubbel Axel
U13 FLICKOR b) Ett dubbel- eller trippelhopp omedelbart föregått av sammanbindande steg och/eller andra jämförbara friåkningsrörelser. Får inte vara samma hopp som under a)
POJKAR c) En hoppkombination bestående av två dubbelhopp eller ett dubbel- och ett trippelhopp. Får inte bestå av samma hopp som under a) eller b)
SKF-trofén d) FLICKOR: Himmels- eller sidledspiruett (6 varv)
UDM POJKAR: Liggpiruett eller sittpiruett (6 varv) med ett fotbyte och utan hoppingång
A-tävling e) Piruettkombination med endast ett byte av fot (5 varv/fot)
f) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

FRIÅKNING

Flickor

Programtid: 3 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max sex (6) hoppelement varav ett måste vara en Axel. Max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en hopppiruett eller piruett med hoppingång (6 v)
- Max en (1) stegsekvens

Pojkar

Programtid: 3 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max sju (7) hoppelement varav ett måste vara en Axel. Max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en hopppiruett eller piruett med hoppingång (6 v)
- Max en (1) stegsekvens

För Ungdom A kan element med Levels erhålla obegränsad Level på svenska tävlingar.

Vid internationella tävlingar (inklusive Interclub-tävlingar i Sverige) för motsvarande klass är högsta Level 3. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.

UNGDOM B (Ungdom B13, Ungdom B15:1, Ungdom B15:2)

FRIÅKNING

Flickor

Programtid: 3 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max sex (6) hoppelement varav ett måste vara en Axel. Max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en piruett med endast en position (5 v)
- Max en (1) stegsekvens

Pojkar

Programtid: 3 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max sju (7) hoppelement varav ett måste vara en Axel. Max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en piruett med endast en position (5 v)
- Max en (1) stegsekvens

För Ungdom B kan element med Levels erhålla högst Level 3. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.

UNGDOM C

FRIÅKNING

Endast Stjärntävlingar

Flickor och Pojkar

Programtid: Max 2 minuter och 30 sekunder men får vara kortare

Valfritt programinnehåll

MINIORER A OCH MINIORER B

FRIÅKNING

Flickor och Pojkar

Programtid: 2 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max 5 hoppelement varav max 2 hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination (10 v) och en piruett med endast en position (5 v)
- Max en (1) koregrafisk sekvens som skall täcka minst 50 % av isbanan. Sekvensen har fast Base value och kommer endast bedömas med GOE

För Miniorer kan element med Levels erhålla högst Level 2. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.

MINIORER C

FRIÅKNING

Endast Stjärntävlingar

Flickor och Pojkar

Programtid: Max 2 minuter men får vara kortare

Valfritt programinnehåll

SPECIELLA REGLER

KALLELSE TILL START

Rule 350

Varje åkare måste inta sin startposition i respektive segment (kortprogram och friåkning) senast trettio (30) sekunder efter att namnet har annonserats. Om denna tid har passerats och åkaren ännu inte intagit sin startposition gör skiljedomaren avdrag med 1.0 poäng enligt Rule 353. Om sextio (60) sekunder har passerats och åkaren ännu inte intagit sin startposition anses åkaren ha avbrutit tävlingen. Den första åkaren i en uppvärmningsgrupp tillåts ytterligare trettio (30) sekunder efter att namnet annonserats. Proceduren ovan startar då efter dessa trettio (30) sekunder.

TÄVLINGSKLÄDER

Rule 501

Åkarnas klädsel skall vara anständig, värdig och lämpad för atletisk tävling, inte prålig eller teatralisk i designen. Klädseln får dock återspegla karaktären i den valda musiken.

- Tävlingskläderna får inte ge en överdrivet naken effekt som är opassande för grenen.
- Herrar/pojkar skall ha byxor, tights är inte tillåtet.
- Accessoarier och andra lösa tillbehör är inte tillåtet.
- Dekorationer på tävlingskläderna måste vara ordentligt fastsatta så att de inte lossnar.

REGLER FÖR PROGRAMTID

Rule 502

Tiden på kort- och friåkningsprogrammet räknas från det att åkaren/paret/teamet börjar röra på sig eller åka, till dess att åkaren/paret/teamet står helt stilla efter programmet.

- **Kortprogram:** Programmet får inte vara längre än den föreskrivna maxtiden, men får vara kortare. Om något element påbörjas efter den föreskrivna maxtiden tas det inte med i poängräkningen. Om åkaren misslyckas med att avsluta programmet inom maxtiden görs ett avdrag på 1,0 poäng för varje påbörjad 5 sekundersperiod. Tidtagaren ska informera skiljedomaren.
- **Friåkning:** Det är tillåtet att avsluta programmet med 10 sekunder plus/minus den föreskrivna programtiden. Om åkaren misslyckas med att hålla sig inom den tillåtna tidsperioden ska ett avdrag göras om 1,0 poäng för varje påbörjad 5 sekundersperiod. Tidtagaren ska informera skiljedomaren. Om programlängden är 30 sekunder eller mer för kort ges inga poäng. Element som påbörjas efter föreskriven tid (plus tillåtna 10 sekunder) ska ej identifieras av den tekniska panelen och får inget värde. För C-klasser gäller att programmet inte får vara längre än den föreskrivna maxtiden.

MUSIK

Rule 610:1 kortprogram och Rule 611:1 friåkning

Musik till programmen är valfri och får innehålla sång med text. För att vara förenlig med Svenska Konståkningsförbundets policys får sångtexten inte innehålla budskap om alkohol, droger, tobak, sex eller våld.

TILLÅTELSE TILL FÖRDRÖJD START ELLER OMSTART

Rule 515

1. Om musikens tempo eller kvalitet är felaktig får åkaren starta om från början av programmet, förutsatt att åkaren informerar skiljedomaren inom 30 sekunder efter starten.
2. Vid avbrott eller stopp i musiken eller annat problem med ljus, is eller dylikt som inte är relaterat till åkaren eller hans/hennes utrustning, måste åkaren stanna på skiljedomarens ljudsignal. Åkaren skall fortsätta från punkten för avbrottet så snart problemet har åtgärdats. Om avbrottet är längre än 10 minuter skall dock en ny uppvärmning genomföras enligt Rule 549, para 2.
3. Om en åkare blir skadad under programmet eller åkningen påverkas av att annat problem uppstår som är relaterat till åkaren eller hans/hennes utrustning (t ex sjukdom eller oväntad skada på kläder eller utrustning) måste åkaren avbryta åkningen. Om han/hon inte stannar självmant beordrar skiljedomaren stopp med en ljudsignal.
 - a. Om problemet kan åtgärdas utan dröjsmål och åkaren fortsätter programmet utan att kontakta skiljedomaren, skall skiljedomaren göra avdrag för avbrott enligt Regel 353, punkt 1.n] beroende på avbrottets längd. Tiden för avbrottet börjar omedelbart när åkaren slutar åka programmet eller beordras stanna av skiljedomaren. Under denna tidsperiod kommer åkarens musik fortsätta att spela. Om åkaren inte återupptar programmet inom fyrtio (40) sekunder anses åkaren ha avbrutit tävlingen.
 - b. Om problemet inte kan åtgärdas utan dröjsmål och åkaren kontaktar skiljedomaren inom fyrtio (40) sekunder, ger skiljedomaren åkaren tre (3) minuter för att återuppta programmet. Skiljedomaren stoppar då musiken. Den extra tidsperioden börjar i det ögonblick åkaren kontaktar skiljedomaren. Skiljedomaren gör ett avdrag enligt Regel 353, punkt 1 n för hela avbrottet. Om åkaren inte kontaktar skiljedomaren inom fyrtio (40) sekunder eller inte återupptar programmet inom den extra tre (3)-minuters-perioden anses åkaren ha avbrutit tävlingen. Skiljedomaren beslutar om punkten för avbrottet och meddelar Tekniska kontrollanten. Om tekniska panelen beslutar att avbrottet inträffade vid ingången till eller under ett element, ska tekniska panelen identifiera elementet och informera skiljedomaren om sitt beslut. Skiljedomaren beslutar om var åkaren ska återuppta sitt program och informerar åkaren, domarna och tekniska panelen, vilket är antingen avbrottpunkten, eller omedelbart efter det sista element som påbörjats när problemet uppstod.
4. Om en åkare som ska starta först i uppvärmningsgruppen skadar sig eller annat problem relaterat till åkaren eller hans/hennes utrustning uppstår under uppvärmningen och tiden innan programmet skall starta inte är tillräcklig för att åtgärda problemet skall skiljedomaren tillåta upp till tre (3) ytterligare minuter innan han/hon kallas till start. Inget avdrag enligt punkt 3 ovan tillämpas.
5. Om en åkare skadar sig eller annat problem relaterat till åkaren eller dennes utrustning uppstår från att han/hon stigit på isen tills kallelse till start och tiden innan programmet skall starta inte är tillräcklig för att åtgärda problemet skall skiljedomaren tillåta upp till tre (3) ytterligare minuter innan han/hon kallas till start. Skiljedomaren gör avdrag enligt punkt 3 b) ovan.
6. Avseende problem relaterade till en åkare eller hans/hennes utrustning enligt punkt 3 b) ovan, tillåts endast en omstart per program. Vid ett andra stopp på grund av problem relaterat till åkaren eller hans/hennes utrustning, skall åkaren anses ha avbrutit tävlingen.
7. Om åkaren inte kan fullfölja programmet ges inga poäng och åkaren har avbrutit tävlingen

AVDRAG

Rule 353

Fel	Avdrag
Fall	- 1,0 poäng per fall (se undantag nedan)
Förbjudna element/rörelser	- 2,0 poäng per förbjudet element/rörelse
Del av tävlingskläder/dekoration faller på isen	- 1,0 poäng
Programtiden längre eller kortare än tillåtet	- 1,0 poäng per påbörjade 5 sekunder
Avbrott i <u>åkningen under programmet</u>	- 1,0 poäng för 11-20 sekunder avbrott - 2,0 poäng för 21-30 sekunder avbrott - 3,0 poäng för 31-40 sekunder avbrott
<u>Avbrott av programmet med tillåtelse att fortsätta från punkten för avbrottet</u>	- 5,0 poäng
Klädsel ej enligt reglerna	- 1,0 poäng

Undantag avseende vissa avdrag på svenska tävlingar

För Juniorer B kortprogram och friåkning samt Ungdom B och Miniorer A och B friåkning gäller följande undantag från ovanstående regler:

- Fall ger avdrag med -0.5 per fall
- Avbrott med tillåtelse att fortsätta från punkten för avbrottet ger avdrag med -2.0 poäng

ELEMENT I SINGELÅKNING – ALLMÄNNA KRAV

Rule 610, ISU Communication 1861 och 1884

Hoppelement

Ett "hoppelement" ("jump element") definieras som ett enskilt hopp, en hoppkombination eller en hoppsekvens.

Rotation: tecknen < och << indikerar fel. Basvärden för hopp med tecknet < finns i kolumnen "V1" i värdetabellen (SOV). Hopp med tecknet << värderas med basvärdet för samma hopp med ett varv mindre rotation.

Upphopp: Vid upphopp från fel skär i Flip eller Lutz sätter tekniska panelen "e" om det är ett allvarligt fel och "!" om det är ett mindre fel. När hoppet ges "e" får det ett lägre basvärde "V1" enligt värdetabellen (SOV) (ca 70 % av ursprungligt basvärde). Om hoppet ges både "e" och "<" får hoppet ett lägre basvärde "V2" enligt värdetabellen (SOV) (ca 60 % av ursprungligt basvärde).

Hoppkombinationer

I en hoppkombination är landningsfoten i det första hoppet densamma som upphoppsfoten i det andra hoppet. Elementet värderas fortfarande som en hoppkombination (med fel) när det är upp till ett varvs rotation på isen mellan hoppen. Frifoten får röra isen, men ingen viktöverföring får ske.

Om hoppen sammanbinds med ett icke listat hopp identifieras elementet som en hoppsekvens. Dock räknas Euler (half-loop) som ett listat hopp med värdet av en Ögel när det används i hoppkombinationer och –sekvenser.

Om det första hoppet i en tvåhoppkombination misslyckas och blir ett icke listat hopp kommer försöket ändå att betraktas som en hoppkombination.

Hoppsekvenser

En hoppsekvens kan bestå av valfritt antal hopp med valfritt antal varv som får vara sammanlänkade av icke listade hopp och/eller småhopp som följer omedelbart på varandra alltmedan hopprytmen (knä) upprätthålls. Det får inte förekomma vändningar/steg, saxning eller "stroking" i sekvensen (Vändningar är: treor, twizzlar, omvända treor, öglor, omvända växelvändningar och växelvändningar. Steg är: tåsteg, chasséer, mohawker, choctaws, bågar med skärombyten och cross-rolls).

En hoppsekvens bestående av endast ett listat hopp och andra icke-listade hopp räknas inte som hoppsekvens, utan kommer att identifieras som ett solohopp.

Piruetter

Det finns 3 baspositioner:

- Ligposition – fribenet bakåt med knäet över höfthöjd, dock räknas himmels- och Biellmannpiruett samt liknande variationer som ståpiruett
- Sittposition – övre delen av åkbenet ska vara minst parallell med isen
- Ståposition – alla positioner med sträckt eller lätt böjt åkben som inte är ligposition enligt definitionen

Himmelspiruett är en ståpiruett där huvud och axlar lutar bakåt med ryggen i en båge.
Sidledspiruett är en ståpiruett där huvud och axlar lutar åt sidan med kroppen i en båge.
Fribenets position är valfri.

En piruett utan någon basposition i minst 2 varv får ingen level och inget värde, dock bedöms en piruett med mindre än 3 varv som en friåkningsrörelse och inte en piruett.

I en piruettposition krävs minst två varvs kontinuerlig rotation. Är detta inte uppfyllt räknas inte positionen.

Variationer av positioner av huvud, armar eller friben samt förändringar av hastighet är tillåtna.

I piruetter med fotbyte måste minst 3 varv utföras före och efter fotbytet.

Piruetter kan avslutas på valfritt sätt.

Om åkaren faller i ingången till någon piruett är det tillåtet att omedelbart efter fallet utföra en *enkel* piruett (endast i syfte att fylla ut tiden). Denna piruett räknas då inte som ett element.

Piruettkombinationer

Piruettkombinationer måste innehålla minst två (2) olika baspositioner med minst två (2) varv i vardera av dessa positioner. Antalet varv i icke baspositioner räknas in i det totala antalet varv. Byte till en icke basposition räknas inte som ett byte av position. Ett fotbyte får utföras som ett steg över, eller ett hopp. Bytet av fot och bytet av position kan ske samtidigt eller separat.

Piruettkombinationer med 2 respektive 3 baspositioner får olika basvärde, enligt värdetabellen.

Enpositionspiruett samt hopp-piruett (avser piruett med hoppingång utan byte av fot och/eller position)

Icke baspositioner är tillåtna och räknas in det totala antalet varv som krävs enligt reglerna, men är inte giltiga för Level features.

De avslutande varven i ståposition (wind-up) räknas inte som en annan position oavsett antalet varv, förutsatt att ingen Level feature utförs i denna avslutande position (byte av skär, variation av position etc).

När en piruett påbörjas med ett hopp tillåts ingen rotation på isen före hoppet och vid ett "kliv över" måste domaren värdera detta i GOE.

För piruetter gäller följande minimikrav för att få fullt basvärde:

1) Hopp-piruetter (utan fotbyte och endast en position) i både kortprogram och friåkning:

a) Ett tydligt hopp:

för Juniorer kortprogram krävs även att föreskriven position i luften uppnås

b) Landningspositionen (basposition) uppnås inom de första två varven efter landning

och från att denna position först nås måste den hållas i 2 varv

Tecknet "V1" indikerar att ett av dessa krav inte har uppfyllts. Tecknet "V2" indikerar att inget av dessa krav uppfyllts.

2) För alla piruetter med fotbyte: minst en basposition på vardera foten.

Tecknet "V1" indikerar att detta krav inte är uppfyllt.

Basvärden för respektive piruett som indikerats med "V1" eller "V2" finns i värdetabellen (SOV) i kolumnerna "V1" respektive "V2".

Stegsekvenser

Alla stegsekvenser ska utföras i enlighet med musikens karaktär. Korta stopp i enlighet med musiken är tillåtna.

Stegsekvenser måste fullt utnyttja isbanan.

Vändningar och steg måste vara distribuerade över hela sekvensen.

ANMÄRKNINGAR

KORTPROGRAM, Rule 611, ISU Communication 1861 och 1884

Hopp

Seniorer och juniorer herrar samt seniorer damer får göra dubbel Axel eller trippel Axel. Om åkaren gör trippel Axel i a) får det inte upprepas som solohopp eller i hoppkombinationen.

Seniorer herrar får göra valfritt trippel- eller kvadrupelhopp som solohopp. Om ett kvadrupelhopp utförs i hoppkombinationen kan ett annat kvadrupelhopp utföras som solohopp.

En enstaka leverans, flygskär eller annan friåkningsrörelse är inte tillräckligt för att uppfylla kraven på sammanbindande steg före solohoppet och måste värderas av domarna i GOE.

Hopp som inte uppfyller kraven (även fel antal varv) får inget värde, men blockerar ett hoppelement. Om t ex två dubbelhopp utförs i hoppkombinationen när trippel/dubbel är föreskrivet, får hoppet med lägst basvärde (innan hänsyn tagits till tecknen <, <<, e) noll poäng. Detta gäller samtliga klasser.

Hoppkombination

Inget av hoppen i a) eller b) får upprepas i hoppkombinationen.

Om samma hopp utförs som solohopp och i hoppkombinationen räknas inte det hoppelement som utförs sist, dock blockeras ett hoppelement.

Inget fotbyte eller vändning mellan hoppen är tillåtet. Båda hoppen ska följa omedelbart efter varandra förutom att frifoten sätts i för tåhopp.

Elementet värderas dock fortfarande som en hoppkombination (med fel) när det är upp till ett varvs rotation på isen mellan hoppen. Frifoten får röra isen, men ingen viktöverföring får ske. Domarna reducerar GOE.

Om en åkare faller eller gör step out i det första hoppet och omedelbart därefter utför ett annat hopp, ignoreras fortsättningen av den tekniska panelen. Elementet kommer att identifieras som "första hoppet + combo".

Ungdom – Bonus för trippelhopp – Svensk regel

För att öka motivet för ungdomar att hoppa trippelhopp i kortprogrammet har ett bonussystem införts för Ungdom A-klasserna. Bonuspoäng delas ut enligt följande:

✓ 2 bonuspoäng för ett (1) trippelhopp. Maximalt kan 2 bonuspoäng erhållas.

Ungdom Flickor 15 erhåller bonuspoäng endast vid fullroterat hopp (ej < eller <<).

Ungdom Flickor 13 och Ungdom Pojkar erhåller bonuspoäng vid fullroterat och underroterat hopp (<).

Piruetter

Förutom hopppiruetten får inga piruetter inledas med ett hopp.

d) Hopp-piruet

Seniorer

Valfri hopppiruet är tillåten, men med annan landningsposition än i enpositions- eller hopppiruetten. Minst 8 varv för seniorer (6 varv för junior B:1) i landningspositionen som kan vara samma eller annorlunda än positionen i luften.

Juniorer A (Hopp i liggpiruet)

Minst 8 varv måste utföras i landningspositionen som skall vara samma som positionen i luften. Ingen rotation på isen före upphoppet är tillåten. Endast den föreskrivna positionen i luften, eller dess variation är tillåten.

Juniorer B:1

Valfri hopppiruet är tillåten, Minst 6 varv i landningspositionen som kan vara samma eller annorlunda än positionen i luften.

Variation av landningspositionen är tillåten när som helst under piruetten.

e) Herrar – piruet med endast ett fotbyte

Seniorer

Åkaren måste välja att utföra sitt- eller liggposition, men positionen får inte vara samma som landningspositionen i Hopp-piruetten. Endast ett fotbyte är tillåtet och kan utföras som ett steg över eller ett hopp. Minst 6 varv på varje fot.

Juniorer A (Sittpiruet med ett fotbyte)

Endast den föreskrivna positionen är tillåten. Endast ett fotbyte är tillåtet och kan utföras som ett steg över eller ett hopp. Minst 6 varv på varje fot.

Juniorer B:1

Åkaren måste välja att utföra sitt- eller liggposition. Endast ett fotbyte är tillåtet och kan utföras som ett steg över eller ett hopp. Minst 5 varv på varje fot.

För seniorer herrar gäller: om landningspositionen i hopp-piruetten är lika som positionen i piruetten med fotbyte kommer den sist utförda piruetten inte att räknas, men blockerar ett piruettelement.

e) Damer – himmels- eller sidledspiruet

Alla positioner är tillåtna så länge den efterfrågade himmels- eller sidledslutningen hålls i 8 varv utan att en upprätt position intas. Efter 8 varv i efterfrågad position kan Biellmannpositionen utföras.

f) Piruettkombination

Piruettkombinationen måste innehålla minst två olika baspositioner med minst 2 varv i vardera av dessa positioner (om det är färre än tre baspositioner med vardera 2 varv kommer det att avspeglas i piruettens värde) och endast ett byte av fot. Minst 6 varv på varje fot för seniorer och juniorer A samt minst 5 varv per fot för juniorer B:1. Fotbytet kan göras i form av ett steg över eller ett hopp.

Olika basvärden för piruettkombinationer med fotbyte, innehållande 2 eller 3 baspositioner framgår av värdetabellen (SOV).

Ungdom A

d) Pojkar – enpositionspiruett

Åkaren måste välja att utföra sitt- eller liggposition. Piruetten skall innehålla endast ett fotbyte. Får inte påbörjas med ett hopp. Minst 6 varv skall utföras i position.

d) Flickor – himmels- eller sidledspiruett

Alla positioner är tillåtna så länge den efterfrågade himmels- eller sidledslutningen hålls i 6 varv utan att en upprätt position intas. Efter 8 varv i efterfrågad position kan Biellmannpositionen utföras.

f) Piruettkombination

Minst 5 varv skall utföras på varje fot. I övrigt lika som för seniorer och juniorer.

Stegsekvenser

Stegsekvenser får innehålla alla icke listade hopp.

Flygskårssekvens

Flygskårssekvensen är inte längre ett element i kortprogrammet för damer/flickor, men när den utförs kommer den att bedömas av domarna i "Sammanbindande steg/rörelser" (Transitions).

FRIÅKNING, Rule 612, ISU Communication 1861 och 1884

Allmänt

Åkaren väljer själv de friåkningselement som ska ingå i programmet. Alla element ska länkas samman med olika sammanbindande steg och friåkningsrörelser under det att hela isytan utnyttjas. Saxning framåt och bakåt räknas inte till sammanbindande steg. Extra element eller element som överskrider föreskrivet antal räknas inte in i åkarens resultat. Endast det första försöket, eller tillåtna antalet försök, av ett element kommer att räknas.

Hopp

Maximalt antal hoppelement är föreskrivet för respektive kategori.

Hoppen kan ha valfritt antal varv.

Axel måste ingå bland hoppelementen, antingen som solohopp eller i kombination/-sekvens.

Hoppkombinationer och hoppsekvenser

Hoppkombinationer kan bestå av samma eller olika enkel-, dubbel-, trippel- eller kvadrupelhopp. Upp till tre (3) hoppkombinationer eller -sekvenser kan utföras (två (2) för Ungdom A, Ungdom B och Miniorer). En (1) hoppkombination kan innehålla upp till (3) tre hopp, de övriga maximalt två (2) hopp (för Ungdom A, Ungdom B och Miniorer får kombinationerna endast innehålla två (2) hopp).

Om en åkare faller eller gör step out i det första hoppet (kombinationer och sekvenser) och omedelbart därefter utför ett annat hopp, ignoreras fortsättningen av den tekniska panelen. Elementet kommer att identifieras som "första hoppet + sequence". Domarna bedömer kvaliteten på det/de element som verkligen identifierats.

Repetition av hopp

Samtliga dubbelhopp (inklusive dubbel Axel) får utföras max två (2) gånger i programmet, som solohopp eller i kombination eller sekvens.

Av alla trippel- och kvadrupelhopp får endast två (2) utföras två gånger i programmet. Båda utförda hoppen av samma typ får fullt värde, förutsatt att det ena hoppet utförts i hoppkombination eller -sekvens. Om båda utförs som solohopp markeras det andra utförda hoppet med "+REP" och får 70 % av ursprungligt basvärde. Trippel- och kvadrupelhopp med samma namn betraktas som två olika hopp (t.ex betraktas trippel Salchow och kvadrupel Salchow som två olika hopp).

Inget trippel- eller kvadrupelhopp får försökas mer än två gånger. Om ett hopp utförs en tredje gång och då utförs i en hoppkombination eller -sekvens kommer hela kombinationen/sekvensen att räknas som ett extra element och tas därför inte med i beräkningen, men kommer att blockera ett hoppelement om det finns några kvar.

Ungdom; repetition av hopp

Samtliga dubbelhopp (inklusive dubbel Axel) får utföras max två (2) gånger i programmet.

Endast två (2) hopp med tre (3) varv eller mer får upprepas och upprepningen måste då göras i en hoppkombination eller -sekvens.

Observera att på vissa tävlingar, t ex interclub eller internationella tävlingar kan regler för upprepning även gälla enkelhopp enligt ISU:s riktlinjer i ISU Communication 1886. Vi har dock valt att inte införa detta på svenska tävlingar säsongen 2014/2015.

Ungdom – Bonus för dubbel Axel och trippelhopp – Svensk regel

För att öka motivet för ungdomar att hoppa dubbel Axel och trippelhopp i friåkningsklasserna har ett bonussystem införts för Ungdom A-klasserna. Bonuspoäng delas ut enligt följande:

- ✓ 2 bonuspoäng för dubbel Axel (2A)
- ✓ 3 bonuspoäng för trippelhopp

Maximalt kan åkaren få 9 bonuspoäng i friåkningsklasserna.

Ungdom Flickor 15 erhåller bonuspoäng endast vid fullroterade hopp (ej < eller <<).

Ungdom Flickor 13 och Ungdom Pojkar erhåller bonuspoäng vid fullroterade och underroterade hopp (<).

Piruetter

Alla piruetter måste vara av olika karaktär, d v s måste ha olika förkortningar. En piruett med samma förkortning som redan utförts blockerar ett piruettelement, men markeras med asterisk och får inga poäng.

Piruetterna måste ha ett lägsta antal varv:

- 6 varv i enpositionspiruett och hopp-piruett
- 10 varv i piruettkombinationen

Antalet varv räknas från ingång till utgång, utom avslutande varv i ståposition i enpositionspiruett och hopp-piruett.

I piruettkombinationen och enpositionspiruetten är fotbyte valfritt.

Stegsekvenser

Åkaren kan välja att utföra valfri typ av stegsekvens. Hopp kan utföras i stegsekvensen.

Stegsekvensen måste utnyttja isytan fullt ut. Stegsekvenser som är för korta eller knappt synliga uppfyller inte kraven på en stegsekvens.

Koreografiska sekvenser

En koreografisk sekvens består av valfria rörelser som steg, vändningar, flygskär, arabesquer, leveranser, Ina Bauer, hopp med max två varv, piruetter mm. Listade element som utförs i den koreografiska sekvensen identifieras inte som element och blockerar ingen elementbox.

Mönstret är valfritt utan begränsning, men sekvensen måste vara tydligt identifierbar.

Tekniska panelen identifierar den koreografiska sekvensen som börjar med den första rörelsen och avslutas vid ingången till nästa element (om inte sekvensen är det sista elementet).

Sekvensen kan utföras före eller efter stegsekvensen.

Sekvensen har ett basvärde och bedöms endast med GOE av domarna.

Miniorer skall utföra en koreografisk sekvens som utnyttjar minst 50 % av isytan.

LEVELS OF DIFFICULTY

Singel

Antal features per level: 1 för level 1, 2 för level 2, 3 för level 3, 4 för level 4

(ISU Communication 1861 och 1884)

Stegsekvenser	<ol style="list-style-type: none">1. Minimal variation (level 1), Enkel variation (level 2), Variation (level 3), Komplexitet (level 4) av steg och vändningar genom hela sekvensen (obligatoriskt)2. Rotationer i vardera riktningen (vänster, höger), med ett helt varvs rotation av kroppen som täcker minst 1/3 av mönstret för varje rotationsriktning3. Användande av <u>kroppsrörelser</u> under minst 1/3 av mönstret4. Två olika kombinationer av 3 svåra vändningar (rockers, counters, brackets, twizzles) utförda med en tydlig rytm under sekvensen
Samtliga piruetter	<ol style="list-style-type: none">1. Svåra variationer (räknas så många gånger som de utförs med begränsningar enligt nedan)2. Fotbyte utfört med ett hopp3. Hopp inom en piruett utan att byta fot4. Svårt byte av position på samma fot5. <u>Svår ingång till piruetten</u>6. Tydligt byte av skär i sittposition (endast från bakåt innerskär till framåt ytterskär), liggposition, himmelsposition eller Biellmann.7. <u>Alla tre baspositioner på andra foten</u>8. Rotation åt båda hållen direkt efter varandra i sitt- eller liggposition9. Tydlig ökning av rotationshastighet i ligg-, sitt-, himmels- eller Biellmannposition10. Minst 8 varv utan byte av position/variation, fot eller skär (ligg, himmel, svår variation av alla baspositioner, eller för kombinationer icke basposition)11. <u>Svår variation av hoppingång i hopppiruett/piruett med hoppingång (se förtydliganden)</u> <p>Ytterligare features för Himmelspiruett:</p> <ol style="list-style-type: none">12. Ett tydligt byte av position; bakåt till sidledes eller tvärtom, minst 3 varv i varje position (räknas också när himmelspiruetten är en del av en annan piruett)13. Biellmannposition efter himmelspiruett (kortprogram – efter 8 varv i himmelsposition) <p>Feature 2-9 och 11-13 räknas endast en (1) gång per program (första försöket). Feature 10 räknas endast en (1) gång per program (i första piruetten där den blir godkänd); om 8 varv utförs på båda fötterna i denna piruett, kan någon av dessa räknas till åkarens fördel</p> <p>Varje kategori av svår variation i en basposition räknas endast en (1) gång per program (första försöket). En svår variation i en icke basposition räknas en gång per program och endast i piruettkombination.</p> <p>I pirutter med fotbyte kan maximalt två (2) features räknas på en fot.</p> <p>För piruettkombinationer med fotbyte är alla 3 basposition obligatoriskt för Level 2-4 i både Kortprogram och Friåkning:</p>

Förtydligande av levels för singelåkning 2014/2015

STEGSEKVENSER

Vändningar (Turns) (utförda på en fot): treor (three turns), twizzlar (twizzles), omvända treor (brackets), öglor (loops), växelvändningar (rockers), omvända växelvändningar (counters)

Steg (Steps) (utförda på en fot när det är möjligt): tåsteg (toe steps), chassés, mohawks, choctaws, skärombyten, cross-rolls, ~~springsteg (running steps)~~

Minimal variation: Måste innehålla minst 5 vändningar och 2 steg. Ingen av typerna kan räknas mer än två gånger.

Enkel variation: Måste innehålla minst 7 vändningar och 4 steg. Ingen av typerna kan räknas mer än två gånger.

Variation: Måste innehålla minst 9 vändningar och 4 steg. Ingen av typerna kan räknas mer än två gånger.

Komplexitet: Måste innehålla minst 5 olika typer av vändningar och 3 olika typer av steg vilka ska utföras minst en gång i varje rotationsriktning.

Användande av kroppsrörelser innebär tydlig användning, under sammanlagt minst 1/3 av stegsekvensen, av alla rörelser av armar, huvud, överkropp, höfter och ben med påverkan på balansen av kroppen

Två kombinationer av svåra vändningar räknas som samma om de består av samma vändningar utförda i samma ordning och på samma skär

PIRUETTER

Byte av skär: Räknas endast om det utförs i sittposition (från bakåt innerskär till framåt ytterskär) eller i liggposition, himmelsposition eller Biellmann. För att räknas krävs 2 hela varv på ett skär följt av 2 hela varv på det andra skäret i samma basposition

Svår variation av position: rörelser av en del av kroppen, ben, arm, hand eller huvud som kräver fysisk styrka eller flexibilitet, och som påverkar kroppens balans och tyngdpunkt. Endast sådana variationer räknas för att höja level. Det finns 11 kategorier av svåra variationer, varav 3 i liggposition som baseras på riktningen av axlarnas linje: "camel forward" (CF) med axlarnas linje parallell med isen; "camel sideways" (CS) med axlarnas linje vriden till en vertikal position; "camel upward" (CU) med axlarnas linje vriden mer än vertikal position. Om fribenet tappas ner en längre tid under förberedelse av den svåra variationen i liggposition ges den aktuella svårigheten för Level, men domarna reducerar GOE för "dålig position". Samma reduktion används även när det tar lång tid att nå en nödvändig basposition.

"Fotbyte utfört med ett hopp" och "Hopp inom en piruett utan att byta fot": ges endast om 2 varv utförs i en basposition/icke basposition före hoppet, när en basposition inom 2 varv efter landningen och håller denna basposition i minst 2 varv.

"Svår ingång till piruett": vanlig ingång bakåt ytterskär är inte längre en svår ingång.

"Rotation åt båda hållen omedelbart efter varandra i sitt- eller liggpiruett": Piruett som utförs åt båda hållen (med- och motsols) omedelbart efter varandra räknas som en extra feature i sitt- och liggposition. Minst 3 varv måste utföras åt vardera hållet. En piruett som utförs åt båda hållen som ovan räknas som en (1) piruett med fotbyte.

"Svår variation av hoppingång i hoppiruett/piruett med hoppingång": ges endast när positionen i luften är verkligt svår, t ex

- fullständig sittposition i luften (med höjd och total kontroll av rörelser) eller öppen butterfly position i luften (och når sittposition omedelbart efter landning) i hopp i sitt;
- tydlig butterfly ingång eller nästan split-position i luften i hopp i ligg

Om ingången uppfyller både "svår ingång" och "svår hoppingång" ges endast "svår hoppingång" och "svår ingång" är fortfarande outnyttjad.

Vanlig hopp i ligg-ingång blockerar inte möjligheten att räkna en svår hoppingång.

TEST

FRIÅKNINGSTEST 5

Flickor/Damer: Friåkningsprogram till musik 3/3,5/4 min innehållande minst:

- Dubbel Axel Paulsen, 2A, **eller** valfritt trippelhopp

Pojkar/Herrar: Friåkningsprogram till musik 3,5/4/4,5 min innehållande minst:

- Dubbel Axel Paulsen, 2A
- Valfritt trippelhopp

För godkänd test ska följande uppnås:

1. Förutom det angivna innehållet ska programmet uppfylla kraven på ett välbalanserat program för Ungdom, Junior respektive Senior enligt ISU Regulations.
2. Följande element ska vara klarade i programmet
Flickor/Damer: Dubbel Axel, 2A **eller** ett (1) valfritt trippelhopp, lägst GOE -1 (samtliga domare)
Pojkar/Herrar: Dubbel Axel, 2A **och** ett (1) trippelhopp, lägst GOE -1 (samtliga domare)
3. Poängkrav för godkännande av test

Kategori	Sammanlagd poäng / Total Segment Score	Teknisk poäng / Total Element Score	Programkomponenter/ Total Program Component Score
Seniorer Damer	63	29	34
Juniorer Damer/ Ungdom Flickor	59	27	32
Seniorer Herrar	75	33	42
Juniorer Herrar Ungdom Pojkar	71	31	40

Anmärkningar

- 1 Om de föreskrivna hoppen enligt punkt 2 ovan misslyckats, eller inte uppfyller kravet på GOE lägst -1, i friåkningsprogrammet men åkaren uppfyller poängkravet enligt punkt 3, kan testet godkännas om de föreskrivna hoppen enligt punkt 2 uppfyller kravet på GOE lägst -1 i kortprogrammet vid samma tävling.
- 2 Även om något element i programmet misslyckats kan testet vara godkänt, under förutsättning att ovanstående krav är uppfyllda.
- 3 Öppen bedömning tillämpas.
- 4 Testkort ska medtagas till tävlingstillfället och vid uppfyllda krav, enligt "Judges Scores", lämnas till skiljedomaren för godkännande efter avslutad tävling.
- 5 Ungdom flickor och pojkar som testar fritest 5 måste uppnå poänggräns för Juniorer Damer/Herrar utan bonuspoäng.

FRIÅKNINGSTEST 6

Damer: Friåkningsprogram till musik 3,5/4 min innehållande minst:

- Dubbel Axel Paulsen, 2A
- Tre (3) olika valfria trippelhopp

Herrar: Friåkningsprogram till musik 4/4,5 min innehållande minst:

- Dubbel Axel Paulsen, 2A
- Fyra (4) olika valfria trippelhopp

För godkänd test ska följande uppnås:

1. Förutom det angivna innehållet ska programmet uppfylla kraven på ett välbalanserat program för Junior respektive Senior enligt ISU Regulations.
2. Följande element ska vara klarade i programmet
Damer: Dubbel Axel, 2A och tre (3) olika valfria trippelhopp, lägst GOE -1 (samtliga domare)
Herrar: Dubbel Axel, 2A och fyra (4) olika valfria trippelhopp, lägst GOE -1 (samtliga domare)
3. Poängkrav för godkännande av test

Kategori	Sammanlagd poäng / Total Segment Score	Teknisk poäng / Total Element Score	Programkomponenter/ Total Program Component Score
Seniorer Damer	92	48	44
Juniorer Damer	90	46	44
Seniorer Herrar	106	51	55
Juniorer Herrar	104	49	55

Anmärkningar

- 1 Om de föreskrivna hoppen enligt punkt 2 ovan misslyckats, eller inte uppfyller kravet på GOE lägst -1, i friåkningsprogrammet men åkaren uppfyller poängkravet enligt punkt 3, kan testet godkännas om de föreskrivna hoppen enligt punkt 2 uppfyller kravet på GOE lägst -1 i kortprogrammet vid samma tävling.
- 2 Även om något element i programmet misslyckats kan testet vara godkänt, under förutsättning att ovanstående krav är uppfyllda.
- 3 Öppen bedömning tillämpas.
- 4 Testkort ska medtagas till tävlingstillfället och vid uppfyllda krav, enligt "Judges Scores", lämnas till skiljedomaren för godkännande efter avslutad tävling.