



PATINAGE CANADA



PATINAGE ADULTE

GUIDES DES EXIGENCES TECHNIQUES DE PATINAGE POUR ADULTES 2019-2020

Patinage en simple, patinage en couple et danse sur glace

Juin 2019

Table des matières

Partie A	Introduction aux exigences techniques des programmes <ul style="list-style-type: none">- Durée des programmes- Exigences pour la musique- Chutes- Exigences de programme bien équilibré- Exigences pour les catégories- Catégories d'âge
Partie B	Programme libre de patinage en simple
Partie C	Épreuves de patinage d'interprétation
Partie D	Épreuves de danse <ul style="list-style-type: none">- Danse sur tracé en couple- Danse sur tracé en solo- Danse libre
Partie E	Épreuves de patinage en couple
Partie F	Épreuves supplémentaires <ul style="list-style-type: none">- Démonstration- Éléments d'équipe

À la date de publication, les règlements cités dans ce guide sont fondés sur des modifications qui seront apportées au règlement sur les « Exigences de programme de compétition de patinage pour adultes », qui entreront en vigueur le 1^{er} juillet 2019. Veuillez toujours consulter le site Web <https://info.skatecanada.ca/index.php/fr/regles-du-sport/90.html> pour les règlements complets qui font autorité et sont en vigueur à tout moment donné.

PARTIE A : INTRODUCTION AUX EXIGENCES TECHNIQUES DES PROGRAMMES

Veillez lire en entier les exigences techniques des programmes pour adultes avant l'élaboration des programmes pour la saison de patinage 2018-2019. Les changements apportés aux exigences de programme bien équilibré de la saison dernière sont soulignés ou ~~rayés~~.

Durée des programmes

Les programmes des adultes n'ont pas de durée minimale. Les patineurs adultes pourront ainsi atteindre leurs objectifs pour la saison, que ce soit de réussir un test de Patinage STAR, de participer aux compétitions de l'ISU, de l'USFS ou à une compétition de patinage artistique pour adultes de Patinage Canada.

Exigences pour la musique

La musique vocale est permise à toutes les compétitions. Si elle est utilisée, les morceaux de musique choisis doivent contenir des paroles de bon goût et appropriées pour la compétition.

Chutes

Toutes les chutes durant l'exécution d'éléments ou de mouvements exécutés isolément seront désignées.

Exigences de programme bien équilibré

Des exigences maximales ont été établies pour les éléments des épreuves des programmes libres, des danses libres et du patinage en couple de patinage adulte. Veuillez noter qu'il s'agit d'exigences maximales, il n'y a pas d'exigence minimale.

Les éléments auxquels un niveau de difficulté peut être attribué (p. ex. pirouettes, séquences de pas, levées, etc.), peuvent être désignés jusqu'au niveau 4 dans toutes les catégories.

Exigences pour les catégories

Les patineurs sont censés s'inscrire dans la ou les catégories appropriées, en fonction des exigences techniques de programmes. Il est entendu que les patineurs patineront conformément à leur capacité.

Catégories d'âge

Les catégories d'âges suivantes s'appliquent à toutes les épreuves de style libre et d'interprétation de patinage en simple.

Remarque : des catégories d'âge successives peuvent être combinées si les nombres le justifient. Les patineurs doivent être avisés de toute combinaison de catégories d'âge avant le début de la compétition.

Jeunes adultes	18 – 24 ans
Catégorie I	25 – 35 ans
Catégorie II	36 – 45 ans
Catégorie III	46 – 55 ans
Catégorie IV	56 ans et plus

PARTIE B: PROGRAMME LIBRE DE PATINAGE EN SIMPLE

Style libre ouvert d'introduction adulte

Un programme d'une durée maximale de 1 min 40 s, qui peut être de plus courte durée.

7 éléments

- 1) Quatre éléments de sauts :
 - a) un saut de valse doit être inclus;
 - b) une combinaison de Salchow simple et d'un saut simple de boucle piquée doit être incluse;
 - c) deux autres sauts, de niveau de boucle simple au maximum.
- 2) Deux éléments de pirouettes :
 - a) deux pirouettes de n'importe quelle nature, dans une position, sans entrée sautée.
REMARQUE concernant cette catégorie seulement : les patineurs pourront, s'ils le préfèrent exécuter deux pirouettes debout, pourvu que l'une des pirouettes ait une entrée avant et que l'autre pirouette ait une entrée arrière (par ex. : une pirouette arrière). Une exception sera faite au règlement exigeant que les pirouettes aient des codes différents.
- 3) Séquence de pas en position arabesque avant : une séquence de deux arabesques avant; une arabesque sur chaque pied, position sans soutien; sur la carre intérieure ou la carre extérieure.

Style libre bronze adulte

Un programme d'une durée maximale de 2 min 40 s, qui peut être de plus courte durée.

7 éléments

- 1) Quatre éléments de sauts simples au maximum :
 - a) le simple Axel, les sauts doubles et les sauts triples sont interdits;
 - b) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
 - c) deux combinaisons ou séquences de sauts au maximum. Les combinaisons de sauts ne peuvent contenir plus de deux sauts.
- 2) Deux pirouettes au maximum :
 - a) Une pirouette dans une seule position (c'est-à-dire, debout, assise ou arabesque);
 - b) Une pirouette de n'importe quelle nature;
 - c) Les pirouettes sautées sont interdites.
- 1) Une séquence chorégraphiée au maximum

Style libre argent adulte

Un programme d'une durée maximale de 3 min 10 s, qui peut être de plus courte durée.

9 éléments

- 1) Cinq éléments de sauts au maximum :
 - a) un simple Axel est permis;
 - b) les sauts doubles et triples sont interdits;
 - c) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
 - d) trois combinaisons et/ou séquence de sauts au maximum. Les combinaisons de sauts ne doivent pas contenir plus de deux sauts.
- 2) Trois éléments de pirouettes au maximum :
 - a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied;
 - b) toutes les pirouettes doivent être de nature différente (différents codes de pirouettes).
- 3) Une séquence chorégraphiée au maximum

Style libre or adulte

Un programme d'une durée maximale de 3 min 40 s, qui peut être de plus courte durée.

10 éléments

- 1) Six éléments de sauts au maximum :
 - a) l'Axel, les sauts simples et les sauts doubles sont permis (pas plus élevé que le double saut de boucle);
 - b) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
 - c) trois combinaisons et/ou séquence de sauts au maximum. Les combinaisons de sauts ne doivent pas contenir plus de deux sauts et ne doivent pas contenir plus d'un double saut.
- 2) Trois éléments de pirouettes au maximum :
 - a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied et deux positions de base;
 - b) une pirouette doit être sautée;
 - c) une pirouette de n'importe quelle nature.
- 3) Une séquence chorégraphiée au maximum

Style libre maître adulte

Un programme d'une durée maximale de 4 min 10 s, qui peut être de plus courte durée.

10 éléments

- 1) Six éléments de sauts au maximum :
 - a) tous les sauts simples et doubles sont permis (les sauts triples sont interdits);
 - b) un des sauts doit avoir un appel de type Axel;
 - c) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
 - d) trois combinaisons et/ou séquence de sauts au maximum. Une combinaison de sauts peut comprendre un maximum de trois sauts.
- 2) Trois pirouettes au maximum :
 - a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied et deux positions de base;
 - b) une pirouette doit être sautée;
 - c) une pirouette de n'importe quelle nature.
- 3) Une séquence de pas au maximum.

Style libre maître élite

Un programme d'une durée maximale de 4 min 10 s, qui peut être de plus courte durée.

10 éléments

- 1) Six éléments de sauts au maximum :
 - a) tous les sauts sont permis;
 - b) un des sauts doit avoir un appel de type Axel;
 - c) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
 - d) trois combinaisons et/ou séquences de sauts au maximum. Une combinaison de sauts peut comprendre un maximum de trois sauts.
- 2) Trois pirouettes au maximum :
 - a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied et deux positions de base;
 - b) une pirouette doit être sautée;
 - c) une pirouette de n'importe quelle nature.
- 3) Une séquence de pas au maximum.

PARTIE C: ÉPREUVES DE PATINAGE D'INTERPRÉTATION

Contexte : Le programme d'interprétation est conçu par le patineur, l'entraîneur ou les deux et est axé sur la capacité du patineur à interpréter la musique pour créer une ambiance ou un thème clair ou pour créer une histoire par les mouvements de patinage. Une variété de mouvements de patinage devrait être incluse afin de rehausser l'interprétation de la musique plutôt que de mettre en évidence leur difficulté technique. Les mouvements ne devraient pas être un ensemble de mouvements plaisants ou spectaculaires assemblés pour divertir un public (comme un programme de démonstration ou un spectacle). Les costumes doivent être **simples et modestes** afin de rehausser l'interprétation et ne devraient **pas être de nature théâtrale**. Les accessoires sont interdits.

Le but des programmes individuels d'interprétation est d'enrichir le vocabulaire du corps et de la chorégraphie des patineurs, à condition de satisfaire à certains critères de contenu précisés. Ces critères sont les suivants :

- la forme de la composition/le développement d'un thème (p. ex., une idée complète);
- la dynamique (p. ex., soutenue, rompue, brusque, lisse);
- l'utilisation de l'espace (p. ex., plats, direction, indirect, formes asymétriques);
- l'utilisation de toutes les parties du corps (p. ex., le torse, la tête, les mains, les jambes, les pieds);
- l'utilisation de la musique (p. ex., phrasé, style, conscience des éléments musicaux durant la performance et sensibilité à la musique).

REMARQUE : Pour la catégorie ouverte d'interprétation en couple pour les adultes :

- les levées au-dessus de la tête ne sont pas permises et seront considérées comme un mouvement interdit;
- de petites levées de danse, ascendantes ou descendantes ou avec rotation, au cours desquelles un partenaire n'élève pas les mains au-dessus des épaules sont permises.

Épreuve	Niveau de patinage recommandé	Durée du programme
Interprétation introduction adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie introduction ouverte de style libre	Un programme d'interprétation d'une durée maximale de 2 min
Interprétation bronze adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze de style libre	Un programme d'interprétation d'une durée maximale de 3 min; le programme peut être de plus courte durée
Interprétation argent adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie argent de style libre	
Interprétation or adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or ou maître de style libre	
Interprétation élite adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau d'anciens patineurs de compétition	

<p>Interprétation ouvert couples adultes</p>	<p>Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze ou argent de style libre (les deux partenaires)</p>	
<p>Interprétation ouvert maîtres couples adultes</p>	<p>Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or à élite maître de style libre (les deux partenaires)</p>	

Les patineurs doivent soumettre, avant la compétition, le titre du thème choisi.

Remarque : Les patineurs/couples souhaitant exécuter une performance plus théâtrale sont encouragés à s’inscrire dans la catégorie de « démonstration ».

PARTIE D : ÉPREUVES DE DANSE

DANSE SUR TRACÉ EN COUPLE

Les couples de danse peuvent être composés de deux patineurs ~~d'une femme et d'un homme, de deux femmes ou de deux hommes.~~

Épreuve	Danse n° 1	Danse n° 2
Danse STAR 4/5 adulte	<u>Valse européenne</u> (2 séquences)	<u>Tango Fiesta</u> (3 séquences)
Danse STAR 6/7 adulte	<u>Fourteenstep</u> (4 séquences)	<u>Tango</u> (2 séquences)
Danse STAR 8/9 adulte	<u>Valse Américaine</u> (2 séquences)	<u>Blues</u> (3 séquences)
Danse STAR 10/or adulte	<u>Valse Westminster</u> (2 séquences)	<u>Kilian</u> (6 séquences)
Danse élite adulte (pour les anciens patineurs de compétition ou les patineurs qui sont approximativement de ce niveau)	<u>Valse Westminster</u> (2 séquences)	<u>Cha Cha Congelado</u> (2 séquences)

DANSE SUR TRACÉ EN SOLO

Épreuve	Danse n° 1	Danse n° 2
Danse en solo bronze adulte	<u>Swing</u> (2 séquences)	<u>Tango Fiesta</u> (3 séquences)
Danse en solo argent adulte	<u>Ten-Fox</u> (3 séquences)	<u>Valse Américaine</u> (2 séquences)
Danse en solo or adulte	<u>Valse Starlight</u> (2 séquences)	<u>Blues</u> (3 séquences)
Danse en solo élite adulte	<u>Quickstep</u> (4 séquences)	Valse viennoise (3 séquences)
Danse rythmique en solo adulte	<u>Valse Starlight</u> (Suivez les critères énoncés dans les exigences techniques de programmes STAR de 2019-2020)	

DANSE LIBRE

Les couples de danse peuvent être composés de deux patineurs d'une femme et d'un homme, de deux femmes ou de deux hommes.

Danse libre bronze adulte

Un programme d'une durée maximale de 2 min, qui peut être de plus courte durée. La musique vocale est permise.

- 1) Une levée de danse courte au maximum, d'une durée maximale de sept secondes. Les levées seront désignées de niveau 1 au maximum.
- 2) Une pirouette de danse au maximum; positions facultatives. Les patineurs peuvent exécuter une pirouette simple, sans changement de pied, mais qui comporte au moins trois révolutions pour chaque partenaire ~~ou une pirouette combinée avec changement de pied comprenant au moins trois rotations sur chaque pied.~~
- 3) Une séquence de pas en diagonale – style B.

Danse libre argent adulte

Un programme d'une durée maximale de 2 min 40 s, qui peut être de plus courte durée. La musique vocale est permise.

- 1) Une levée de danse courte au maximum, d'une durée maximale de sept secondes. Les levées seront désignées de niveau 2 au maximum.
- 2) Une pirouette de danse au maximum; positions facultatives. Les patineurs peuvent exécuter une pirouette simple, sans changement de pied, mais qui comporte au moins trois révolutions pour chaque partenaire ou une pirouette combinée avec changement de pied comprenant au moins trois rotations sur chaque pied.
- 3) Une série de voltes synchronisées au maximum, séparées par trois pas au maximum.
- 4) Une séquence de pas en diagonale – style B.

Danse libre or adulte

Un programme d'une durée maximale de 3 min 10 s, qui peut être de plus courte durée. La musique vocale est permise.

- 1) Deux levées de danse différentes au maximum dont une levée courte d'une durée maximale de sept secondes et une levée longue d'une durée maximale de 12 secondes OU trois (3) types de levées courtes différentes (de 7 secondes chacune).
- 2) Une pirouette de danse au maximum; positions facultatives. Les patineurs peuvent exécuter une pirouette simple, sans changement de pied, mais qui comporte au moins trois révolutions pour chaque partenaire ou une pirouette combinée avec changement de pied comprenant au moins trois rotations sur chaque pied.
- 3) Une série de voltes synchronisées au maximum, séparées par trois pas au maximum.
- 4) Une séquence de pas en diagonale ~~circulaire au maximum~~ – style A. – Style B en prise

PARTIE E : ÉPREUVES DE PATINAGE EN COUPLE

Les équipes de patinage en couple doivent être formées de deux patineurs ~~d'un homme et d'une~~
~~femme.~~

Patinage en couple adulte

Un programme d'une durée maximale de 3 min 10 s, qui peut être de plus courte durée. S'adresse aux patineurs qui sont approximativement de niveau bronze à argent de style libre

- 1) Deux levées différentes au maximum du groupe 1 ou du groupe 2, qui contient au moins une demi-révolution pour le patineur et au moins une révolution pour la patineuse. Les variantes de la position de la patineuse, les levées sans mains ou avec une main et les levées combinées **ne sont pas** permises. Les levées par-dessus la tête et les levées vrillées **ne sont pas** permises. Une levée qui a un appel différent est considérée comme une levée différente.
- 2) Un saut lancé au maximum (saut simple seulement).
- 3) Un saut individuel au maximum (seuls les sauts simples sont permis).
- 4) Une combinaison de sauts au maximum avec un maximum de 3 sauts inscrits ou une séquence de sauts avec tout nombre de sauts (des points seront attribués seulement aux deux sauts ayant la valeur la plus élevée). Seuls les sauts simples sont permis.
- 5) Une pirouette en couple au maximum (peut être combinée).
- 6) Une figure en position de pivot ou spirale de la mort au maximum.
- 7) Une séquence chorégraphiée au maximum.

Patinage en couple maître adulte

Un programme d'une durée maximale de 3 min 40 s, qui peut être de plus courte durée. Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau or à élite maître de style libre

- 1) Trois levées différentes au maximum, dont une levée qui peut être vrillée.
- 2) Deux sauts lancés au maximum (sauts simples ou doubles).
- 3) Un saut individuel au maximum. Les sauts simples, doubles ou triples sont permis. Un saut individuel peut être répété une seule fois, mais il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
- 4) Une combinaison ou séquence individuelle de sauts au maximum. La combinaison de sauts peut comprendre trois sauts.
- 5) Une pirouette en couple au maximum (peut être combinée).
- 6) Une pirouette individuelle au maximum (peut être combinée).
- 7) Une figure en position de pivot ou spirale de la mort au maximum.
- 8) Une séquence de pas au maximum.

PARTIE F: ÉPREUVES SUPPLÉMENTAIRES

DÉMONSTRATION (USFS Dramatic and Light Skate Entertainment)

Contexte : Les programmes de démonstration sont conçus par les patineurs et/ou les entraîneurs et axés sur la capacité du patineur à divertir un public par ses habiletés théâtrales ou artistiques. Les programmes peuvent raconter une histoire, créer une ambiance ou avoir un thème évident. Les costumes et accessoires sont permis avec quelques restrictions (les boas à plumes sont interdits).

Épreuves	Niveau de patinage recommandé	Durée des programmes
Démonstration introduction adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie introduction ouverte de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration bronze adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration argent adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie argent de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration or adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or et/ou maître de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration élite adultes	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau d'anciens patineurs de compétition	Maximum 1 min 40 s
Démonstration ouverte couples adultes	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze ou argent de style libre (les deux partenaires)	Maximum 1 min 40 s
Démonstration ouverte maîtres couples adultes	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or à élite maître de style libre (les deux partenaires)	Maximum 1 min 40 s

Les exigences de contenu de programme et les modalités de déroulement des épreuves pour tous les niveaux sont les suivantes :

- les costumes de théâtre et les accessoires portés à la main sont permis. Les plumes et les boas de tout type sont interdits;
- la musique vocale est permise;
- les patineurs ont droit à un échauffement d'une minute au maximum avant la performance pour leur permettre de s'échauffer et de préparer les accessoires nécessaires, le cas échéant;

- tous les sauts simples sont permis. Les sauts de rotation supérieure feront l'objet d'une pénalité pour élément interdit.

Éléments d'équipe (manœuvres d'équipe USFS)

Chaque équipe sera composée de trois à cinq membres avec un seul élément exécuté par chaque membre. Les hommes et les femmes peuvent participer dans la même équipe. Chaque patineur peut exécuter un maximum de deux éléments. Les patineurs peuvent représenter des clubs différents. Un patineur peut faire partie d'une seule équipe. Les patineurs peuvent s'inscrire à un niveau supérieur au niveau de leur niveau de style libre.

Épreuves	Niveau de patinage recommandé	Éléments
Équipe bronze	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze de style libre	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saut de valse + saut simple de boucle piqué 2. Combinaison de saut simple + simple au choix 3. Arabesques (une avant et une arrière) 4. Pirouette sur un pied (avant ou arrière au choix) 5. Pirouette assise (min 3 rév.)
Équipe argent	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie argent de style libre	<ol style="list-style-type: none"> 1. Axel 2. Combinaison de saut simple + simple au choix 3. Pirouette dos cambrée ou pied croisé 4. Pirouette combinée en position arabesque/assise 5. Séquence d'arabesque OU séquence de pas
Équipe or	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or et/ou maître de style libre	<ol style="list-style-type: none"> 1. Axel 2. Combinaison/séquence de sauts au choix 3. Pirouette dos cambrée ou pied croisé 4. Pirouette combinée au choix – l'entrée sautée est permise 5. Séquence d'arabesque OU séquence de pas