

Programme court

Entrée en vigueur le 1^{er} juillet 2019

CATÉGORIE / DURÉE / PRIME	LEVÉE	LEVÉE VRILLÉE	SAUT LANCÉ	SAUT INDIVIDUEL	PIROUETTE	SPIRALE DE LA MORT	SÉQUENCE DE PAS
Pré-novice (2:40 ±0:10) s.o.	Toute levée du groupe 1, 2, 3 ou 4	Simple ou double	Tout saut simple ou double (pas de 2A)	Simple Axel ou tout saut double	Pirouette en couple (4 rév.) ou Pirouette en couple combinée (4 rév.) (L'entrée sautée N'EST PAS permise)	Toute spirale de la mort	Elle doit utiliser presque toute la surface glacée
	Max niveau 2 Trait saillant sans crédit : <ul style="list-style-type: none"> Changement de sens de rotation par l'homme 						
Novice (2:40 ±0:10) s.o.	Tout appel de la levée main dans la main (groupe 4) ou tout appel de la levée lasso (groupe 5)	Simple ou double	<u>2T or 2F/Lz</u>	<u>2Lo</u> ou 2A	Pirouette en solo combinée 1 seul changement de pied et au moins 1 changement de position (4/4 rév.)	Arrière <u>intérieure</u>	Elle doit utiliser presque toute la surface glacée
	Trait saillant sans crédit : <ul style="list-style-type: none"> Changement de sens de rotation par l'homme 						
Junior (2:40 ±0:10) s.o.	<u>Tout appel de la levée lasso (groupe 5)</u>	Double ou triple	<u>2T ou 3T ou 2F/Lz ou 3F/Lz</u>	<u>2Lo</u> ou 2A	Pirouette en solo combinée 1 seul changement de pied et au moins 1 changement de position (5/5 rév.)	Arrière <u>intérieure</u>	Elle doit utiliser presque toute la surface glacée
Senior (2:40 ±0:10) Chute : -1,0 s.o.	<u>Tout appel de la levée lasso (groupe 5)</u>	Double ou triple	Tout saut double ou triple	Tout saut double ou triple	Pirouette en solo combinée 1 seul changement de pied et au moins 1 changement de position (5/5 rév.)	Arrière <u>intérieure</u>	Elle doit utiliser presque toute la surface glacée

Toutes les chutes, pendant l'exécution d'éléments et dans l'intervalle entre les éléments, seront désignées et une valeur leur sera attribuée. Les valeurs énoncées ci-dessous concernent la chute d'un partenaire. Une chute des deux partenaires est deux fois la valeur énoncée.

Programme libre

Entrée en vigueur le 1^{er} juillet 2019

CATÉGORIE/ DURÉE/PRIME	LEVÉE	LEVÉE VRILLÉE	SAUT LANCÉ	SAUT	PIROUETTE INDIVIDUELLE	PIROUETTE EN COUPLE	SPIRALE DE LA MORT	SÉQUENCE D'ARABESQUES/DE PAS/CHORÉGRAPHIÉE
Pré-juvénile (2:30 ±0:10) s. o.	s. o.	s. o.	Max 1	Max 2 éléments de sauts 1 saut individuel 1 saut individuel, peut être en combo (d'au plus 2 sauts) ou séquence de sauts	Max 1 Peut être combinée (changement de pied facultatif) (3 rév.) Max niveau B	Max 1 Doit être dans une position, sans changement de pied (3 rév.) Max niveau B	Max 1 Figure en spirale ou spirale de la mort Max niveau B	Max 1 Séquence d'arabesques Max niveau B
Juvénile (2:30 ±0:10) s. o.	Max 1 Toute levée non au-dessus de la tête est permise Levée du groupe 1 ou 2 ou groupe non au-dessus de la tête de niveau juvénile Max niveau B	Max 1 (simple) Max niveau B	Max 1	Max 2 éléments de sauts 1 saut individuel 1 saut individuel, peut être en combo (d'au plus 2 sauts) ou séquence de sauts	Max 1 Peut être combinée (changement de pied facultatif) (3 rév.) Max niveau B	Max 1 NE peut être combinée (peut avoir un changement de pied OU un changement de position) (3 rév.) Max niveau B	Max 1 Figure en spirale ou spirale de la mort Max niveau B	Max 1 Séquence de pas (doit se déployer sur au moins la moitié de la glace) Max niveau B
Pré-novice (3:00 ±0:10) s. o.	Max 2 Doivent être de groupes différents et une levée doit être du groupe 1, 2, 3 ou 4 Max niveau 2 Traît saillant sans crédit : • Changement de sens de rotation par l'homme • Portée simple	Max 1 (simple ou double) Max niveau 2	Max 2 Ils doivent être différents	Max 2 éléments de sauts 1 saut individuel 1 combinaison de sauts (d'au plus 2 sauts) ou 1 séquence de sauts	Max 1 Peut être combinée (changement de pied facultatif) (4 rév.) Max niveau 2	s. o.	Max 1 Toute spirale de la mort Max niveau 2	Max 1 Séquence chorégraphiée
Novice (3:30 ±0:10) Chaque lancé ou saut identifié comme un triple saut avec pleine rotation	Max 2 Doivent être de groupes différents et une levée doit être du groupe 3 ou 4 Traît saillant sans crédit : • Changement de sens de rotation par l'homme	Max 1 (simple ou double)	Max 2 Ils doivent être différents	Max 2 éléments de sauts 1 saut individuel 1 combinaison de sauts (d'au plus 2 sauts) ou 1 séquence de sauts		Max 1 Peut être combinée (8 rév.)	Max 1 Toute spirale de la mort	Max 1 Séquence chorégraphiée
Junior (3:30 ±0:10) s. o.	Max 2 Ne doivent pas toutes être du groupe 5	Max 1	Max 2 Ils doivent être différents	Max 2 éléments de saut 1 saut individuel 1 combinaison de sauts (d'au plus 3 sauts) ou 1 séquence de sauts		Max 1 Pirouette combinée en couple (8 rév.)	Max 1 Toute spirale de la mort	Max 1 Séquence chorégraphiée
Senior (4:00 ±0:10) s. o.	Max 3 Ne doivent pas toutes être du groupe 5	Max 1	Max 2 Ils doivent être différents	Max 2 éléments de sauts 1 saut individuel 1 combinaison de sauts (d'au plus 3 sauts) ou 1 séquence de sauts		Max 1 Pirouette combinée en couple (8 rév.)	Max 1 Doit être différente de SP (p. ex. AUCUN BID)	Max 1 Séquence chorégraphiée

Toutes les chutes, pendant l'exécution d'éléments et dans l'intervalle entre les éléments, seront désignées et une valeur leur sera attribuée. Les valeurs énoncées ci-dessous concernent la chute d'un partenaire. Une chute des deux partenaires est deux fois la valeur énoncée.