



TROUSSE TECHNIQUE DE PRÉPARATION DE 2009/2010 POUR LA DANSE SUR GLACE

Table des matières

1. Tirage au sort pour les danses imposées	page 1
2. Remarques concernant les danses imposées	page 2
3. Critère de programme libre bien équilibré	page 2
4. Tableau des danses libres juvénile, pré-novice et novice	page 5
5. Tableau des danses originales et libres junior et senior	page 6
6. Remarques concernant les danses originales et libres	page 13
7. Remarques générales concernant les programmes de danse imposée, de danse originale et de danse libre	page 14

(1) TIRAGE AU SORT POUR LES DANSES IMPOSÉES

Niveau de qualification	Championnats de section	Compétitions Défi de l'Ouest et de l'Est	Champ. nationaux juniors et canadiens
Juvénile	Ten-Fox Valse européenne	s. o.	s. o.
Pré-novice	Fox-trot de Keats Tango Harris	Valse européenne Rocker Fox-trot	s. o.
Novice	Valse Starlight Samba argent	Valse Starlight Kilian	Tango argentin Samba argent
Junior - Remarque : Pour les Championnats du monde junior, une danse sera tirée au sort à la compétition Four Continents de l'UIP et annoncée par le secrétariat de l'UIP.	Tango argentin	Tango argentin	Valse Westminster
Senior - Remarque : Une seule danse à exécuter. Pour la compétition Four Continents de l'UIP, la danse sera tirée au sort à la finale du Grand Prix de l'UIP et annoncée par le secrétariat de l'UIP. Pour les Championnats du monde de patinage artistique de l'UIP, la danse qui n'a pas été tirée au sort pour les Championnats européens et les championnats Four Continents de l'UIP sera patinée.	Valse or	Valse or	Tango Romantica

(2) REMARQUE CONCERNANT LES DANSES IMPOSÉES

- Les pas d'introduction des danses imposées sont comme suit :
 - **Juvénile** : sept pas d'introduction au maximum
 - **Pré-novice, novice, junior et senior** : le nombre de pas ne doit pas excéder le phrasé d'introduction de la musique. **Remarque : le phrasé musical d'introduction de la valse européenne a 8 mesures de 3 temps (ou seulement 4 mesures de 6 temps).**
- Cinq couples au maximum peuvent participer en même temps à la période d'échauffement des danses imposées.
- Les tracés mis à jour (y compris l'endroit où se trouvent les juges par rapport à la danse) sont affichés dans la section Connexion des membres, sous les rubriques suivantes) :
 - Règlements
 - Règlements officiels de 2006
 - Manuel technique (qui inclut les règlements officiels)
 - Termes de patinage artistique
 - Les danses avec tracé facultatif sont indiquées sur les tracés des danses
 - Kilian : **quatre** séquences (danseurs novices)

Danse sur tracé facultatif : une danse pour laquelle le couple peut altérer le tracé pourvu que les séquences de pas, les positions et la synchronisation originales ne soient pas changées. Le tracé altéré doit être exécuté de la même manière à chaque répétition et recommencer au même endroit.

Danse sur tracé prescrit : une danse pour laquelle les emplacements, la direction et la profondeur des courbes à exécuter sont indiquées sur le diagramme.

- La musique de danse imposée de l'UIP sera utilisée pour les niveaux pré-novice à senior (version Strasser-Tauber seulement; trois airs en alternance); la série 8 de Patinage Canada sera utilisée pour les épreuves juvéniles.
- La période d'échauffement pour les épreuves pré-novice, novice, junior et senior de danse imposée est de quatre minutes. La première minute est sans musique. Les trois autres minutes sont au son d'une musique qui n'est pas été utilisée dans la rotation de la musique pour l'épreuve. La période d'échauffement des épreuves juvéniles de danse est de quatre minutes (une minute sans musique et trois minutes avec musique).

(3) CRITÈRES DE PROGRAMME LIBRE BIEN ÉQUILIBRÉ

La danse libre est le patinage par un couple d'un programme créatif qui contient des pas de danse et des mouvements qui expriment le caractère de la musique choisie par le couple. La liste des éléments prescrits est énumérée ci-dessous.

(1) DANSE PRÉ-JUVÉNILE

- (a) Deux danses imposées seront exécutées, tirées au sort parmi la liste des danses de niveau junior bronze.
- (b) Les principes de calcul sont les mêmes que ceux utilisés pour la danse imposée juvénile.

(2) DANSE LIBRE JUVÉNILE : Une danse libre en musique d'une durée de 2 minutes (+ ou – 10 secondes)

Un programme bien équilibré de danse libre juvénile doit satisfaire aux exigences suivantes :

- (a) Une levée de danse au maximum (**six secondes -** stationnaire, sur une courbe ou en ligne droite).
- (b) Une pirouette de danse au maximum (simple, non combinée). La pirouette sera désignée de niveau 2 au maximum.
- (c) Une série de voltes synchronisées au maximum.
- (d) Une séquence de pas au maximum (n'importe quelle forme, aucune prise prescrite, mais ne peut être exécutée sur la ligne médiane sans contact).

(3) DANSE LIBRE PRÉ-NOVICE : Une danse libre en musique d'une durée de 2 minutes 30 secondes (+ ou – 10 secondes).

Un programme bien équilibré de danse libre pré-novice doit satisfaire aux exigences suivantes :

- (a) Deux levées de danse différentes au maximum (**six secondes -** stationnaire, sur une courbe, en ligne droite ou avec rotation).
- (b) Une pirouette de danse au maximum (simple, non combinée).
- (c) Une série de voltes synchronisées au maximum.
- (d) Une séquence de pas au maximum (n'importe quelle forme, aucune prise prescrite, ne peut pas être exécutée sur la ligne médiane sans contact).

(4) DANSE LIBRE NOVICE : Une danse libre en musique d'une durée de 3 minutes (+ ou – 10 secondes).

Un programme bien équilibré de danse libre novice doit satisfaire aux exigences suivantes :

- (a) Deux levées de danse différentes au maximum (**six secondes -** stationnaire, sur une courbe, en ligne droite ou avec rotation) dont une levée qui peut être d'une durée de 12 secondes (en serpentín, en direction inverse de rotation ou la combinaison).
- (b) Une pirouette de danse au maximum (simple ou combinée).
- (c) Une série de voltes synchronisées au maximum.
- (d) Deux séquences de pas différentes au maximum : une en ligne droite (sur la ligne médiane avec prise, sur la ligne médiane sans contact et sans série de voltes subséquentes ou en diagonale) et une sur une courbe (en serpentín, formant deux ou trois grandes courbes ou circulaire). Aucune prise prescrite.

(5) DANSE LIBRE JUNIOR : Une danse libre en musique d'une durée de 3 minutes 30 secondes (+ ou – 10 secondes)

Un programme bien équilibré de danse libre junior doit satisfaire aux exigences suivantes :

- (a) Trois types différents de levées* dont une qui peut être une longue levée de 12 secondes au maximum.
- (b) Une pirouette de danse (choisie parmi la liste des pirouettes ou des pirouettes combinées) **.
- (c) Une série de voltes synchronisées. (Le couple peut exécuter une ou des séries additionnelles, mais seule la première série sera désignée et servira à déterminer le niveau de difficulté).
- (d) Deux séquences de pas différentes avec prise au maximum : une en ligne droite (ligne médiane ou en diagonale) et une sur une courbe (en serpent, formant deux ou trois grandes courbes, ou circulaire)

(6) DANSE LIBRE SENIOR : Une danse libre en musique d'une durée de 4 minutes (+ ou – 10 secondes).

Un programme bien équilibré de danse libre senior doit satisfaire aux exigences suivantes :

- (a) Trois types de levées de danse différents*. Une levée choisie parmi les longues levées, de 12 secondes au maximum.
- (b) Une pirouette de danse (choisie parmi la liste des pirouettes ou des pirouettes combinées). **.
- (c) Une série de voltes synchronisées. (Le couple peut exécuter une ou des séries additionnelles, mais seule la première série sera désignée et servira à déterminer le niveau de difficulté).
- (d) Deux séquences de pas différentes avec prise au maximum : une en ligne droite (sur la ligne médiane ou en diagonale) et une sur une courbe (en serpent, avec deux ou trois grandes courbes, ou circulaire).

***Remarque** : Le couple est autorisé à exécuter une levée additionnelle (junior) ou deux levées additionnelles (senior) d'une durée maximale de six secondes sans exigences quant au niveau (à condition qu'elles ne soient pas interdites) mais seules les deux premières levées (junior) ou les trois premières levées (senior) seront désignées et serviront à déterminer le niveau de difficulté. Les juges tiendront compte de cette ou de ces levées additionnelles dans la note pour la chorégraphie. Toutefois, si le couple exécute une quatrième levée (junior) ou une sixième levée (senior), le jury technique considérera qu'il s'agit d'un élément supplémentaire.

****Remarque (programmes junior et senior)** : Le couple est autorisé à exécuter une pirouette de danse additionnelle (une pirouette simple ou une pirouette combinée), mais seule la première pirouette de danse sera désignée et servira à déterminer le niveau de difficulté. Les juges tiendront compte de cette pirouette de danse additionnelle dans la

note pour la chorégraphie. Toutefois, si le couple exécute une troisième pirouette de danse, le jury technique considérera qu'il s'agit d'un élément supplémentaire.

Remarque : Le terme « levée de danse différente » signifie que les levées doivent être de nature différente. Pour le niveau pré-novice, il ne peut n'y avoir qu'une levée avec rotation.

(4) TABLEAU DES DANSES LIBRES JUVÉNILE, PRÉ-NOVICE ET NOVICE

	Danse libre juvénile	Danse libre pré-novice	Danse libre novice
Durée	2 min +/- 10 secondes	2,5 min +/- 10 secondes	3 min +/- 10 secondes
Rythme	Au choix	Au choix	Au choix
Musique	Doit avoir un temps rythmique audible ou un temps rythmique et une mélodie, mais pas une mélodie seule (la musique vocale est permise).	Doit avoir un temps rythmique audible ou un temps rythmique et une mélodie, mais pas une mélodie seule (la musique vocale est permise).	Doit avoir un temps rythmique audible ou un temps rythmique et une mélodie, mais pas une mélodie seule (la musique vocale est permise).
Tracé	Libre	Libre	Libre
Pas	<ul style="list-style-type: none"> - Tous les pas sont permis. - Une série de voltes synchronisées au maximum. - Une séquence de pas au maximum (n'importe quelle forme, pas de prise prescrite, mais ne peut être exécutée sur la ligne médiane sans contact). 	<ul style="list-style-type: none"> - Tous les pas sont permis. - Une série de voltes synchronisées au maximum. - Une séquence de pas au maximum (n'importe quelle forme, pas de prise prescrite, mais ne peut être exécutée sur la ligne médiane sans contact). 	<ul style="list-style-type: none"> - Tous les pas sont permis. - Une série de voltes synchronisées au maximum. - Deux séquences de pas différentes au maximum (pas de prise prescrite) : une en ligne droite (sur la ligne médiane avec prise, sur la ligne médiane sans contact et sans série de voltes subséquentes ou en diagonale) et une sur une courbe (en serpent, formant deux ou trois grandes courbes, ou circulaire).
Levées	Une levée de danse au maximum (stationnaire, sur une courbe ou en ligne droite)	Deux levées de danse différentes au maximum (stationnaire, sur une courbe, en ligne droite ou avec rotation)	Deux levées de danse au maximum (stationnaire, sur une courbe, en ligne droite ou avec rotation) Levée courte – ne doit pas dépasser six secondes (stationnaire, en ligne droite, sur une courbe ou avec rotation).

			Levée longue – ne doit pas dépasser 12 secondes (en serpent, en rotation inverse ou combinaison).
Arrêts	Durée : cinq secondes au maximum.	Durée : cinq secondes au maximum.	Durée : cinq secondes au maximum.
Séparation	Durée : cinq secondes au maximum, deux bras de distance au plus entre les partenaires. Au début ou à la fin : 10 secondes au maximum, sans limite de la distance entre les partenaires.		
Pirouette	Une pirouette de danse au maximum (simple, non combinée). Les pirouettes sont désignées de niveau 1 au maximum.	Une pirouette de danse au maximum (simple, non combinée).	Une pirouette de danse au maximum (simple ou combinée).
Sauts	- Une rév. au maximum (un partenaire à la fois) - Une demi-rotation au maximum (les deux partenaires peuvent exécuter le saut en même temps)	- Une rév. au maximum (un partenaire à la fois) - Une demi-rotation au maximum (les deux partenaires peuvent exécuter le saut en même temps)	- Une rév. au maximum (un partenaire à la fois) - Une demi-rotation au maximum (les deux partenaires peuvent exécuter le saut en même temps)
Remarques	- La danse ne doit pas avoir le caractère d'un programme de patinage en couple ou de démonstration. - Les déductions de l'UIP sont appliquées pour les éléments prescrits.		

*Veuillez consulter les communications 1522 (qui remplace la communication 1496) et 1567 de l'UIP et toute autre communication subséquente pour plus de détails sur les exigences et les niveaux relatifs aux éléments prescrits.

(5) TABLEAU DES DANSES ORIGINALE ET LIBRE JUNIOR ET SENIOR

	Danse originale	Danse libre
Description	Communication 1567	Règlements de l'UIP 604, 610 et communication 1567
Durée	2,5 min +/- 10 secondes (dès que l'un des partenaires commence à bouger ou à patiner jusqu'à ce que les deux partenaires s'immobilisent complètement à la fin du programme)	Junior : 3,5 min +/-10 secondes Senior : 4 min +/-10 secondes (dès que l'un des partenaires commence à bouger ou à patiner jusqu'à ce que les deux partenaires s'immobilisent complètement à la fin du programme)
Rythme, tempo, caractère ou	Danse folklorique -Toute musique de danse folklorique ou de danse typique d'un pays peut être utilisée. -Aucune restriction quant au nombre de sélections	- Contient une combinaison de pas et de mouvements de danse connus et nouveaux dont les éléments prescrits et les séquences de pas, de même que des idées personnelles du couple quant

nature	<p>musicales. Par ailleurs, le thème est constant et typique d'une région ou d'un pays en particulier.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Le tango argentin est interdit puisqu'il est le rythme des danses imposées annoncées pour cette saison. -On conseille aux couples de choisir leurs propres musique et danse traditionnelles. 	<p>au concept, à l'arrangement et à l'expression.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La chorégraphie (y compris les éléments prescrits) devrait exprimer le caractère, les accents et les nuances de la musique, incorporer des changements d'allure et des variations de la vitesse et du tempo, et se déployer sur la totalité de la surface glacée. - La danse ne doit pas ressembler à du patinage en couple ou à une danse de démonstration.
Musique	<ul style="list-style-type: none"> - La musique vocale est permise. - Seule la musique vocale avec temps rythmique est permise. Le couple doit surtout patiner au son des temps rythmiques et non seulement de la mélodie. - Le choix incorrect de la musique pour les rythmes ou les danses choisies est pénalisé. - Le programme doit donner véritablement l'impression d'une danse folklorique. Il ne doit pas donner l'impression d'une danse de salon. - Au moment d'enregistrer la musique, le couple doit énumérer le ou les rythmes/la ou les danses dans l'ordre dans lequel ils seront exécutés. - Il peut s'agir de différentes sélections musicales rapides ou lentes. 	<ul style="list-style-type: none"> - La musique vocale est permise. - La musique doit convenir à la danse exécutée. - S'il d'agit d'une musique classique, elle doit être orchestrée de manière à présenter un bon équilibre du temps rythmique et de la mélodie. - La musique doit avoir un temps rythmique audible et une mélodie ou un temps rythmique audible seulement, mais pas une mélodie seule. - Le couple doit patiner surtout en synchronisation avec les temps rythmiques et non seulement au son de la mélodie. - Un programme qui présente des changements de tempo de même qu'une utilisation équilibrée de la mélodie, des temps rythmiques et des accents de la musique, et non de la mélodie seule, est considéré de qualité supérieure. - Si le couple ne satisfait pas à cette exigence, les juges réduisent la note pour la chorégraphie et l'interprétation/le synchronisme. - Les patineurs devaient éviter de choisir des programmes très dramatiques, tristes ou difficiles à comprendre qu'ils sont incapables d'interpréter correctement.
Synchronisme	Important	Important
Introduction	- Maximum 10 secondes sans rythme ou mélodie.	
Tracé	<ul style="list-style-type: none"> - Généralement constant, ne doit pas croiser l'axe long, sauf une fois à chaque extrémité de la patinoire (< 20 mètres de la bande). - Les boucles sont permises, mais elles ne doivent pas croiser l'axe long. - Le tracé peut être patiné dans le sens des aiguilles de la montre ou dans le sens contraire. 	- Aucune restriction. Toutefois, le tracé doit se déployer sur la totalité de la surface glacée.

<p>Pas et mouvements généraux</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tous les pas, les virages, les rotations et les changements de prises sont permis, s'ils sont appropriés à chaque rythme. - Les deux patineurs doivent exécuter un jeu de pieds original, varié et complexe. - Pour les jeux de pieds et les mouvements de liaison, un programme qui repose surtout sur l'utilisation de chassés et de pas progressifs, de poses et de patinage dans une direction est considéré comme moins difficile qu'un programme qui contient des changements de carre, des contre-accolades, des choctaws et autres pas et virages du genre, du patinage dans plusieurs directions, etc. - Le patinage excessif sur les deux pieds doit être pénalisé, car il montre l'incapacité des patineurs de patiner ou de rester en équilibre. - Les bonds et petits sauts d'au plus une rotation complète sont permis (les sauts d'une rotation ne peuvent pas être exécutés simultanément et ces sauts sont interdits dans les séquences de pas prescrites). - Il est interdit de s'agenouiller ou de glisser sur les deux genoux (considérés comme une chute) sur la glace. - Un point saillant pour un ou les deux patineurs sur les deux pieds (max. cinq sec) peut être permis. - Le toucher de la glace de la main ou des mains est interdit. - Le programme repose sur la qualité du patinage plutôt que sur des mouvements qui n'appartiennent pas au patinage, par exemple, glisser sur un genou ou faire des pas piqués. Ces mouvements devraient servir uniquement à rehausser le caractère de la danse, le rythme et les nuances sous-jacents de la musique choisie. 	<ul style="list-style-type: none"> - Tous les pas et mouvements sont permis. - Les deux patineurs doivent exécuter des courbes profondes et un jeu de pieds complexe qui mettent en évidence leur habileté de patinage, la difficulté, la variété et l'originalité. - Un programme qui repose en grande partie sur des croisés, des poussées simples, des pas courus, le patinage dans une direction et des arrêts et poses trop fréquents est considéré comme un programme qui manque de difficulté, de complexité et de variété des pas de liaison (c'est-à-dire des trois, des mohawks, des choctaws, des contre-accolades, des contre-trois, des accolades, des voltes, etc.). - Les éléments et mouvements de style libre sont permis s'ils conviennent à la musique et satisfont à l'exigence de programme bien équilibré. - Les éléments du patinage en couple (à l'exception des arabesques, des pirouettes et des séquences de pas) ne sont pas permis. <ul style="list-style-type: none"> • Interdiction de s'agenouiller sur les deux genoux, sur la glace. • Interdiction de patiner en posant la main ou les mains sur la glace. • Interdiction de se coucher sur la glace. • Interdiction d'exécuter des sauts de plus d'une rotation. • Interdiction d'exécuter des sauts d'une rotation par les deux partenaires en même temps.
<p>Arrêt</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Un arrêt complet au maximum (10 secondes au maximum) OU deux arrêts complets (cinq secondes au maximum) durant la chorégraphie (y compris une séparation à une distance maximale de deux longueurs de bras); ces arrêts ne peuvent pas être exécutés durant les séquences de pas prescrites. - Au début du programme, les patineurs ne doivent pas rester sur place (même s'ils exécutent de courts arrêts supplémentaires qui sont permis) 	<ul style="list-style-type: none"> - Les arrêts sont permis, d'une durée maximale de cinq secondes chacun. (S'il y a un trop grand nombre d'arrêts, le couple ne donnera pas l'impression de patiner.)

	<p>plus de dix secondes.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les arrêts sont interdits durant les séquences de pas prescrites. 	
Unisson, prises et séparations	<ul style="list-style-type: none"> - L'unisson est important. - Les séparations sont interdites sauf : <ul style="list-style-type: none"> • pour changer de prise (moins d'une mesure de musique); • pour exécuter une séquence de pas sur la ligne médiane, sans contact ou lors des arrêts permis; • au début ou à la fin, d'une durée égale ou inférieure à dix secondes. - Les prises de danse ne sont pas restreintes, sauf durant les séquences de pas prescrites. Le patinage par la main, les bras en extension complète, est permis seulement si cela rend le caractère du rythme choisi, mais il ne peut dans tous les cas être utilisé de façon excessive (et ne peut l'être dans la séquence de pas prescrite avec prise). 	<ul style="list-style-type: none"> - L'unisson est important de même que les changements de position et les prises de danse variées. - Les patineurs doivent privilégier les prises difficiles, par ex., la position face à face est plus difficile que la prise par la main. - Les séparations sont permises durant le programme, mais les partenaires ne doivent pas être à plus de deux bras de distance l'un de l'autre (durée maximale de cinq secondes). - Au début et à la fin, durée maximale de dix secondes (et aucune restriction quant à la distance entre les partenaires).
Éléments prescrits		

<p>Levées</p>	<p>Une courte levée – mais deux au plus (d'une durée maximale de six secondes) choisie parmi les levées en position stationnaire, en ligne droite, sur une courbe ou avec rotation.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seule la première levée exécutée sera désignée et servira à déterminer le niveau de difficulté. Les juges évalueront la seconde levée dans la note pour la chorégraphie. Toutefois, si le couple exécute une troisième levée, le jury technique considérera qu'il s'agit d'un élément supplémentaire. - Si la levée ne correspond pas au phrasé musical, les juges réduisent le PÉ qui doit forcément être négatif. - Si la levée ne correspond pas au caractère de la danse, les juges réduisent le PÉ d'un niveau. 	<p>Senior : Trois types de levées différentes* (dont une levée choisie parmi les levées d'une durée maximale de 12 secondes).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jusqu'à deux levées additionnelles d'une durée maximale de six secondes sans exigence quant au niveau (à condition qu'elle ne soit pas interdite) sont permises, mais seules les trois premières levées exécutées seront désignées et serviront à déterminer le niveau de difficulté. Les juges tiendront compte de la ou des levées additionnelles dans la note pour la chorégraphie. Toutefois, si le couple exécute une sixième levée, le jury technique considérera qu'il s'agit d'un élément supplémentaire. <p>Junior : Deux types de levées différentes (dont une levée choisie parmi les levées d'une durée maximale de 12 secondes).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Une levée additionnelle d'une durée maximale de six secondes sans exigence quant à son niveau (à condition qu'elle ne soit pas interdite) est permise, mais seules les deux premières levées exécutées seront désignées et serviront à déterminer le niveau de difficulté. Les juges tiendront compte de la levée additionnelle dans la note pour la chorégraphie. Toutefois, si le couple exécute une quatrième levée, le jury technique considérera qu'il s'agit d'un élément supplémentaire. <p>Courtes levées – d'une durée maximale de six secondes (stationnaire, en ligne droite, sur une courbe ou avec rotation).</p> <p>Longues levées – d'une durée maximale de douze secondes (en serpent, en rotation inverse, en combinaison).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Il est permis au partenaire levé de prendre une pose difficile et au partenaire porteur de prendre une position difficile dans une seule courte levée ou dans une partie d'une longue levée qui ne doit pas être répétée dans la seconde levée. Chaque pose ou position difficile qui est répétée sera désignée de « simple » et ne sera pas prise en considération dans l'attribution du niveau. <p>Exception : la levée avec rotation du niveau 4, option 2, où le couple peut exécuter la levée à une main dans les deux directions.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si la levée ne correspond pas au phrasé de la musique. Les juges devront réduire le PÉ et ce dernier sera forcément négatif.
----------------------	---	---

Pirouettes	<p>Remarque : la pirouette de danse n'est pas un élément prescrit en 2009-2010.</p> <p>Il est permis au couple de patiner un mouvement de pirouette dans n'importe quelle prise autour d'un axe commun sur un pied (ou les deux pieds) et dont le nombre de rotations est indéterminé. Le couple peut intégrer ce mouvement à sa chorégraphie. Le jury technique ne tient pas compte de ces mouvements et les juges ne considèrent pas ces mouvements comme les arrêts permis.</p>	<p>Une pirouette- choisie parmi les pirouettes ou les pirouettes combinées</p> <ul style="list-style-type: none">- Pour la pirouette simple, les deux partenaires doivent exécuter au moins trois rotations continues sur un pied.Pour la pirouette combinée, les deux partenaires doivent exécuter au moins trois rotations continues sur un pied, mais qu'ils peuvent faire suivre d'un changement de pied, effectué simultanément par les deux, et de trois autres rotations (au plus $\frac{1}{2}$ rotation durant le changement de pied; pas de changement du centre de la pirouette)- Une pirouette de danse additionnelle (pirouette ou pirouette combinée) est permise, mais seule la première pirouette combinée sera désignée et servira à déterminer le niveau de difficulté. Les juges tiendront compte de cette pirouette de danse additionnelle dans la note pour les jeux de pieds et mouvements de liaison. Le jury technique considérera une troisième pirouette de danse comme un élément supplémentaire.- Si la pirouette ne correspond pas au phrasé musical, les juges réduisent le PÉ qui est forcément négatif.
-------------------	--	---

<p>Séquences de pas</p>	<p>Deux séquences de pas différentes</p> <p>1. En diagonale avec prise (autant que possible, d'un coin à l'autre) ou circulaire (dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire) avec prise (sur la totalité de la largeur de la surface glacée, sur l'axe court de la patinoire).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elles doivent être patinés en prises de danse ou leur variantes (par ex., Fox-trot, valse, tango, Kilian), à l'exception de la prise soutenue par la main, les bras en extension complète. - Pour augmenter le niveau de difficulté, le couple doit prendre des prises de base variées, maintenues suffisamment longtemps afin qu'elles soient reconnaissables. - Les séparations pour changer de prise ne doivent pas dépasser une mesure de musique. <p>2. Séquence de pas sur la ligne médiane, sans contact et SANS séquences de voltes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le long de la ligne médiane, autant que possible sur toute la longueur de la patinoire. - Jeu de pied reflété ou assorti. Les deux partenaires peuvent croiser leurs tracés respectifs et passer du jeu de pied reflété au jeu de pied assorti, et vice versa. - Les partenaires ne doivent pas se toucher, mais ils doivent rester rapprochés le plus possible l'un de l'autre, en respectant une distance maximale de deux longueurs de bras. <p>Remarque pour les deux séquences de pas :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si la séquence de pas n'est pas en harmonie avec le motif musical dans la danse originale, les juges réduisent le PÉ et ce dernier est forcément négatif. - Si la séquence de pas ne reflète pas le caractère de la danse dans la DO, les juges doivent réduire le PÉ de 1 niveau. <p>- Il est interdit d'exécuter dans les séquences de pas des levées, des sauts de plus d'une demi-rotation, des arrêts, des pirouettes de danse, des pirouettes, des régressions du tracé et des boucles.</p>	<p>Deux séquences de pas différentes (AVEC PRISE)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Une séquence du groupe A et une séquence du groupe B <p>Groupe A : Séquence de pas en ligne droite</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sur la ligne médiane : sur l'axe long, longueur complète au centre de la surface glacée • En diagonale : autant que possible d'un coin au coin opposé <p>Groupe B : Séquence de pas sur une courbe (dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Circulaire : sur toute la largeur, sur l'axe court • En serpentif : la séquence débute dans une ou l'autre direction, sur l'axe long à une extrémité de la patinoire, trace deux ou trois grandes courbes et se termine sur l'axe long à l'extrémité opposée de la patinoire en utilisant toute la largeur de la patinoire. <p>Remarque pour les deux séquences de pas :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toutes les prises sont permises à l'exception de la prise par la main dans une position soutenue, les bras en extension complète. Pour augmenter le niveau de difficulté, le couple doit prendre des prises de base variées, maintenues suffisamment longtemps afin qu'elles soient reconnaissables. Les séparations en vue de changer de prise ne doivent pas dépasser une mesure de musique. Si la séquence de pas n'est pas en harmonie avec le motif musical dans la danse libre, les juges réduisent le PÉ et ce dernier est forcément négatif. - Les levées, les sauts d'au plus une demi-rotation, les arrêts, les pirouettes de danse, les pirouettes, les rétrogressions du tracé et les boucles sont interdits dans une ou l'autre séquence de pas.
--------------------------------	---	--

Remarque :	<p>- Si un élément interdit (par ex., un saut de plus d'une demi-rotation, un arrêt ou une régression du tracé) est exécuté, les juges doivent appliquer la déduction qui s'impose pour l'exécution d'un élément interdit.</p> <p>- Si un élément interdit est exécuté durant la séquence de pas (par ex., un saut de plus d'une demi-rotation, se coucher sur la glace, etc.) le jury technique annoncera « élément interdit » et n'attribuera « aucun niveau » à la séquence complète de pas.</p>	
Voltes synchronisées et voltes subséquentes	<p>Une série de voltes subséquentes</p> <p>- Deux voltes sur un pied par les deux partenaires exécutées simultanément, un pas au maximum permis entre les voltes.</p> <p>- Les arrêts sont interdits avant et entre les voltes.</p> <p>- La série de voltes subséquentes peut être exécutée à tout moment durant le programme (sauf durant la séquence de pas prescrite).</p>	<p>Une série de voltes synchronisées</p> <p>- Les deux voltes sur un pied exécutées simultanément par les deux partenaires ne doivent pas contenir plus de trois petits pas entre elles.</p> <p>- Les patineurs doivent se déplacer sur la glace durant les virages.</p> <p>- Les arrêts sont interdits avant la première ou la deuxième volte ou les deux.</p> <p>Les juges tiendront compte des séries additionnelles de voltes dans la note pour les jeux de pieds et mouvements de liaison.</p>
REMARQUE	<p>Une ou des séries additionnelles de voltes sont permises, mais seule la première série de voltes sera annoncée et servira à déterminer le niveau de difficulté. Les juges tiendront compte de la série additionnelle de voltes synchronisées dans la note pour les pas de liaison de la chorégraphie.</p>	

(6) REMARQUES CONCERNANT LA DANSE ORIGINALE ET LA DANSE LIBRE

- En danse libre, les pirouettes combinées et les levées sont permises, mais elles sont considérées comme des éléments distincts (c'est-à-dire comme une des levées permises et une pirouette de danse).
- La période d'échauffement pour la danse originale et la danse libre est de cinq minutes. Cinq couples sont autorisés sur la glace en même temps.
- Un programme dont la chorégraphie se déroule sur tous les côtés de la patinoire est préférable à un programme qui est orienté d'un seul côté (côté où sont assis les officiels).
- Les mouvements et poses interdits sont pénalisés comme suit – le jury technique applique une déduction de 0,2 point pour chaque élément interdit
 - Durant les levées
 - Lever la ou les mains plus haut que la tête*
 - Se coucher ou s'asseoir sur la tête du ou de la partenaire
 - S'asseoir ou se tenir debout sur l'épaule ou le dos du ou de la partenaire
 - Le partenaire levé est en position d'écart, tête à l'envers (l'angle entre les cuisses est de plus de 45 degrés)**
 - Le partenaire porteur fait virevolter le partenaire levé en le tenant par la ou les bottes de patin ou par les jambes seulement ou en le tenant par la ou les mains, les deux partenaires ayant les bras en extension complète.

***Remarque** : Les mouvements suivants ne sont pas interdits si :

- le point de contact de la main ou du bras du partenaire porteur avec n'importe quelle partie du corps du partenaire levé n'est pas maintenu plus haut que la tête du partenaire porteur;

- la main ou le bras de soutien utilisé pour le soutien ou pour l'équilibre seulement ou qui touche n'importe quelle partie du corps du partenaire levé n'est pas maintenu par le partenaire porteur plus haut que sa tête durant plus de 2 secondes.

****Remarque :** Un mouvement bref d'écart, la tête à l'envers, est permis s'il n'est établi ou utilisé que pour changer de pose.

- Les sauts de plus d'une rotation ou les sauts d'une rotation exécutés en même temps par les deux partenaires.
- Se coucher sur la glace.
- ~~S'agenouiller sur les deux genoux.~~
(Pour cette année : s'agenouiller ou glisser sur les deux genoux est considéré comme une chute qui sera pénalisé de la déduction appropriée par le jury technique.)

- Les écarts sur la glace sont permis pour la danse originale et la danse libre.
- Les levées qui dépassent la durée permise : déduction de 1,0 point par l'arbitre pour chaque levée.
- Le jury technique applique une déduction de 1,0 point pour l'exécution de chaque élément prescrit en nombre supérieur au nombre permis.

(7) REMARQUES CONCERNANT LA DANSE IMPOSÉE, LA DANSE ORIGINALE ET LA DANSE LIBRE

- Les femmes doivent porter une jupe et ne doivent pas donner l'impression d'une nudité excessive qui ne convient pas à une compétition sportive. Les hommes doivent porter un pantalon de pleine longueur; il leur est interdit de porter des collants et des hauts sans manches. Les ornements sur les costumes ne doivent pas être détachables et les accessoires sont interdits. Si un ornement ou une partie du costume ou d'un ornement de tête, par ex., des fleurs, un bandeau, des rubans, tombe sur la glace durant le patinage, l'arbitre applique une déduction de 0,1 point.
- Toutefois pour la danse originale de cette année, si cela convient à la musique choisie, la patineuse et le patineur sont autorisés à porter un pantalon de même qu'un haut dont les manches sont de n'importe quelle longueur. Les petits accessoires qui font partie du costume et qui rendent le caractère de la musique choisie sont permis (chapeau, bandeau, rubans, etc.). Les cannes, les parapluies ou les bouquets sont interdits. Les partenaires ne doivent pas lancer ou s'échanger un accessoire durant le programme. L'arbitre appliquera une déduction dans ce cas.
- **Chute** – la perte de la maîtrise par le patineur de sorte que la plus grande partie du poids de son corps est sur la glace et soutenue par une partie autre du corps que les patins, par ex., par la ou les mains, le ou les genoux, le dos, les fesses ou une partie du bras (chute d'un partenaire -1,0; chute des deux partenaires -2,0).
- **Rappel aux arbitres de danse sur glace :** La liste des rythmes/danses de la DO choisis par les couples juniors et seniors, de même que l'ordre dans lequel ces morceaux sont mis, peuvent être présentés à l'arbitre au moment de l'inscription, de même que le nom ou le thème du programme de danse libre.
- Pour des raisons de sécurité aux séances d'entraînement qui regroupent les danses imposées et les danses originales, les couples ne pourront pas commencer à exercer la danse originale avant la fin du dernier morceau de musique pour les danses imposées.

- On peut mettre une musique de fond douce durant les séances d'échauffement de cinq minutes pour la danse originale et la danse libre.
- En cas de nouveau départ en raison d'une interruption causée par une blessure, un problème médical, d'équipement ou autre, on accorde au couple une période maximale de trois minutes avant la poursuite du programme.
- Si un couple, qui est le premier du groupe à patiner, se blesse durant la période d'échauffement et que le temps dont il dispose avant sa performance n'est pas suffisant pour obtenir les soins médicaux nécessaires, l'arbitre peut accorder aux patineurs trois minutes de plus avant que leurs noms ne soient annoncés pour leur performance.