



TROUSSE TECHNIQUE DE PRÉPARATION DE 2009-2010 POUR LE PATINAGE EN SIMPLE

Table des matières

1. Exigences pour le programme court	page 1
2. Descriptions des éléments (programme court)	page 5
3. Tableau pour consultation rapide des éléments du programme court	page 10
4. Exigences concernant le programme libre bien équilibré	page 12
5. Descriptions des éléments (programme libre)	page 16
6. Tableau pour consultation rapide des éléments du programme libre	page 20
7. Remarques générales concernant les programmes court et libre	page 22

Consultez les communications 1557 et 1548 de l'UIP pour plus de détails.

(1) PATINAGE EN SIMPLE : Exigences pour le programme court de 2009-2010

FEMMES PRÉ-NOVICES : Un programme court d'une durée maximale de 2 minutes 30 secondes

- (a) Axel ou double Axel.
- (b) Un saut double ou triple* (le double Axel ne peut pas être répété).
- (c) Une combinaison de sauts composée de deux sauts double ou d'un saut double et d'un saut triple* (le double Axel peut pas être répété).
- (d) Pirouette dos cambré ou latérale qui contient. Cinq révolutions au minimum.
- (e) Pirouette combinée, un seul changement de pied et au moins deux positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Quatre révolutions au minimum sur chaque pied.
- (f) Séquence de pas en position arabesque.
- (g) Séquence de pas.

HOMMES PRÉ-NOVICES (Groupe B) : Un programme court d'une durée maximale de 2 minutes 30 secondes

- (a) Axel ou double Axel.
- (b) Un saut double ou triple* (le double Axel ne peut pas être répété).
- (c) Une combinaison de sauts composée de deux sauts doubles ou d'un saut double et d'un saut triple* (le double Axel peut être répété).
- (d) Pirouette arabesque, un seul changement de pied. Quatre révolutions au minimum sur chaque pied.

- (e) Pirouette combinée, un seul changement de pied et au moins deux positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Quatre révolutions au minimum sur chaque pied.
- (f) Deux séquences différentes de pas, de nature différente (en ligne droite, circulaire ou en serpentín).

* La combinaison de sauts peut être composée de deux sauts doubles identiques ou différents ou d'un saut double et d'un saut triple. Si un saut triple est exécuté dans la combinaison de sauts, un deuxième saut triple **ne peut pas** être exécuté comme saut individuel. Si un triple saut est exécuté comme saut individuel, un second triple saut **ne peut pas** être exécuté dans la combinaison de sauts. Les sauts combinés doivent être différents du saut individuel, à l'exception du double Axel qui peut être répété dans la combinaison de sauts.

Les groupes A et B du programme court chez les hommes pré-novices alternent chaque année. Il n'y a pas d'alternance des groupes pour le programme court pré-novice chez les femmes.

FEMMES NOVICES : Un programme court d'une durée maximale de 2 minutes 30 secondes

- (a) Axel ou double Axel.
- (b) Un saut double ou triple précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements comparables de style libre* ou des deux (le double Axel ne peut pas être répété).
- (c) Une combinaison de sauts composée de deux doubles sauts ou d'un saut double et d'un saut triple* (le double Axel ne peut pas être répété).
- (d) Pirouette dos cambré ou latérale. Six révolutions au minimum.
- (e) Pirouette combinée, un seul changement de pied et au moins deux positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Cinq révolutions au minimum sur chaque pied.
- (f) Séquence de pas en position arabesque.
- (g) Séquence de pas (en ligne droite, circulaire ou en serpentín).

HOMMES NOVICES : Un programme court d'une durée maximale de 2 minutes trente secondes

- (a) Axel or double Axel.
- (b) Un saut double ou triple précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements comparables de style libre* ou des deux (le double Axel ne peut pas être répété).
- (c) Une combinaison de sauts composée de deux sauts double ou d'un saut double et d'un saut triple* (le double Axel ne peut pas être répété).
- (d) Pirouette arabesque ou assise. Le changement de pied est facultatif. L'entrée ne doit pas être sautée. Six révolutions au minimum sur chaque

pied (ou cinq révolutions au minimum si la pirouette comprend un changement de pied).

- (e) Pirouette combinée, un seul changement de pied et au moins deux positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Cinq révolutions au minimum sur chaque pied.
- (f) Deux séquences différentes de pas, de nature différente (en ligne droite, circulaire ou en serpent).

* La combinaison de sauts peut être composée de deux sauts doubles identiques ou différents ou d'un saut double et d'un saut triple. Le double Axel ne peut pas être répété dans le saut individuel ou dans la combinaison de sauts. Les sauts combinés doivent être différents du saut individuel.

FEMMES JUNIORS (Groupe B) Un programme court d'une durée maximale de 2 minutes 50 secondes

- (a) Double Axel.
- (b) Un saut flip double ou triple précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements comparables de style libre ou des deux.
- (c) Une combinaison de sauts composée de deux sauts doubles ou d'un saut double et d'un saut triple ou de deux sauts triples*.
- (d) Pirouette sautée assise. Le pied de réception est facultatif. Huit révolutions au minimum.
- (e) Pirouette dos cambré ou latérale. Huit révolutions au minimum.
- (f) Pirouette combinée, un seul changement de pied et les trois positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Six révolutions au minimum sur chaque pied.
- (g) Séquence de pas en position arabesque.
- (h) Séquence de pas (en ligne droite, circulaire ou en serpent).

HOMMES JUNIORS (Groupe B) Un programme court d'une durée de 2 minutes 50 secondes

- (a) Double ou triple Axel.
- (b) Un saut flip double ou triple précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements comparables de style libre ou des deux.
- (c) Une combinaison de sauts composée d'un saut double et d'un saut triple ou de deux sauts triples*.
- (d) Pirouette sautée assise. Le pied de réception est facultatif. Huit révolutions au minimum.
- (e) Pirouette arabesque, un seul changement de pied. Six révolutions au minimum sur chaque pied.
- (f) Pirouette combinée, un seul changement de pied et les trois positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Six révolutions au minimum sur chaque pied.

- (g) Deux séquences de pas différentes, de nature différente (en ligne droite, circulaire ou en serpent).

* La combinaison de sauts peut être composée de deux sauts doubles identiques ou d'un autre saut double ou saut triple. Les sauts de la combinaison de sauts doivent être différents du saut individuel.

FEMMES SENIORS : Un programme court d'une durée de 2 minutes 50 secondes

- (a) Double Axel.
- (b) Un saut triple précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements de style libre comparables ou des deux.
- (c) Une combinaison de sauts composée d'un saut double et d'un saut triple ou de deux sauts triples*.
- (d) Pirouette sautée. Huit révolutions au minimum.
- (e) Pirouette dos cambré ou latérale. Huit révolutions au minimum.
- (f) Pirouette combinée, un seul changement de pied et les trois positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Six révolutions au minimum sur chaque pied.
- (g) Séquence de pas en position arabesque.
- (h) Séquence de pas (en ligne droite, circulaire ou en serpent).

HOMMES SENIORS : Un programme court d'une durée de 2 minutes 50 secondes

- (i) Double ou triple Axel.
- (ii) Un saut triple ou quadruple précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements comparables de style libre ou des deux.
- (iii) Une combinaison de sauts composée d'un saut double et d'un saut triple ou de deux sauts triples, ou d'un saut quadruple et d'un saut double ou triple.*
- (iv) Pirouette sautée. Huit révolutions au minimum.
- (v) Pirouette arabesque ou pirouette assise, un seul changement de pied. Six révolutions au minimum sur chaque pied.
- (vi) Pirouette combinée, un seul changement de pied et les trois positions de base (assise, arabesque, debout ou n'importe quelle variante). Six révolutions au minimum sur chaque pied.
- (vii) Deux séquences de pas de nature différente (en ligne droite, circulaire ou en serpent).

* La combinaison de sauts peut être composée de deux sauts doubles identiques ou d'un autre saut double, triple ou quadruple. Les sauts de la combinaison de sauts doivent être différents du saut individuel.

(2) Descriptions des éléments (programme court)

GÉNÉRALITÉS :

- On considère qu'un élément est omis seulement si son exécution débute après la durée maximale allouée pour le programme. L'arbitre doit informer les juges et le jury technique de l'élément ou des éléments qui ont été amorcés après la fin du temps réglementaire.
- L'arabesque, le grand aigle, la feuille tombante et autres mouvements de transition ajoutés au programme court en vue de mettre en valeur la chorégraphie ou les pas de liaison ne sont pas considérés comme des éléments additionnels.

SAUTS :

- Un saut exécuté sur la carre d'appel incorrecte (par ex. un « flutz ») sera désigné du nom du saut que le patineur avait l'intention d'exécuter et fera l'objet d'une déduction dans le PÉ. Dans le cas d'une faute grave de la carre d'appel (longue carre erronée, aucune carre correcte, etc.) le jury technique informe les juges de cette erreur et le PÉ est diminué de -2 à -3. Lorsqu'il n'est pas clairement évident que la carre d'appel est incorrecte, le jury technique informe les juges de cette erreur et le PÉ est réduit de -1 à -2 points, mais le PÉ ne doit pas nécessairement être négatif.
- **Novice à senior** : Le saut individuel doit être précédé immédiatement de pas de liaison ou d'autres mouvements comparables de style libre ou des deux. Un mouvement seul (grand aigle, arabesque, virage trois simple, etc.) n'est pas considéré comme un pas. Les pas d'entrée doivent être exécutés avec fluidité et intégrés au rythme d'entrée du saut pour qu'on leur attribue un PÉ supérieur.
- **Hommes seniors** : Ils ne peuvent pas répéter le triple Axel. Le programme court ne doit compter qu'un seul saut quadruple.
- **Femmes seniors** : Elles doivent exécuter un saut triple comme saut individuel.
- Un saut individuel ne peut pas être répété comme l'un ou l'autre des sauts en combinaison sauf pour le programme **pré-novice** où le patineur peut répéter le double Axel.

COMBINAISON DE SAUTS :

- **Pré-novice** : le double Axel **peut** être répété.
- **Les femmes et les hommes novices, les femmes juniors et seniors** ne peuvent pas répéter le double Axel.
- Les patineurs pré-novices peuvent inclure un seul saut triple dans le programme.
- **Les hommes juniors et seniors** ne peuvent répéter ni le double ni le triple Axel.
- **Les hommes seniors** sont autorisés à exécuter un seul saut quadruple dans leur programme.
- Si le même saut est exécuté, et comme saut individuel et comme un des sauts de la combinaison de sauts, le dernier élément de ces éléments de saut exécuté ne sera pas compté, mais il bloquera une case de saut (si cet élément est une combinaison de sauts, l'ensemble de la combinaison de sauts ne sera pas compté).

PIROUETTES :

- Une pirouette qui compte moins de trois révolutions est considérée comme un mouvement de patinage et non comme une pirouette. Une pirouette essayée qui fait moins de trois révolutions sera désignée du nom de la pirouette prévue, mais « sans niveau ».
- Le nombre minimum de révolutions dans une position de base est de deux révolutions ininterrompues. Si cette exigence n'est pas satisfaite, la position n'est pas comptée. La position debout à la fin de la pirouette (position finale de rotation) n'est pas considérée comme une autre position si elle ne contient pas plus de trois révolutions (deux révolutions pour les pirouettes combinées) et ces révolutions ne sont pas comptées dans le nombre prescrit de révolutions.

PIROUETTE SAUTÉE :

- La pirouette sautée arabesque et la pirouette sautée assise doivent être accompagnées d'un saut et non d'un « pas », à défaut de quoi elles seront désignées du niveau 1 au maximum. On tiendra compte du pas exécuté dans le PÉ.
- Toutes les variations de la position de pirouette sont permises, pourvu qu'elles correspondent à la définition d'une pirouette.
- **Senior :** Tout type de pirouette sautée est permis. La position de réception peut être différente de la position de la trajectoire dans les airs.
- **Junior :** La position sautée assise doit être prise dans les airs. La position de réception doit être la même que la position de trajectoire dans les airs, mais il est permis de changer de pied à la réception.

PIROUETTE COMBINÉE :

- La pirouette combinée ne doit pas commencer par un saut.
- **Pré-novice et novice :** La pirouette combinée doit contenir au moins deux positions de base, mais un seul changement de pied. Toutes les variantes de la position sont permises.
 - On ne peut pas accorder un niveau supérieur à 1 à une pirouette qui ne contient pas au moins deux positions de base. Les patineurs doivent exécuter les trois positions de base pour que la pirouette soit désignée de niveau 4.
- **Junior et senior :** La pirouette combinée doit contenir les trois positions de base (arabesque, assise et debout), mais un seul changement de pied. Toutes les variations des positions sont permises.
 - On ne peut pas accorder un niveau supérieur à 1 à une pirouette qui ne contient pas les trois positions de base.
- Le nombre minimal de révolutions dans chaque position est de deux révolutions ininterrompues, faute de quoi la position n'est pas comptée.
- Dans toutes les catégories, si la pirouette ne contient pas de changement de pied ou si elle contient un deuxième changement de pied, aucun niveau ne sera désigné et aucune valeur ne sera attribuée à la pirouette.

- Le changement de pied peut être fait sous la forme d'un saut, d'un pas de côté ou d'une direction inversée. Dans le programme court, un changement de pied ne peut être exécuté sous forme de « pointe arabe » qui est autrement permise dans le programme libre. Si ce type de changement de pied est exécuté dans le programme court, les juges devront réduire le PÉ, étant donné qu'il s'agit d'une erreur (toucher la glace du pied libre).
- Une pirouette combinée au cours de laquelle les positions sont conservées moins de deux révolutions complètes ne recevra « aucun niveau » ni de valeur.
- Pour que le changement de pied soit compté dans une pirouette, il doit être précédé et suivi d'au moins trois (3) révolutions.
- La direction inversée ne peut être utilisée que comme changement de pied. Les juges n'en tiendront pas compte si elle est exécutée à la fin de la pirouette, après le changement de pied.

PIROUETTE DANS UNE POSITION AVEC UN CHANGEMENT DE PIED :

- Le changement de pied peut être fait sous la forme d'un saut, d'un pas de côté ou d'une direction inversée. Dans le programme court, un changement de pied ne peut être exécuté sous forme de « pointe arabe » qui est autrement permise dans le programme libre. Si ce type de changement de pied est exécuté dans le programme court, les juges devront réduire le PÉ, étant donné qu'il s'agit d'une erreur (toucher la glace du pied libre).
- La pirouette ne peut pas commencer par un saut.
- Seules les révolutions dans la position prescrite sont comptées.
- Toutes les variations de la position de la pirouette sont permises.
- Pour que le changement de pied soit compté dans une pirouette, il doit être précédé et suivi d'au moins trois (3) révolutions. Si le patineur change de position, la pirouette sera considérée comme une pirouette combinée.
- **Hommes novices** : le changement de pied est facultatif pour la pirouette arabesque ou assise dans une position.
- La direction inversée ne peut être utilisée que comme changement de pied. Les juges n'en tiendront pas compte si elle est exécutée à la fin de la pirouette, après le changement de pied.

PIROUETTE DOS CAMBRÉ OU LATÉRALE :

- Toutes les positions et variations sont permises, pourvu que la position dos cambré ou latérale soit conservée durant cinq révolutions pour le programme pré-novice, durant six révolutions pour le programme novice et durant huit révolutions pour les programmes junior et senior, sans que le patineur se redresse en position debout.
- La position de pirouette Biellmann ne peut être prise et considérée comme un trait saillant qui permet d'augmenter le niveau que si le patineur a exécuté avec succès les cinq, six ou huit révolutions prescrites dans la position dos cambré (arrière ou latérale), comme précisé ci-dessus.

SÉQUENCES DE PAS EN POSITION ARABESQUE :

- Les arabesques exécutées dans la séquence de pas en position arabesque doivent être maintenues sans être accompagnées d'un coup de pied. Les patineurs doivent prendre au moins trois positions arabesques d'une durée d'au moins trois secondes et effectuer au moins un changement de pied
- Pour être comptée, la position arabesque doit être maintenue, la jambe libre élevée au-dessus du niveau de la hanche, au moins trois secondes.
- Le tracé de la séquence de pas en position arabesque peut se déployer sur n'importe quelle combinaison de courbes. Seules les arabesques exécutées sur des courbes seront comptées. On ne tiendra pas compte d'une arabesque exécutée en ligne droite dans l'attribution des niveaux, mais elle comptera parmi les trois essais d'arabesque.
- On ne tiendra compte que des trois premiers essais de positions arabesques pour l'attribution des niveaux. On ne tiendra compte que des trois premières positions arabesques pour l'attribution du PÉ.
- Au moins une des positions arabesque doit être maintenue pendant trois secondes sans aucun appui de la main ou du bras. Si cette exigence n'est pas satisfaite, la séquence sera désignée de niveau 1, peu importe les traits saillants qu'elle contient (mais le PÉ n'est pas restreint).
- Une séquence de pas en position arabesque au cours de laquelle toutes les positions arabesques sont maintenues moins de trois secondes ou une seule arabesque est maintenue durant trois seconde ne recevra « aucun niveau » ni aucune valeur. Une séquence de pas en position arabesque au cours de laquelle seulement deux positions sont maintenues au moins trois secondes et que le changement de pied prescrit est exécuté (le changement de pied exige que le patineur ait accompli une arabesque de trois secondes avant et après le changement de pied) sera désignée de niveau 1 au plus. La séquence de pas en position arabesque sans changement de pied est désignée « aucun niveau » et ne reçoit donc pas de valeur.
- La position arabesque sans soutien, la jambe libre de côté ou en avant, n'est plus un trait saillant de niveau en soi. Les patineurs peuvent prendre cette position dans un certain nombre de positions exécutées mais elle n'est considérée comme un trait saillant de niveau seulement s'il s'agit d'une variation difficile de la position (elle affecte le tronc et l'équilibre).

SÉQUENCES DE PAS :

- Les séquences de pas peuvent contenir des petits mouvements de saut (d'au plus une demi-révolution). De courts arrêts en accord avec la musique et les rétrogressions de la carre sont permis.
- Le jeu de pieds en serpentif doit former au moins deux grandes courbes et se déployer d'une extrémité à l'autre de surface glacée.
- Le jeu de pieds en ligne droite doit se déployer de n'importe quel point de la bande courte à une extrémité de la patinoire à n'importe quel point à l'autre extrémité de la patinoire, dans le sens de la longueur, et conserver approximativement la forme d'une ligne droite.

- Le jeu de pieds circulaire peut être exécuté sur un tracé ovale ou circulaire, mais il doit couvrir toute la largeur de la patinoire.
- On considère que la séquence de pas est terminée quand le patineur a franchi la surface glacée, d'une extrémité à l'autre, d'une bande à l'autre ou qu'il a bouclé le cercle.

(3) TABLEAU POUR CONSULTATION RAPIDE DES ÉLÉMENTS DU PROGRAMME COURT

	Pré-novice	Novice	Junior	Senior
Durée	max. 2 min 30 s	max. 2 min 30 s	max. 2 min 50 s	max. 2 m 50 s
Axel	Simple ou double	Simple ou double	Femmes : double Hommes : double ou triple (le triple Axel ne peut être répété)	Femmes : double Hommes : double ou triple (le triple Axel ne peut être répété)
Saut individuel	Un saut double ou triple (le double Axel ne peut pas être répété) Si le saut individuel est un saut triple, la combinaison de sauts ne peut pas contenir un triple	Un saut double ou triple – des pas d’entrée sont exigés (le double Axel ne peut pas être répété)	Flip double ou triple - des pas d’entrée sont exigés	Femmes : triple au choix Hommes : triple ou quadruple au choix – des pas d’entrée sont exigés (ne peut répéter le saut quadruple dans la combinaison de sauts)
Combinaison de sauts	Double/double Double/triple Triple/double (peut répéter le double Axel) Si la combinaison de sauts contient un triple, le saut individuel ne peut être un saut triple. Si le même saut est exécuté en saut individuel et dans la combinaison de sauts, le dernier de ces éléments de saut exécuté ne sera pas compté, mais il bloquera une case de sauts.	Double/double Double/triple Triple/double (NE peut PAS répéter un double Axel) Si le même saut est exécuté en saut individuel et dans la combinaison de sauts, le dernier de ces éléments de saut exécuté ne sera pas compté, mais il bloquera une case de sauts.	Femmes : Double/double Triple/double Double/triple Triple/triple Hommes : Double/triple Triple/double Triple/triple (les sauts doivent être différents des sauts individuels)	Femmes : Triple/double Double/triple Triple/triple Hommes : Combinaison au choix avec un double et un triple Triple/triple Quadruple/double Quadruple/triple (ne peut répéter le saut quadruple comme saut individuel) (les sauts doivent être différents des sauts individuels)

Pirouette sautée	Sans objet	Sans objet	Sautée assise (min 8 rév.) Pied de réception facultatif	Au choix (min 8 rév.)
Pirouette combinée	<ul style="list-style-type: none"> • Un seul changement de pied • Au moins deux positions de base (min 4+4 rév.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Un seul changement de pied • Au moins deux positions de base (min 5+5 rév.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Un seul changement de pied • Les trois positions de base. (min 6+6 rév.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Un seul changement de pied • Les trois positions de base. (min 6+6 rév.)
Autre pirouette	<p>Femmes : dos cambré ou latérale (min 5 rév.)</p> <p>Hommes : Arabesque, un seul changement de pied, sans entrée sautée (min 4 + 4 rév.)</p>	<p>Femmes : dos cambré ou latérale (min 6 rév.)</p> <p>Hommes : Arabesque ou assise, un changement de pied optionnel, sans entrée sautée (min 6 rév. ou 5 + révolutions)</p>	<p>Femmes : dos cambré ou latérale (min 8 rév.)</p> <p>Hommes : Arabesque, un seul changement de pied (min 6+6 rév.)</p>	<p>Femmes : dos cambré ou latérale (min 8 rév.)</p> <p>Hommes : arabesque ou assise, un seul changement de pied (min 6+6 rév.)</p>
Séquence de pas	<p>Femmes : Séquence de pas en position arabesque (au moins trois positions arabesques et un changement de pied)</p> <p>Hommes : Séquence de pas (tracé au choix)</p>	<p>Femmes : Séquence de pas en position arabesque (au moins trois positions arabesques et un changement de pied)</p> <p>Hommes : Séquence de pas (tracé au choix)</p>	<p>Femmes : Séquence de pas en position arabesque (au moins trois positions arabesques et un changement de pied)</p> <p>Hommes : Séquence de pas (tracé au choix)</p>	<p>Femmes : Séquence de pas en position arabesque (au moins trois positions arabesques et un changement de pied)</p> <p>Hommes : Séquence de pas (tracé au choix)</p>
Séquence de pas	Séquence de pas (Hommes : d'une nature différente)	Séquence de pas (Hommes : d'une nature différente)	Séquence de pas (Hommes : d'une nature différente)	Séquence de pas (Hommes : d'une nature différente)

(4) EXIGENCES POUR UN PROGRAMME LIBRE BIEN ÉQUILIBRÉ

FEMMES ET HOMMES PRÉ-JUVÉNILES : 2 minutes 30 secondes, ± 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois séquences ou combinaisons de sauts au maximum; les combinaisons de sauts ne peuvent pas contenir plus de deux sauts.
 - Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et, s'il est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
- Trois pirouettes au maximum. Toutes les pirouettes ne peuvent être désignées plus haut que le niveau 1.
 - Une des pirouettes doit être combinée et contenir au moins un changement de pied
 - Une des pirouettes doit être sautée.
 - Une pirouette peut être de n'importe quelle nature.
- Une séquence de pas ou une séquence de pas en position arabesque au maximum. Toutes les séquences de pas et les séquences de pas en position arabesque ne peuvent être désignées plus haut que le niveau 1.

FEMMES ET HOMMES JUVÉNILES : 2 minutes 30 secondes, ± 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; les combinaisons de sauts ne peuvent pas contenir plus de deux sauts.
 - Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et, s'il est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
- Trois pirouettes au maximum. Toutes les pirouettes ne peuvent être désignées plus haut que le niveau 1
 - Une des pirouettes doit être combinée et contenir au moins un changement de pied.
 - Une des pirouettes doit être sautée dans une position, sans changement de pied.
 - Une des pirouettes peut être de n'importe quelle nature.
- Une séquence de pas ou une séquence de pas en position arabesque au maximum. Toutes les séquences de pas et les séquences de pas en position arabesque ne peuvent être désignées plus haut que le niveau 1.

FEMMES PRÉ-NOVICES : 3 minutes, ± 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; les combinaisons de sauts ne peuvent contenir plus de deux sauts.
 - Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et, s'il est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.

- Trois pirouettes au maximum.
 - Une des pirouettes doit être combinée et contenir au moins un changement de pied.
 - Une des pirouettes doit être sautée dans une position, sans changement de pied.
 - Une pirouette peut être de n'importe quelle nature.
- Une séquence de pas ou une séquence de pas en position arabesque au maximum.

HOMMES PRÉ-NOVICES : 3 minutes, \pm 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; les combinaisons de sauts ne peuvent pas contenir plus de deux sauts.
 - Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et, s'il est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
- Trois pirouettes au maximum.
 - Une des pirouettes doit être combinée et contenir au moins un changement de pied.
 - Une des pirouettes doit être sautée dans une position sans changement de pied.
 - Une pirouette peut être de n'importe quelle nature.
- Une séquence de pas au maximum.

FEMMES NOVICES : 3 minutes, \pm 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; les combinaisons de sauts ne peuvent pas contenir plus de deux sauts.
 - Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et, s'il est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
- Trois pirouettes au maximum.
 - Une des pirouettes doit être combinée et contenir au moins un changement de pied.
 - Une des pirouettes doit être sautée dans une position sans changement de pied.
 - Une pirouette peut être de n'importe quelle nature.
- Une séquence de pas ou une séquence de pas en position arabesque au maximum.

HOMMES NOVICES : 3 minutes 30 secondes, \pm 10 secondes.

- Huit éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; les combinaisons de sauts ne peuvent pas contenir plus de deux sauts.
 - Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et, s'il est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
- Trois pirouettes au maximum.

- Une des pirouettes doit être combinée et contenir au moins un changement de pied.
- Une des pirouettes doit être sautée dans une position, sans changement de pied.
- Une pirouette peut être de n'importe quelle nature.
- Une séquence de pas au maximum.

FEMMES JUNIORS : 3 minutes 30 secondes, ± 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; une des combinaisons peut contenir trois sauts.
 - Aucun saut triple ou quadruple ne peut être exécuté plus de deux fois et, si un saut triple ou quadruple est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
 - Deux sauts triples ou quadruples au maximum peuvent être répétés.
- Trois pirouettes au maximum.
 - Une pirouette doit être combinée. Dix révolutions totales au minimum.
 - Une des pirouettes doit être sautée. Six révolutions au minimum.
 - Une pirouette doit être dans une position (le changement de pied est facultatif). Six révolutions au minimum.
- Une séquence de pas au maximum.

HOMMES JUNIORS : 4 minutes, ± 10 secondes.

- Huit éléments de sauts au maximum
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; une des combinaisons peut contenir trois sauts.
 - Aucun saut triple ou quadruple ne peut être exécuté plus de deux fois et, si un saut triple ou quadruple est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
 - Deux sauts triples ou quadruples au maximum peuvent être répétés.
 - Trois double Axel au maximum.
- Trois pirouettes au maximum.
 - Une pirouette doit être combinée. Dix révolutions totales au minimum.
 - Une des pirouettes doit être sautée. Six révolutions au minimum.
 - Une pirouette doit être dans une position (le changement de pied est facultatif). Six révolutions au minimum.
- Une séquence de pas au maximum.

FEMMES SENIORS : 4 minutes, \pm 10 secondes.

- Sept éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; une des combinaisons peut contenir trois sauts.
 - Aucun saut triple ou quadruple ne peut être exécuté plus de deux fois et, si un saut triple ou quadruple est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
 - Deux sauts triples ou quadruples au maximum peuvent être répétés.
 - Trois double Axel au maximum.
- Trois pirouettes au maximum.
 - Une des pirouettes doit être combinée. Dix révolutions totales au minimum.
 - Une des pirouettes doit être sautée. Six révolutions au minimum.
 - Une pirouette doit être dans une position (le changement de pied est facultatif). Six révolutions au minimum.
- Une séquence de pas au maximum.
- Une séquence de pas en position arabesque au maximum.

HOMMES SENIORS : 4 minutes 30 secondes, \pm 10 secondes.

- Huit éléments de sauts au maximum.
 - Un des sauts doit avoir un appel de type Axel.
 - Trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum; une des combinaisons peut contenir trois sauts.
 - Aucun saut triple ou quadruple ne peut être exécuté plus de deux fois et, si un saut triple ou quadruple est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
 - Deux sauts triples ou quadruples au maximum peuvent être répétés.
 - Trois double Axel au maximum.
- Trois pirouettes au maximum.
 - Une des pirouettes doit être combinée. Dix révolutions totales au minimum.
 - Une des pirouettes doit être sautée. Six révolutions au minimum.
 - Une pirouette doit être dans une position (le changement de pied est facultatif). Six révolutions au minimum.
- Deux séquences de pas de nature différente au maximum.

(5) DESCRIPTION DES ÉLÉMENTS (PROGRAMME LIBRE)

GÉNÉRALITÉS :

- Les éléments additionnels ou en nombre supérieur au nombre prescrit ne seront pas comptés dans les résultats du patineur. On ne tiendra compte que du premier essai (ou nombre d'essais permis) d'un élément.
- On considère qu'un élément est omis seulement si son exécution débute après la durée maximale allouée au programme (plus 10 secondes). L'arbitre doit informer les juges et le jury technique des éléments qui ont été amorcés après la fin du temps réglementaire.

SAUTS :

- Un saut exécuté sur la carre d'appel incorrecte (par ex. un « flutz ») sera désigné du nom du saut que le patineur avait l'intention d'exécuter et fera l'objet d'une déduction dans le PÉ. Dans le cas d'une faute grave de la carre d'appel (longue carre erronée, aucune carre correcte, etc.) le jury technique informe les juges de cette erreur et le PÉ est diminué de -2 à -3. Lorsqu'il n'est pas clairement évident que la carre d'appel est incorrecte, le jury technique informe les juges de cette erreur et le PÉ est réduit de -1 à -2 points, sans nécessairement être négatif.
- Un « élément saut » est un saut individuel, une combinaison de sauts ou une séquence de sauts.
- **Combinaison de sauts :**
 - Une combinaison de sauts peut contenir le même saut ou un autre saut simple, double, triple ou quadruple.
 - Le programme libre peut contenir trois combinaisons ou séquences de sauts au maximum.
 - Une des combinaisons de sauts peut contenir au maximum trois sauts.
 - Pré-juvénile à novice – Les combinaisons de trois sauts ne sont pas permises.
 - Junior et senior – Une combinaison de sauts peut contenir jusqu'à trois sauts tandis que les deux autres combinaisons de sauts doivent se limiter à deux sauts.
 - Si les sauts sont liés par un saut non inscrit (par exemple, une demi-boucle), l'élément est désigné de séquence de sauts. Si le premier saut d'une combinaison qui contient deux sauts est raté et devient un saut « non inscrit », l'élément est néanmoins considéré comme une combinaison de sauts, dans la mesure où l'élément satisfait à la définition de saut.
 - Dans une combinaison de sauts, le pied de réception du premier saut est le pied d'appel du second saut. La même règle s'applique au troisième saut. L'élément demeure une combinaison de sauts (avec erreur) même lorsqu'il y a deux virages trois entre les sauts avec un léger toucher du pied (sans transfert du poids).

- **Séquences de sauts :**
 - Une séquence de sauts peut contenir un nombre indéterminé de sauts d'un nombre indéterminé de révolutions qui peuvent être liés par des sauts non inscrits ou des bonds ou les deux qui se suivent immédiatement les uns à la suite des autres, le rythme des sauts étant maintenu (le genou); la séquence ne peut contenir des virages, des pas*, des croisés ou des poussées-élans.
 - * Virages : virage trois, voltes, accolades, boucles, contre-trois et contre-accolades.
 - * Pas : pas courus, pas piqués, chassés, mohawks, choctaws, courbes avec changement de carre et roulés croisés.
 - Les bonds et les sauts qui ne sont pas inscrits sur la liste sont permis dans la séquence.
 - Dès que la séquence de sauts cesse de respecter les exigences susmentionnées, le reste de la séquence ne compte pas et l'élément est désigné du « nom du ou des premiers sauts plus séquence ». Dans ce cas, le PÉ est appliqué à l'ensemble de l'élément. Pour le programme libre, les juges évaluent ce qu'ils voient, peu importe la désignation qui a été faite de l'élément.
 - Si un saut de type Axel suit immédiatement un autre saut (sans pas, virages, bonds, mazurkas et sauts non inscrits sur la liste), ***on considère qu'il s'agit d'une séquence de sauts*** qui est donc désignée comme un élément de saut.
- **Répétitions de sauts :**
 - **Junior et senior :** De tous les sauts triples et quadruples, seulement deux sauts peuvent être répétés et les répétitions doivent être exécutées dans une séquence ou une combinaison de sauts. Les sauts triples et quadruples du même nom sont considérés comme des sauts différents. Un saut triple ou quadruple répété, qui ne fait pas partie d'une combinaison ou d'une séquence de sauts, sera considéré comme une séquence de sauts qui n'a pas été réussie et il sera compté comme une séquence de sauts qui ne contient qu'un seul saut. Si le patineur a déjà exécuté trois combinaisons ou séquences de sauts, le saut individuel répété sera considéré comme un élément additionnel et ne sera donc pas noté (mais cet élément bloquera une case de saut s'il en reste). Un double Axel ne peut pas être inclus plus de trois fois (comme saut individuel ou dans une combinaison ou séquence). Pour les patineurs juniors et seniors, il n'est pas nécessaire que le double Axel répété soit exécuté dans une combinaison ou une séquence de sauts.
 - **Junior et senior :** Il est interdit d'essayer un saut triple ou quadruple plus de deux fois.
 - **Pré-juvénile à novice :** Les sauts du même nom qui contiennent un nombre différent de rotations sont considérés comme des sauts différents. Un saut répété qui ne fait pas partie d'une combinaison ou d'une séquence de sauts sera considéré comme une séquence de sauts qui n'a pas été

réussie et sera compté comme une séquence de sauts qui ne contient qu'un seul saut. Si le patineur a déjà exécuté trois combinaisons ou séquences de sauts, le saut individuel répété sera considéré comme un élément additionnel et ne sera donc pas noté (mais cet élément bloquera une case de saut s'il en reste).

- Si le patineur essaie une combinaison de trois sauts, la combinaison ne recevra pas de valeur, mais occupera une case d'élément de saut.
- Il est interdit d'essayer un saut plus de deux fois.

PIROUETTES :

- **Junior et senior :** Les pirouettes doivent contenir le nombre minimal de révolutions prescrit : soit six pour la pirouette sautée et la pirouette dans une seule position, et dix pour la pirouette combinée, faute de quoi les juges doivent en tenir compte dans leurs notes. Le nombre minimum de révolutions exigé doit être compté à partir de l'entrée de la pirouette jusqu'à sa sortie. Dans une pirouette combinée, le changement de pied est facultatif et le nombre de positions différentes est au choix du patineur.
- **Le nombre de révolutions dans une pirouette n'est pas restreint. Toutefois, une pirouette qui contient moins de trois rotations est considérée comme un mouvement de patinage et non comme une pirouette.** Toutes les pirouettes doivent être de caractère différent (elles doivent avoir une abréviation et un code différents). La pirouette qui a la même abréviation que la pirouette précédente qui a été exécutée ne sera pas valide, mais bloquera une case de pirouette.

Exemple : (hommes novices)

- 1) CCoSp2
- 2) FCSp3
- 3) CCoSp4**

Étant donné que la première et la troisième pirouettes ont la même abréviation (code), la troisième pirouette est invalidée par l'ordinateur et ne reçoit pas de points.

Exemple 2 : (hommes novices)

- 1) CCoSp2
- 2) FCSp3
- 3) FCCoSp3

Dans cet exemple, les abréviations (les codes) des trois pirouettes sont différentes. Les trois pirouettes sont donc valides et des points leur sont attribués.

- **Pré-juvénile à novice :** La pirouette combinée doit contenir au moins un changement de pied et deux positions de base différentes (assise, arabesque, debout ou leurs variantes).
- **Juvénile à novice :** La pirouette sautée contient une position, mais aucun changement de pied.
- Le nombre minimum de rotations prescrit dans une position de base est de deux sans interruption. Si le patineur ne satisfait pas aux exigences, la position n'est pas comptée.
- Une pirouette combinée qui contient moins de deux rotations dans chaque position de base est considérée comme non conforme aux exigences et ne reçoit pas de valeur.

- Si le patineur fait une chute lors de l'entrée de la pirouette, il lui est permis d'exécuter une pirouette immédiatement après la chute (pour combler les temps de musique) sans que cette pirouette soit comptée comme un élément.

SÉQUENCES DE PAS EN POSITION ARABESQUE (FEMMES)

- Le tracé peut contenir différentes courbes (exécutées sur les carres).
- Les patineurs doivent prendre au moins deux positions arabesques. Les poussées en vue d'accélérer sont permises. Les pas de liaison (y compris le grand aigle et les mouvements sur deux pieds, une jambe en extension et l'autre fléchie, ou l'Ina Bauer), les virages et les petits sauts sont permis en tout temps durant la séquence. À l'exception de ces petites poussées, pas, virages et petits sauts, le patineur doit être principalement en position arabesque, c'est-à-dire la jambe libre (ainsi que le genou et le pied) élevée au-dessus du niveau de la hanche, et rester dans chaque position durant au moins trois secondes. Pour qu'on puisse accorder un niveau supérieur à la séquence, le patineur doit maintenir au moins une des positions arabesques durant trois secondes, sans soutien de la main ou du bras. Si toutes les positions sont exécutées avec un soutien de la main ou du bras, le niveau ne peut être supérieur au niveau 1 (mais le PÉ n'est pas restreint). Toutes les variations de la position sont permises, y compris tenir le genou ou la lame du patin, la position de la jambe libre étant au choix du patineur.
- Au moins une arabesque sans soutien de la main ou du bras est exigée. Une séquence de pas en position arabesque au cours de laquelle toutes les positions sont maintenues moins de trois secondes ne recevra pas de niveau et, par conséquent, pas de valeur. On attribuera le niveau 1 à une séquence de pas en position arabesque au cours de laquelle le patineur ne prend qu'une seule position (qu'il conserve au moins trois secondes). On ne tiendra compte que des seules trois premières positions essayées pour les traits saillants du niveau.

SÉQUENCES DE PAS

- Les concurrents sont libres de choisir les types de séquences de pas qu'ils désirent exécuter. Ils peuvent également effectuer des sauts dans la séquence de pas. Les séquences de pas sont exécutées en accord avec la musique et doivent se déployer sur la totalité de la surface glacée. Les séquences de pas trop courtes et à peine distinctes ne sont pas conformes aux exigences de la séquence de pas. Les patineurs doivent équilibrer la distribution des virages et des pas du début à la fin de la séquence.
- Pour les hommes seniors, les deux séquences de pas doivent être de nature différente (en ligne droite, circulaire ou en serpent).

MOUVEMENTS DE TRANSITION

- Le programme devrait contenir des mouvements de transition qui sont évalués dans la note pour les « transitions ».

	Pré-juvénile	Juvénile	Pré-novice	Femmes novices	Hommes novices
Durée	2 min +/- 10 s ou 2 min 30 s +/- 10 s (déterminé par la section)	2 min 30 s +/- 10 s	3 min +/- 10 s	3 min +/- 10 s	3 min 30 s +/- 10 s
Éléments de saut	Sept éléments de saut	Sept éléments de saut	Sept éléments de saut	Sept éléments de saut	Huit éléments de saut
Restrictions pour les sauts	<p>* Le programme doit contenir au moins un saut de type Axel. * Les patineurs ne peuvent pas exécuter plus de deux fois le même saut. <i>(Remarque : les sauts doubles et triples de même nature, par ex., 2T et 3T, sont considérés comme des sauts différents.)</i> * Tout saut répété doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts. * Le programme ne peut contenir plus de trois combinaisons ou séquences de sauts. Une combinaison de sauts peut contenir deux sauts au maximum.</p>				
Éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette
Restrictions pour les pirouettes	<p>* Le programme doit contenir au moins une pirouette combinée (au moins un changement de pied et deux positions de base). * Pré-juvénile : Le programme doit contenir au moins une pirouette sautée. * Juvénile, pré-novice et novice : Le programme doit contenir une pirouette sautée dans une position, sans changement de pied. La troisième pirouette peut être de n'importe quelle nature. * Toutes les pirouettes doivent être différentes (abréviations et codes différents)</p>				
Séquences de pas et séquences de pas en position arabesque	Une séquence de pas ou une <u>séquence de pas en position arabesque</u>	Une séquence de pas ou une <u>séquence de pas en position arabesque</u>	Une séquence de pas (ou une séquence de pas en position arabesque - femmes)	Une séquence de pas ou une <u>séquence de pas en position arabesque</u>	Une séquence de pas

	Femmes juniors	Hommes juniors	Femmes seniors	Hommes seniors
Durée	3 min 30 s +/- 10 s	4 min +/- 10 s	4 min +/- 10 s	4 min 30 s +/- 10 s
Éléments de saut	Sept éléments de saut	Huit éléments de saut	Sept éléments de saut	Huit éléments de saut
Restrictions pour les sauts	<p>* Le programme doit contenir au moins un saut de type Axel.</p> <p>* Les patineurs ne peuvent pas exécuter plus de deux fois un saut triple ou quadruple et ne peuvent pas répéter plus de deux sauts triples ou quadruples dans le programme. <i>(Remarque : les sauts triples ou quadruples de même nature, par ex., 3T et 4T sont considérés comme des sauts différents)</i></p> <p>* Tout saut triple ou quadruple répété doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts. Les sauts simples et doubles peuvent être répétés sans obligatoirement faire partie d'une combinaison.</p> <p>* Trois double Axel au maximum.</p> <p>* Le programme ne peut contenir plus de trois combinaisons ou séquences de sauts. Une des combinaisons de sauts peut contenir trois sauts au maximum.</p>			
Éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette	Trois éléments de pirouette
Restrictions pour les pirouettes	<p>* Le programme doit contenir au moins une pirouette combinée (au moins un changement de position et au moins 10 révolutions – le changement de pied est facultatif).</p> <p>* Le programme doit contenir au moins une pirouette sautée de six révolutions.</p> <p>* La troisième pirouette ne doit contenir qu'une seule position (changement de pied facultatif) et au moins six révolutions.</p> <p>* Toutes les pirouettes doivent être différentes (abréviations et codes différents)</p>			
Séquences de pas	Une séquence de pas	Une séquence de pas	Une séquence de pas Une séquence de pas en position arabesque	Deux séquences de pas de nature différente

(7) REMARQUES GÉNÉRALES CONCERNANT LES PROGRAMMES COURT ET LIBRE

- Il faut chronométrer le programme court et le programme libre à partir du moment où le patineur commence à bouger ou à patiner jusqu'à ce qu'il arrête complètement de bouger à la fin du programme.
- Lorsqu'il y a interruption durant un programme, la période de trois minutes permise avant la poursuite du programme débute immédiatement après que l'arbitre a arrêté la performance par un signal bruyant.
- La tenue vestimentaire en compétition sportive doit être pudique, digne et appropriée pour une compétition sportive. Elle ne doit pas donner une impression de nudité excessive. Les hommes ne sont pas autorisés à porter des collants, mais les femmes peuvent porter la jupe, le pantalon ou le collant. Les hauts sans manches sont permis. La tenue vestimentaire peut servir à accentuer le caractère de la musique.
- Si le patineur fait une chute lors de l'entrée d'une pirouette, il est autorisé à exécuter une pirouette ou un mouvement de pirouette immédiatement après la chute (afin de combler les temps de musique alloués à la pirouette du programme) sans que cet élément ne soit considéré comme un élément additionnel.
- Le nombre minimal de révolutions ininterrompues dans chaque position de base d'une pirouette combinée est de deux. Si cette exigence n'est pas satisfaite, la position n'est pas comptée.
- La position debout finale d'une pirouette (la rotation à la fin) ne sera pas comptée comme une nouvelle position, pourvu qu'elle ne contienne pas plus de trois révolutions (deux révolutions dans le cas d'une pirouette combinée). Ces rotations ne doivent pas être comptées dans le nombre total de révolutions exigées.
- Pour qu'on attribue à la séquence de pas un niveau plus élevé, la distribution des virages et des pas doit être équilibrée du début à la fin de la séquence de pas.
- « L'élément saut » peut être un saut individuel, une combinaison de sauts ou une séquence de sauts. Le nombre de rotations des sauts individuels est indéterminé.
- Un saut exécuté sur la carre d'appel incorrecte (par ex. un « flutz ») sera désigné du nom du saut que le patineur avait l'intention d'exécuter et fera l'objet d'une déduction dans le PÉ. Dans le cas d'une faute grave de la carre d'appel (longue carre erronée, aucune carre correcte, etc.) le jury technique doit informer les juges de cette erreur et le PÉ est réduit de - 2 à -3 points. Lorsqu'il n'est pas clairement évident que la carre d'appel est incorrecte, le jury technique informe les juges de cette erreur et le PÉ est réduit de -1 à -2 points, sans nécessairement être négatif.
- Un saut d'une demi-rotation ou de moins d'une demi-rotation n'est pas considéré comme un élément de saut, mais comme un mouvement de liaison qui est évalué dans la note pour les « transitions », sauf si le saut était un essai évident. Par exemple, un saut de type Axel de moins de trois quarts de rotation sera considéré comme un saut qui contient un nombre insuffisant de rotations et occupera une case de saut.
- Dans une combinaison ou une séquence de sauts prévue, si un patineur fait une chute ou fait un mauvais pas au premier saut et exécute immédiatement un autre saut, le deuxième saut ne comptera pas, mais l'élément sera désigné de combinaison ou séquence de sauts.

- Tout élément additionnel ou élément en plus du nombre prescrit ci-dessus ne sera pas compté dans le résultat du participant. On ne tiendra compte que du premier essai (ou du nombre d'essais permis) de l'élément.
- Il y a trois positions de base de la pirouette : arabesque (jambe libre en arrière, le genou plus haut que la hanche; les positions dos cambré et Biellmann sont toujours considérés comme des pirouettes debout), assise (les fesses ne sont pas élevées au-dessus de la partie supérieure du genou de la jambe traceuse, la partie supérieure de jambe traceuse au moins parallèle à la glace), debout (n'importe quelle position, la jambe de patinage en extension complète ou presque complète, mais non en position arabesque) et les positions intermédiaires (toutes les positions qui, conformément aux définitions susmentionnées, ne sont pas des positions arabesque, assise ou debout).
- Le nombre de révolutions dans les positions intermédiaires est compté dans le nombre total de révolutions; les positions intermédiaires sont des variations difficiles dans les cas où les définitions de telles variations sont remplies, mais l'exécution de telles positions n'est pas considérée comme un changement de position, lequel peut seulement être fait d'une position de base à une autre position de base.
- **Pirouette dans une position et pirouette sautée** : Les positions intermédiaires sont permises et comptées dans le nombre total de révolutions exigées par les règlements, mais elles ne sont pas valides pour les traits saillants des niveaux.
- Dans n'importe quelle pirouette, un changement de carre ne peut être compté qu'une seule fois, s'il est accompagné de deux rotations ininterrompues avant et après le changement de carre, et si le patineur reste dans la même position de base.
- La seconde variation difficile de l'arabesque doit être exécutée sur l'autre pied et sa structure principale doit être très différente de la première.
- Une entrée par en arrière et une position Biellmann sont comptées comme des traits saillants une fois dans le programme court et une fois dans le programme long. On ne tiendra compte du trait saillant que pour la première pirouette qui présente ce trait saillant.
- Pour toute pirouette qui est accompagnée d'un changement de pied, le nombre maximal de traits saillants réalisés sur un pied est de trois.

DÉDUCTIONS :

Les déductions suivantes s'appliquent dans le système de notation par **Calcul des points cumulatifs (CPC)** :

- Infraction au règlement sur la durée – déduction de 1,0 point pour chaque tranche de cinq secondes en moins ou en plus. (arbitre)
- Infraction au règlement sur la musique – déduction de 1,0 point pour la musique vocale avec paroles. (arbitre)
- Infraction au règlement sur les éléments interdits – déduction de 2,0 points pour chaque élément interdit. (jury technique)
- Infraction au règlement sur la tenue vestimentaire et les accessoires – déduction de 1,0 point. (arbitre)
- Chutes (jury technique)

- Junior et senior – déduction de 1,0 point pour chaque chute
- Pré-juvénile à novice – déduction de 0,5 point pour chaque chute

Une chute est définie comme une 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 lames, par exemple, la ou les mains, le ou les genoux, le dos, les fesses ou une partie du bras)

- Interruptions du programme (arbitre)
 - 11 à 20 secondes
 - -1,0 point pour les patineurs juniors et seniors
 - -0,5 point pour les patineurs pré-juvéniles à novices
 - 21 à 30 secondes
 - -2,0 points pour les patineurs juniors et seniors
 - -1,0 point pour les patineurs pré-juvéniles à novices
 - etc.
- Reprise du programme (arbitre)
 - Junior et senior
 - -2,0 points
 - Novice et niveaux inférieurs
 - -1,0 point