



## Exigences de programme bien équilibré de Patinage STAR 2008-2009

### **Pré-préliminaire**

**Ne doivent pas avoir réussi le test complet préliminaire de style libre.**

- 1) Maximum de 6 éléments de saut
  - a) Aucun saut plus haut que 1 Lz
  - b) Doit inclure au moins un saut valsé
  - c) Maximum de 2 combinaisons ou séquences
  - d) Maximum de 2 sauts différents répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 2 pirouettes
  - a) Pas de pirouettes sautées permises
  - b) 1 pirouette doit être dans une position, pas en combinaison, pas de changement de pieds
  - c) Maximum d'une pirouette peut être en combinaison, pas de changement de pieds
- 3) Maximum d'une séquence de pas

### **Préliminaire**

**Peut avoir réussi le test préliminaire de style libre mais aucun test plus élevé.**

- 1) Maximum de 6 éléments de saut
  - a) Tous les sauts simples sont permis et un saut double de 2S ou 2T
  - b) Doit inclure au moins un saut de genre Axel (valsé ou simple Axel)
  - c) Maximum de 2 combinaisons ou séquences
  - d) Maximum de 2 sauts différents répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 2 pirouettes de n'importe quel genre
  - a) Maximum d'une peut être une pirouette sautée
- 3) Maximum d'une séquence de pas

### **Junior bronze**

**Peut avoir réussi le test junior bronze de style libre mais aucun test plus élevé.**

- 1) Maximum de 6 éléments de saut
  - a) Tous les sauts simples permis et deux doubles sauts jusqu'à 2 Lo y compris
  - b) Doit inclure au moins un saut de genre Axel (valsé ou simple Axel)
  - c) Maximum de 2 combinaisons ou séquences
  - d) Maximum de 2 sauts différents répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 3 pirouettes
  - a) 1 pirouette doit être sautée
  - b) 1 pirouette doit être en combinaison (changement de pieds optionnel)
  - c) Troisième pirouette de n'importe quel genre
- 3) Maximum d'une séquence de pas

**Senior bronze**

**Peut avoir réussi le test senior bronze de style libre mais aucun test plus élevé.**

- 1) Maximum de 7 éléments de saut
  - a) Tous les sauts simples et doubles sauts permis sauf 2A
  - b) Doit inclure au moins un saut de genre Axel (valsé ou simple Axel)
  - c) Maximum de 3 combinaisons ou séquences. Une combinaison de sauts peut contenir un maximum de 3 sauts
  - d) Maximum de 3 différents sauts répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 3 pirouettes
  - a) 1 pirouette doit être sautée
  - b) 1 pirouette doit être en combinaison (changement de pieds optionnel)
  - c) Troisième pirouette de n'importe quel genre
- 3) Maximum d'une séquence de pas

**Junior argent**

**Peut avoir réussi le test junior argent de style libre mais aucun test plus élevé.**

- 1) Maximum de 7 éléments de saut
  - a) Tous les sauts permis
  - b) Doit inclure au moins un saut de genre Axel (valsé ou genre Axel)
  - c) Maximum de 3 combinaisons ou séquences. Une combinaison de sauts peut contenir un maximum de 3 sauts
  - d) Maximum de 3 sauts différents répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 3 pirouettes
  - a) 1 pirouette doit être sautée
  - b) 1 pirouette doit être en combinaison (changement de pieds optionnel)
  - c) Troisième pirouette de n'importe quel genre
- 3) Maximum d'une séquence de pas

**Senior argent**

**Peut avoir réussi le test senior argent de style libre mais aucun test plus élevé.**

- 1) Maximum de 7 éléments de saut
  - a) Tous les sauts permis
  - b) Doit inclure au moins un saut de genre Axel (valsé ou genre Axel)
  - c) Maximum de 3 combinaisons ou séquences. Une combinaison de sauts peut contenir un maximum de 3 sauts
  - d) Maximum 3 sauts différents répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 4 pirouettes
  - a) 1 pirouette doit être sautée
  - b) 1 pirouette doit être en combinaison (changement de pieds optionnel)
  - c) 2 pirouettes de n'importe quel genre
- 3)
  - a) Femmes :
    - i) Maximum d'une séquence de pas
    - ii) Maximum d'une séquence de spirales
  - b) Hommes :
    - i) Maximum de 2 différentes séquences de pas de genre différent

**Or**

- 1) Maximum de 7 éléments de saut
  - a) Tous les sauts permis
  - b) Doit inclure au moins un saut de genre Axel (valsé ou genre Axel)
  - c) Maximum de 3 combinaisons ou séquences. Une combinaison de saut peut contenir un maximum de 3 sauts
  - d) Maximum de 3 sauts différents répétés et aucun saut inclus plus que deux fois. Les sauts répétés doivent être dans des combinaisons ou séquences.
- 2) Maximum de 4 pirouettes
  - a) 1 pirouette doit être sautée
  - b) 1 pirouette doit être en combinaison (changement de pieds optionnel)
  - c) 2 pirouettes de n'importe quel genre
- 3)
  - a) Femmes :
    - i) Maximum d'une séquence de pas
    - ii) Maximum d'une séquence de spirales
  - b) Hommes :
    - i) Maximum de 2 différentes séquences de pas de genre différent

*Note : Dans le programme de compétition, pour tous les niveaux et en ce qui concerne les pirouettes de n'importe quel genre, le patineur ou la patineuse ne peut pas répéter une pirouette qui a déjà été exécutée.*