



REGULAMENTO TÉCNICO

TORNEIO ESTADUAL DE PATINAÇÃO ARTÍSTICA



FCPA - Federação Catarinense da Patinação Artística

FGP - Federação Gaúcha de Patinação

FHPERJ - Federação de Hóquei e Patinação do Estado do Rio de Janeiro

FPP - Federação de Patinação do Paraná

FPPA - Federação Paulista de Patinação Artística



Válido para temporada 2026

versão 1.0 – **30/12/2025**

Página 1 de 64

***Este regulamento foi adaptado exclusivamente para a COPA MERCOSUL 2026!**



APRESENTAÇÃO

Esta publicação representa as regras oficiais para as competições de patinação artística nas federações estaduais do PR, RJ, RS, SC e SP conduzido pela Diretoria Técnica e Arbitral destas federações.

Este documento é de propriedade exclusiva das federações dos estados do Paraná, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul, Santa Catarina e São Paulo e não pode ser reproduzido ou modificado de qualquer forma sem permissão.



ÍNDICE

APRESENTAÇÃO	2
ÍNDICE	3
GERAL	5
DISPOSIÇÕES GERAIS	6
FIGURINO	6
FIGURAS	6
PATINAÇÃO LIVRE INDIVIDUAL, SOLO DANCE E DUPLAS	7
SHOW, QUARTETO E MAB	7
AValiação	7
FIGURAS OBRIGATÓRIAS ESTADUAL	8
OPEN LOOP ESTADUAL	9
JULGANDO FIGURAS OBRIGATÓRIAS E OPEN LOOPS	9
DEDUÇÕES PARA FIGURAS OBRIGATÓRIAS E OPEN LOOPS	10
CLASSE APRENDIZ	11
CLASSE NOVATOS E INICIANTEs	11
CONSIDERAÇÕES TÉCNICAS	11
CATEGORIAS E TEMPO DE MÚSICA	11
CLASSE NOVATOS	11
CATEGORIA	11
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	11
CATEGORIAS:	14
TOTS: ATÉ 9 ANOS	14
MINI: ATÉ 11 ANOS	14
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS	14
CADETE: ATÉ 15 ANOS	14
JÚNIOR: ATÉ 17 ANOS	14
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS	14
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS	14
CLASSE INICIANTEs	16
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	16
TOTS: ATÉ 9 ANOS	16
MINI: ATÉ 11 ANOS	16
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS	16
CADETE: ATÉ 15 ANOS	16
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS	16
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS	16
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS	16
TABELA DE VALORES PARA NOVATOS E INICIANTEs	20
FATOR PARA IMPRESSÃO ARTÍSTICA NOVATOS E INICIANTEs	21



DEDUÇÕES NOVATOS E INICIANTES	21
COLOCAÇÕES	21
ESCLARECIMENTOS NOVATOS E INICIANTES	22
QOE POSITIVO NOVATOS E INICIANTES	23
QOE NEGATIVO NOVATOS E INICIANTES	25
IMPRESSÃO ARTÍSTICA NOVATOS E INICIANTES	26
LIVRE INDIVIDUAL BÁSICO	28
<i>PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS</i>	28
<i>TOTS: ATÉ 9 ANOS</i>	28
<i>MINI: ATÉ 11 ANOS</i>	28
<i>INFANTIL: ATÉ 13 ANOS</i>	28
<i>CADETE: ATÉ 15 ANOS</i>	28
<i>JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS</i>	28
<i>SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS</i>	28
<i>MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS</i>	28
TABELA DE VALORES PARA PROVAS ROLLART	29
DEDUÇÕES PARA LIVRE BÁSICO	30
COLOCAÇÕES PARA LIVRE BÁSICO	30
QOE POSITIVO PARA LIVRE BÁSICO	31
QOE NEGATIVO PARA LIVRE BÁSICO	32
IMPRESSÃO ARTÍSTICA PARA LIVRE BÁSICO	33
SOLO DANCE ESTADUAL	33
SOLO DANCE PRÉ-INTERNACIONAL	34
FREE DANCE ESTADUAL	35
COLOCAÇÕES NA DANÇA COMPULSÓRIA	42
DEDUÇÕES PARA SOLO DANCE E FREE DANCE ESTADUAL	43
QUARTETO ESTADUAL	43
TABELA DE VALORES PARA QUARTETO	45
DEDUÇÕES PARA QUARTETO	46
MASTER SHOW SOLO E DUPLA	46
ANEXO I	49
FIGURAS DE ALONGAMENTO BÁSICAS	49
FIGURAS DE ALONGAMENTO BONIFICADAS	52
BONIFICAÇÕES DAS FIGURAS DE ALONGAMENTO	56
ANEXO II	57
ANEXO III	63
FIGURAS OBRIGATÓRIAS	63
OPEN LOOP	63
SKATING ELEMENTS	64



GERAL

Questões não previstas neste regulamento estarão de acordo com os estatutos das federações participantes e regulamento WS Internacional.

NÃO HAVERÁ PREMIAÇÃO POR CLUBE.

REGULAMENTO

TORNEIO ESTADUAL DE PATINAÇÃO ARTÍSTICA

DISPOSIÇÕES GERAIS

- *Os atletas deverão estar no local da competição NO MÍNIMO duas (02) horas antes do início da prova.*
- *As provas podem ter adiantamento e os técnicos serão sempre informados.*
- *Não haverá limite de inscrições de atletas por clubes.*
- *O aquecimento corresponderá ao tempo de música de cada prova mais dois (2) minutos para as provas de Livre e Duplas e de um (1) minuto para as provas de Free Dance. O aquecimento das Danças Compulsórias é de 2:00. O aquecimento para as provas de figuras obrigatórias é de 5 minutos iniciais e de 1:00 entre as figuras. As provas de show, quartetos e MAB não possuem aquecimento.*
- *As músicas para todas as categorias seguem conforme regras World Skate.*
- *A idade, para cada categoria, será considerada em 31/12 do ano corrente.*
- *Na modalidade Dupla Mista vale a idade do mais velho.*
- *Durante os aquecimentos não é permitido o uso de fones de ouvidos.*

FIGURINO

- **A PARTIR DE 2027, A REGRA DE FIGURINOS DA WORLD SKATE ATUALIZADA, SERÁ UTILIZADA PARA TODAS AS CLASSES ESTADUAIS.**
- *As regras de figurino seguem diretrizes internacionais, mas não em sua totalidade. (Ver detalhamento por disciplina abaixo)*
- *As penalidades resultantes da violação das regras de figurino serão de 1.0 para as provas RollArt e de 0,4 ou 0,6 para as provas BasyS.*
- *Os juízes terão a opção de acionar um botão de violação de figurino. Se a maioria dos oficiais, incluindo o Árbitro Geral, concordar, a dedução será aplicada.*
- *As regras de figurino aplicam-se a tudo o que for usado no corpo.*



- Os figurinos (todas as disciplinas) e adereços (show) **NÃO** devem conter logotipos com direitos autorais, marcas registradas, imagens religiosas ou políticas, simbolismos, símbolos ou mensagens políticas ou religiosas. Logotipos de Federações são permitidos.

FIGURAS

- Os figurinos devem ser modestos, dignos e apropriados para competições atléticas. A vestimenta não deve dar o efeito de nudez excessiva inadequada para a disciplina.
- Se o figurino não atender à regra acima, o árbitro deve avisar o patinador no aquecimento e solicitar que ele troque de roupa. Para cada figura patinada com um figurino inadequado, os juízes retirarão 1.0 ponto de sua nota.

PATINAÇÃO LIVRE INDIVIDUAL, SOLO DANCE E DUPLAS

- Em todos os eventos competitivos de patinação artística, os figurinos devem estar de acordo com o personagem da música, mas não devem ser de modo a causar constrangimento ao patinador, aos juízes ou aos espectadores.
- Figurinos de treino não precisam estar de acordo com o personagem; no entanto, todas as outras regras de figurino se aplicam ao treinamento.
- Os figurinos devem ser confeccionados como uma peça única, modestos, dignos e apropriados para a competição atlética — não extravagantes ou teatrais em seu design. A vestimenta não deve dar o efeito de nudez excessiva.
- Acessórios e adereços de qualquer natureza não são permitidos.
- O figurino deve permanecer o mesmo durante toda a apresentação, sem adições, ou seja, sem o uso de adereços de qualquer tipo do início ao fim.
- A pintura de qualquer parte do corpo é considerada um "show" e não é permitida.

SHOW, QUARTETO E MAB

Os figurinos dos competidores deve ser digno e apropriado para a competição atlética e não deve dar o efeito de nudez excessiva inadequada para a disciplina.

Mudanças de figurino durante o programa são permitidas, mas com as mesmas regras para acessórios: nada deve ser deixado no chão ou jogado para fora do rink. Se partes do figurino tocarem o chão acidentalmente, nenhuma penalidade será aplicada, desde que o fluxo do programa não seja interrompido.



AVALIAÇÃO

A avaliação será feita com três até cinco juízes, um árbitro geral, um especialista técnico, um assistente e um controlador técnico.

As notas poderão ser abertas ou fechadas, dependendo do tipo de organização do organizador Local. Para as notas fechadas: As notas serão registradas nas planilhas dos juízes e serão fechadas, ou seja, os técnicos terão acesso às notas somente em local designado, diferente da mesa de pontuação. Para as notas abertas: será disponibilizado pelo organizador o equipamento necessário para a apresentação das notas em TV ou telão. E os protocolos serão colocados em um drive e divulgado para os técnicos.

FIGURAS OBRIGATÓRIAS ESTADUAL

Será dividida nas categorias abaixo. Julgamento será feito com Sistema White, avaliação de duas figuras de base. Ver Figuras no ANEXO III.

CATEGORIA (idade em 31/12)	FIGURA 1	FIGURA 2
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	111 A/B SERPENTINE EIGHT A: ROF-LOF B: LOF-ROF	112 A/B SERPENTINE EIGHT A: RIF-LIF B: LIF-RIF
TOTS: ATÉ 9 ANOS		
MINI: ATÉ 11 ANOS		
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS		
CADETE: ATÉ 15 ANOS		
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS		
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS		
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS		

Regras e considerações para a modalidade:

- *O número de voltas por figura será de 2 voltas completas.*
- *A competição de Figuras Obrigatórias será mista (feminino e masculino juntos).*
- *As notas serão fechadas.*



OPEN LOOP ESTADUAL

Será dividida nas categorias abaixo. Julgamento será feito com Sistema White, avaliação de duas figuras de OPEN LOOP de base. Ver Figuras no ANEXO III.

CATEGORIA (idade em 31/12)	FIGURA 1	FIGURA 2
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	114 LOOP CIRCLE ROF-LOF	115 LOOP CIRCLE RIF-LIF
TOTS: ATÉ 9 ANOS		
MINI: ATÉ 11 ANOS		
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS		
CADETE: ATÉ 15 ANOS		
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS		
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS		
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS		

Regras e considerações para a modalidade:

- *O número de voltas por figura será de 2 voltas completa.*
- *A competição de Open Loop será mista (feminino e masculino juntos).*
- *As notas serão fechadas.*

JULGANDO FIGURAS OBRIGATÓRIAS E OPEN LOOPS

A avaliação é baseada nos seguintes fatores: traçado, movimento e postura.

O traçado é a marca imaginária que mostra o caminho utilizado pelo patim. Essa marca deve ser mantida o mais próximo possível da linha desenhada para a figura. O traçado deve ser um eixo puro, sem partes planas ou sub-curvas.

O movimento deve ser visto ao longo de toda a figura, evitando tudo que seja rígido, violento ou angular. Ao avaliar o movimento, os árbitros devem considerar a qualidade dos dois componentes seguintes: Velocidade, ou seja, a taxa de movimento do patim ao redor da figura; Ritmo, ou seja, o padrão do movimento do corpo ao redor da figura. A velocidade e o ritmo nunca devem conflitar com a estabilidade e o controle corporal.

A postura é demonstrada pela verticalidade do corpo sem flexão na cintura, mas também sem rigidez. A cabeça deve ser mantida erguida. O joelho da perna de impulsão pode ser ligeiramente flexionado, com a perna livre estendida e o pé livre carregado a uma pequena distância da superfície da pista. O dedão do pé livre pode ser ligeiramente voltado para fora. Os braços devem estar facilmente estendidos em posição natural, com as mãos firmes e sem cair o pulso.



Observações Gerais no julgamento para Figuras: Arbitrar figuras é uma tarefa difícil. Para facilitá-la, os árbitros devem se posicionar para visualizar as partes mais difíceis da figura, sem deixar de observar a importância geral de visualizar o desempenho completo. Ao se moverem, os árbitros nunca devem esquecer que entrar na área interior dos círculos não é permitido, e que devem ficar a uma distância tal que não interfiram nem com o atleta nem com seus colegas.

Saídas: As saídas devem ser feitas com um único impulso a partir de uma posição estacionária, sem lançar, curvar-se ou dupla inclinação.

O pé de impulsão deve estar posicionado a não mais de um comprimento do patim do eixo longo. A saída deve ser feita a partir do patim a ser utilizado. As saídas feitas a partir do freio devem ser avaliadas negativamente.

O árbitro geral pode permitir que um concorrente inicie uma figura pela segunda vez sem penalidade. A decisão de recomeçar é da responsabilidade do atleta, mas a decisão deve ser tomada no primeiro terço (1/3) do círculo inicial.

Retomas: Uma retoma é uma mudança de traçado de um círculo para outro, mantendo o mesmo eixo. As retomas requerem uma transição suave de um pé para o outro, com um único impulso do patim que deixa o piso. Deve ser executada sem sobrepasso, puxão, salto ou qualquer outro movimento rígido ou não natural. Os pés devem estar razoavelmente próximos. O pé de impulsão não deve se desviar do círculo até atingir a “strike zone”, que é definida como uma área que não excede um comprimento de eixo longitudinal do patim. O pé de impulsão deve deixar o piso antes de cruzar o eixo longo.

DEDUÇÕES PARA FIGURAS OBRIGATÓRIAS E OPEN LOOPS

1. Toque em parte Importante	1.0	deduções aplicadas pelo Árbitro Geral
2. Toque em parte Menos Importante	0.5	deduções aplicadas pelo Árbitro Geral
3. Queda ou Parar	1.0	deduções aplicadas pelo Árbitro Geral
4. Virada Incorreta	1.0	deduções aplicadas pelo Árbitro Geral

Caso o atleta execute uma virada ou figura incorreta, a penalidade por tal falta será de um ponto zero (1.0).

Caso o atleta tenha uma queda ou pare na figura por sua própria culpa, a penalidade será de um ponto zero (1.0).

Caso o atleta apoie o pé livre em uma figura, a penalidade será de um ponto zero (1.0) se a falta ocorrer em uma parte importante da figura; e ponto cinco (0.5) se a falta ocorrer em uma parte menor da figura. As saídas, impulsos e viradas são consideradas partes importantes de uma figura. O árbitro geral do evento é quem atribui todas essas penalidades e deve comunicar aos demais árbitros do evento.



CLASSE APRENDIZ

Será utilizado regras do documento APRENDIZ-Regulamento-2026.pdf disponível no site da Federação Gaúcha de Patinação na seção de Regulamentos (www.fgp.org.br/regulamentos)

CLASSE NOVATOS E INICIANTES

CONSIDERAÇÕES TÉCNICAS CATEGORIAS E TEMPO DE MÚSICA

CATEGORIA (idade em 31/12)	TEMPO DE MÚSICA NOVATOS	TEMPO DE MÚSICA INICIANTES	TEMPO DE MÚSICA BÁSICO
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	2:00min +- 10 segundos		
TOTS: ATÉ 9 ANOS			
MINI: ATÉ 11 ANOS			
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS			
CADETE: ATÉ 15 ANOS			
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS			
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS			
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS			

CLASSE NOVATOS

A Classe NOVATOS disponibiliza duas modalidades de participação: LIVRE INDIVIDUAL ou DUPLA LIVRE. O gerenciamento das provas é realizado através do sistema BASYS. Importante ressaltar que, nas provas que adotam o formato de apresentação, o sistema não gera resultado final único; em substituição, são publicados exclusivamente os protocolos individuais de cada participante. O regulamento é igual para as duas modalidades.

CATEGORIA

PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS

ELEMENTOS

1). Dois (02) lobes de impulsos consecutivos (IMPULSOS EXTERNOS)

Código do elemento:

Lobe Impulso Externo Frente
LoINC (Não Confirmado)
LoIFB (Base)

EXECUÇÃO

Realizar os lobes em sequência, com no mínimo 3 impulsos em externo de frente consecutivos, que deverão ser realizados para os dois sentidos (horário e anti-horário). ([Desenvolver a qualidade do](#)



LoIF (Confirmado)

deslocamento, a utilização dinâmica dos joelhos e um posicionamento coerente do corpo em relação ao sentido em que se está patinando);

2). Uma (01) sequência de balões de costas
Código do elemento:

AFcNC (Não Confirmado)

AFc (Confirmado)

Realizar abre e fecha de costas com, no mínimo, 6 repetições.

(Desenvolver a segurança e capacidade para andar de costas);

3). Duas (02) combinações de avião e carrinho de 1 pé

Código do elemento:

CoFNC (Não Confirmada)

CoFEH (Esquerda Horário)

CoFEA (Esquerda Anti-Horário)

CoFDH (Direita Horário)

CoFDA (Direita Anti-Horário)

Duas (02) sequências (cada uma com uma perna), mantendo o mesmo eixo. A sequência deve ser de avião para carrinho de um pé. Pode ser apresentada apenas de frente. Não é permitida a utilização de posições bonificadas.

(Desenvolver correto posicionamento nas posições de avião/carrinho, principalmente quanto a direção do quadril/joelho de base durante as duas posições);

4). Uma (01) Footwork Sequence Novatos

Código do elemento:

FoSqNC (Não Confirmada)

FoSqNB (Base)

FoSqN1 (Nível 1)

Deve ser realizada no eixo longo ou diagonal. O início deve ser parado. Para atingir o nível 1, deve apresentar e confirmar 4 dificuldades (passos/viradas/BM) dos seguintes listados: 3ti - Inside Three Turn (Virada de Três Interna), 3to - Outside Three Turn (Virada de Três externa), OpMk - Open Mohawk (Mohawk Aberto), Tr - Travelling, (apenas um será contado para o nível) e três (03) BM - Body movement (alto, médio ou baixo). Máximo de trinta (30) segundos. Deve cobrir pelo menos $\frac{3}{4}$ da pista.

ESCLARECIMENTO: Caso o patinador execute mais de um passo extra além do exigido para o nível máximo da categoria, o nível será reduzido em um (1).

Esclarecimentos para Footwork Sequence

- Para validar as viradas/passos, elas devem ser executadas corretamente e mostrar eixos claros antes e depois da troca de direção e as cúspides devem ser claras. Viradas puladas,



viradas sem eixo ou viradas onde o patinador coloca a perna livre no chão durante ou na saída da virada não serão contadas.

- *Cada tipo de virada/passo pode ser contado apenas duas vezes.*
- *Paradas rápidas são permitidas se precisarem caracterizar a música.*
- *Não é permitida a execução de saltos durante o elemento (mesmo que não seja um salto reconhecido). O salto será considerado um elemento ilegal e será penalizado como tal.*
- *Os patinadores podem apresentar quantos Body movements desejarem.*
- *Pode ser realizado um passo/viradas extra. Se realizar mais passos/viradas terá o nível reduzido.*

5). Uma (01) figura de alongamento

Código do elemento:

FigANC (Não Confirmada)

FigA (Confirmada)

Realizar de frente e, em curva e de mesmo eixo, figuras que demonstrem alongamento / flexibilidade (Bandeira / Metro, Spread Eagle, Arco, Ina Bauer, Biellmann, figuras de posição como Sit Forward, Camel Forward, Camel Torso, Camel Sideway) – ver anexo I com figuras para bonificações.

(Desenvolver o ganho de flexibilidade para a execução das diversas posições específicas que compõe as modalidades de livre, dança, entre outras)

CATEGORIAS:

TOTS: ATÉ 9 ANOS

MINI: ATÉ 11 ANOS

INFANTIL: ATÉ 13 ANOS

CADETE: ATÉ 15 ANOS

JÚNIOR: ATÉ 17 ANOS

SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS

MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS

ELEMENTOS

EXECUÇÃO



1). Dois (02) lobes de impulsos externo de frente ou impulso cruzado de frente consecutivos

Código do elemento:

Lobe Impulso Externo Frente

LoINC (Não Confirmado)

LoIFB (Base)

LoIF (Confirmado)

Lobe Impulso Cruzado de Frente

LoICFNC (Não Confirmado)

LoICFB (Base)

LoICF (Confirmado)

Dois lobes de impulsos externo de frente ou impulso cruzado de frente, com no mínimo 3 impulsos ou impulsos cruzados em externo de frente consecutivos, que deverão ser realizados para os dois sentidos (horário e anti-horário), um lobe logo após o outro. Pode conter no máximo 03 passos entre um lobe e outro. Mostrar claramente as fases de impulso externo e interno, caso isso não aconteça, o elemento será chamado como BASE.

(Desenvolver a qualidade do deslocamento, a utilização dinâmica dos joelhos e um posicionamento coerente do corpo em relação ao sentido que se está patinando);

2). Dois (02) lobes de impulsos externo de costas ou impulso cruzado de costas consecutivos

Código do elemento:

Lobe Impulso Externo Costas

LoICNC (Não Confirmado)

LoICB (Base)

LoIC (Confirmado)

Lobe Impulso Cruzado de Costas

LoICNCNC (Não Confirmado)

LoICCB (Base)

LoICC (Confirmado)

Dois lobes de impulso externo de costas ou cruzados de costas, com no mínimo 3 impulsos ou impulsos cruzados de costas consecutivos em cada direção, um lobe logo após o outro. Pode conter no máximo 03 passos entre um lobe e outro. Mostrar claramente as fases de impulso externo e interno, caso isso não aconteça, o elemento será chamado como BASE.

(Desenvolver a qualidade do deslocamento, a utilização dinâmica dos joelhos e um posicionamento coerente do corpo em relação ao sentido que se está patinando);

3). Duas (02) combinações de avião e carrinho de 1 pé

Código do elemento:

CoFNC (Não Confirmada)

CoFEH (Esquerda Horário)

CoFEA (Esquerda Anti-Horário)

CoFDH (Direita Horário)

CoFDA (Direita Anti-Horário)

Duas (02) sequências (cada uma com uma perna), **na curva**, mantendo o mesmo eixo. A sequência deve ser de avião para carrinho de um pé. Pode ser apresentada de frente e de costas. **Uma em um sentido e outra no outro.** Não é permitida a utilização de posições bonificadas.

(Desenvolver correto posicionamento nas posições de avião/carrinho, principalmente quanto a direção do quadril/joelho de base durante as duas posições);

4). Uma (01) Footwork Sequence Novatos

Código do elemento:

FoSqNC (Não Confirmada)

Deve ser realizada no eixo longo ou diagonal. O início deve ser parado. Para



FoSqNB (Base)
FoSqN1 (Nível 1)

atingir o nível 1, deve apresentar e confirmar 4 dificuldades (passos/viradas/BM) dos seguintes listados: 3ti - Inside Three Turn (Virada de Três Interna), 3to - Outside Three Turn (Virada de Três externa), OpMk - Open Mohawk (Mohawk Aberto), Tr – Travelling, (apenas um será contado para o nível) e três (03) BM – Body movement (alto, médio ou baixo). Máximo de trinta (30) segundos. Deve cobrir pelo menos $\frac{3}{4}$ da pista.

ESCLARECIMENTO: Caso o patinador execute mais de um passo extra além do exigido para o nível máximo da categoria, o nível será reduzido em um (1).

Esclarecimentos para Footwork Sequence

- *Para validar as viradas/passos, elas devem ser executadas corretamente e mostrar eixos claros antes e depois da troca de direção e as cúspides devem ser claras. Viradas puladas, viradas sem eixo ou viradas onde o patinador coloca a perna livre no chão durante ou na saída da virada não serão contadas.*
- *Cada tipo de virada/ passo pode ser contado apenas duas vezes.*
- *Paradas rápidas são permitidas se precisarem caracterizar a música.*
- *Não é permitida a execução de saltos durante o elemento (mesmo que não seja um salto reconhecido). O salto será considerado um elemento ilegal e será penalizado como tal.*
- *Os patinadores podem apresentar quantos Body movements desejarem.*
- *Pode ser realizado um passo/viradas extra. Se realizar mais passos/viradas terá o nível reduzido.*



5). Uma (01) figura de alongamento

Código do elemento:

FigANC (Não Confirmada)

FigA (Confirmada)

Realizar de frente ou de costas, em curva e de mesmo eixo, figuras que demonstrem alongamento / flexibilidade (Bandeira / Metro, Arco, Ina Bauer, Biellmann, figuras de posição como Sit Foward, Camel Foward, Camel Torso, Camel Sideway) – ver anexo I com figuras permitidas.

(Desenvolver o ganho de flexibilidade para a execução das diversas posições específicas que compõe as modalidades de livre, dança, entre outras)

CLASSE INICIANTE

Os elementos são os mesmos para todas as categorias.

A Classe INICIANTE disponibiliza duas modalidades de participação: LIVRE INDIVIDUAL ou DUPLA LIVRE. O gerenciamento das provas é realizado através do sistema BASYS. O regulamento é igual para as duas modalidades.

CATEGORIA (idade em 31/12)	TEMPO DE MÚSICA NOVATOS	TEMPO DE MÚSICA INICIANTE	TEMPO DE MÚSICA BÁSICO
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	2:00min +- 10 segundos		
TOTS: ATÉ 9 ANOS			
MINI: ATÉ 11 ANOS			
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS			
CADETE: ATÉ 15 ANOS			
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS			
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS			
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS			

ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

1). Waltz Jump (Salto Inglês/ Salto de Valsa)

Código do elemento:

1WNC (Não Confirmado)

1W (Confirmado)

EXECUÇÃO

Deve ser executado isoladamente apenas 01 vez.

2). Um (01) corrupio duas bases interno (Heel and Toe)

Código do elemento:

HTNC (Não Confirmado)

HT (Confirmado)

Com, no mínimo, quatro (04) voltas. Entrada opcional. Oito (8) voltas ou mais receberá bonificação de 20%. Não será validado quando utilizar o apoio do freio.



(Importante que seja definido o eixo de execução de forma que o corrupio se mantenha centralizado durante toda sua execução. Não pode utilizar o freio para girar);

3). Um (01) corrupio de uma base (Upright) em qualquer eixo.

Código do elemento:

UNC (Não Confirmado)

U1 (Externo de Frente Confirmado)

U2 (Interno de Costas Confirmado)

U3 (Externo de Costas Confirmado)

U4 (Interno de Frente Confirmado)

Com, no mínimo, duas (02) voltas. Entrada opcional. Realizado em um pé e em qualquer eixo. Seis (6) voltas ou mais receberá bonificação de 20%. Utilização de Upright em eixo externo receberá bonificação de 15% (utilizando como Difficult Change – DC)

(Importante que seja definido o eixo de execução de forma que o corrupio se mantenha centralizado durante toda sua execução);

4). Uma (01) Footwork Sequence Base INI (INICIANTE)

Código do elemento:

FoSqNC (Não Confirmada)

FoSqIB (Base)

FoSqI1 (Nível 1)

Deve ser realizada no eixo longo ou diagonal. O início deve ser parado. Para atingir o nível 1, deve apresentar e confirmar 4 dificuldades (passos/viradas/BM) dos seguintes listados: 3ti - Inside Three Turn (Virada de Três Interna), 3to - Outside Three Turn (Virada de Três externa), OpMk - Open Mohawk (Mohawk Aberto), Tr – Travelling, (apenas um será contado para o nível) e três (03) BM – Body movement (alto, médio ou baixo). Máximo de trinta (30) segundos. Deve cobrir pelo menos $\frac{3}{4}$ da pista.

Esclarecimentos para Footwork Sequence

- Para validar as viradas/passos, elas devem ser executadas corretamente e mostrar eixos claros antes e depois da troca de direção e as cúspides devem ser claras. Viradas puladas, viradas sem eixo ou viradas onde o patinador coloca a perna livre no chão durante ou na saída da virada não serão contadas.
- Cada tipo de virada/ passo pode ser contado apenas duas vezes.



- *Paradas rápidas são permitidas se precisarem caracterizar a música.*
- *Não é permitida a execução de saltos durante o elemento (mesmo que não seja um salto reconhecido). O salto será considerado um elemento ilegal e será penalizado como tal.*
- *Os patinadores podem apresentar quantos Body movements desejarem.*
- *Pode ser realizado um passo/viradas extra. Se realizar mais passos/viradas terá o nível reduzido.*

5). Dois (02) lobes de impulsos cruzado de frente consecutivo ou Dois (02) lobes de impulsos externo de frente consecutivo

Código do elemento:

Lobe Impulso Externo Frente
LoINC (Não Confirmado)
LoIFB (Base)
LoIF (Confirmado)

Lobe Impulso Cruzado de Frente
LoICFNC (Não Confirmado)
LoICFB (Base)
LoICF (Confirmado)

Dois lobes de impulso cruzado de frente (progressivos) ou impulso externo de frente, com no mínimo 3 impulsos cruzados consecutivos, que deverão ser realizados para os dois sentidos (horário e anti-horário), um lobe logo após o outro. Pode conter no máximo 03 passos entre um lobe e outro. Mostrar claramente as fases de impulso externo e interno, caso isso não aconteça, o elemento será chamado como BASE.

(Desenvolver a qualidade do deslizamento em todas as direções e principalmente a ação dos joelhos durante os impulsos);

6). Dois (02) lobes de impulsos cruzado de costas consecutivo ou Dois (02) lobes de impulsos externo de costas consecutivo

Código do elemento:

Lobe Impulso Externo Costas
LoICNC (Não Confirmado)
LoICB (Base)
LoIC (Confirmado)

Lobe Impulso Cruzado de Costas
LoICCNC (Não Confirmado)
LoICCB (Base)
LoICC (Confirmado)

Dois lobes de impulsos cruzados de costas ou impulso externo de costas, com no mínimo 3 impulsos cruzados de costas consecutivos para os dois sentidos (horário e anti-horário), um lobe logo após o outro. Pode conter no máximo 03 passos entre um lobe e outro. Mostrar claramente as fases de impulso externo e interno, caso isso não aconteça, o elemento será chamado como BASE.

(Desenvolver a qualidade do deslizamento em todas as direções e principalmente a ação dos joelhos durante os impulsos);



7). Uma (01) figura de alongamento

Código do elemento:

FigANC (Não Confirmada)

FigA (Confirmada)

Realizar de frente ou de costas, em curva, figuras que demonstrem alongamento / flexibilidade (Bandeira / Metro, Arco, Ina Bauer, Biellmann, figuras de posição como Sit Foward, Camel Foward, Camel Torso, Camel Sideway) – ver anexo I com figuras permitidas.

(Desenvolver o ganho de flexibilidade para a execução das diversas posições específicas que compõe as modalidades de livre, dança, entre outras)

OBSERVAÇÃO EIXOS GIROS UPRIGHTS

Os eixos para os giros são considerados diferentes em relação ao eixo e direção sendo possível a realização de 04 (quatro) eixos diferentes, que são:

1. Externo de frente (U1)
2. Interno de costas (U2)
3. Interno de frente (U3)
4. Externo de costas (U4)

REGRAS E CONSIDERAÇÕES

- A competição acontecerá em apresentação individual e em Dupla Mista.
- Na prova de livre individual, os atletas competem em separado: Masculino e Feminino.
- Permanência de 3 segundos em cada figura para ser validado.
- A figura de alongamento apresentada no programa será considerada conforme a posição descrita na folha de conteúdo. Caso existir outras figuras de alongamento realizadas no programa (ver lista de possíveis figuras no Anexo I), recomenda-se não realizá-las antes da execução oficial do elemento correspondente, evitando dúvidas no painel de julgamento e a possibilidade de o elemento ser avaliado incorretamente.
- A repetição de elementos será penalizada com a dedução de "Elemento Ilegal (Não permitido)", sendo aplicada uma dedução para cada repetição identificada.
- Quando o atleta falhar ao executar uma figura de alongamento e, conseqüentemente, perde o controle do elemento, decidindo por "repetir" a figura imediatamente após o erro, isso não será considerado como repetição, ou seja, não será um elemento ilegal.



TABELA DE VALORES PARA NOVATOS E INICIANTE

LIVRE INDIVIDUAL e DUPLA LIVRE

DESCRIÇÃO	ELEMENTOS	ORD	3	2	1	BAS E	UNDER <	MEIA <<	-1	-2	-3
No Jump	1WNC	1									
Waltz Jump	1W	2	0,3	0,2	0,1	0,8	0,72	0,62	-0,1	-0,2	-0,3
Lobe Impulso Frente Não Confirmado	LoINC	3									
Lobe Impulso Frente BASE	LoIFB	4	0,15	0,1	0,05	0,2	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
Lobe Impulso Frente	LoIF	5	0,3	0,2	0,1	0,4	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Lobe Impulso Costas Não Confirmado	LoICNC	6									
Lobe Impulso Costas BASE	LoICB	7	0,15	0,1	0,05	0,3	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
Lobe Impulso Costas	LoIC	8	0,3	0,2	0,1	0,5	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Lobe Impulso Cruzado Frente Não Confirmado	LoICFNC	9									
Lobe Impulso Cruzado Frente BASE	LoICFB	10	0,15	0,1	0,05	0,3	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
Lobe Impulso Cruzado Frente	LoICF	11	0,3	0,2	0,1	0,5	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Lobe Impulso Cruzado Costas	LoICCNC	12									
Lobe Impulso Cruzado Costas BASE	LoICCB	13	0,15	0,1	0,05	0,4	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
Lobe Impulso Cruzado Costas	LoICC	14	0,3	0,2	0,1	0,6	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Abre Fecha Costas (Balão)	AFcNC	15									
Abre Fecha Costas (Balão)	AFc	16	0,3	0,2	0,1	0,3	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
Combinação Figura Não Confirmada	CoFNC	17									
Combinação Figura ESQUERDA HORÁRIO	CoFEH	18	0,3	0,2	0,1	1,0	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Combinação Figura ESQUERDA ANTI-HORÁRIO	CoFEA	19	0,3	0,2	0,1	1,0	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Combinação Figura DIREITA HORÁRIO	CoFDH	20	0,3	0,2	0,1	1,0	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Combinação Figura DIREITA ANTI-HORÁRIO	CoFDA	21	0,3	0,2	0,1	1,0	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Figura Alongamento Não Confirmada	FigANC	22									
Figura Alongamento	FigA	23	0,3	0,2	0,1	0,9	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
HT Não Confirmado	HTNC	24									
Heel And Toe	HT	25	0,3	0,2	0,1	0,5	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
U Não Confirmado	UNC	26									
Upright Externo de Frente	U1	27	0,3	0,2	0,1	0,8	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Upright Interno de Costas	U2	28	0,3	0,2	0,1	0,6	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Upright Interno de Frente	U3	29	0,3	0,2	0,1	0,7	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Upright Externo de Costas	U4	30	0,3	0,2	0,1	0,9	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Footwork Sequence Não Confirmada	FoSqNC	31									
Footwork Sequence NOVATOS BASE	FoSqNB	32	0,3	0,2	0,1	0,4	0	0	-0,1	-0,2	-0,3



Footwork Sequence NOVATOS 1	FoSqN1	33	0,3	0,2	0,1	0,8	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Footwork Sequence INICIANTES BASE	FoSqIB	34	0,3	0,2	0,1	0,6	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Footwork Sequence INICIANTES 1	FoSqI1	35	0,3	0,2	0,1	1,2	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
NÃO REQUERIDO	NR	36									

FATOR PARA IMPRESSÃO ARTÍSTICA NOVATOS E INICIANTES

A pontuação da impressão artística será a soma de 4 componentes. Para cada um dos componentes, os juízes devem atribuir uma pontuação entre 0,25 e 10 (máximo 4,5 para NOVATOS/INICIANTES), permitindo incrementos de 0,25 (ou seja, 0,25, 0,50, 0,75, 1,00, etc.).

Os componentes são:

- Habilidade de Patinar
- Transição
- Performance
- Coreografia

O resultado da impressão artística será multiplicado por um fator que pode variar dependendo da disciplina e categoria:

NOVATOS – 0,40

INICIANTES – 0,60

DEDUÇÕES NOVATOS E INICIANTES

As deduções para as provas de LIVRE INDIVIDUAL NOVATOS, INICIANTES e BÁSICO serão no mesmo valor do fator da impressão artística para cada categoria.

PELO ÁRBITRO GERAL

Ajoelhar-se ou deitar no chão mais de uma vez ou mais de cinco (5) segundos
Erro de figurino (com opinião dos juízes)
Tempo do programa menor que o mínimo ou maior que o máximo permitido (para cada 10 segundos)
Tempo de início da música até o primeiro movimento do patinador com mais de dez (10) segundos
Música com letras inapropriadas ou ofensivas em qualquer idioma ou palavras faladas (narração) que violem as Regras Gerais
Patinar fora da área designada para a competição ou encostar na barreira da pista de patinação durante o programa
Entrada e saída da pista sem respeitar o tempo permitido
Queda

PELO PAINEL TÉCNICO

Elemento Ilegal (Não permitido)
Elemento Obrigatório Não Apresentado (Missing Element)



COLOCAÇÕES

No caso de empate nas provas de NOVATOS, INICIANTES a colocação será definida pelo atleta com maior pontuação na impressão artística.

ESCLARECIMENTOS NOVATOS E INICIANTES

ELEMENTOS	ESCLARECIMENTOS
Lobes de Impulso Externo ou Impulso Cruzado	Somente será chamado quando apresentar as duas fases, ou seja, impulso <u>externo</u> + cruzado progressivo em eixo <u>interno</u>; Os impulsos quando realizados no freio não serão contabilizados para a contagem de impulsos requeridos; O patinador deverá realizar no mínimo 3 impulsos em cada direção para que o elemento seja chamado.
Footwork Sequence	Deve iniciar de uma posição PARADA; Os tipos de passos e viradas só podem ser contados duas vezes; Perna livre apoiando no chão após a execução de um passo ou virada irá invalidar o passo ou virada e não será contada; Passos e viradas devem ser bem distribuídos ao longo de toda Footwork sequence.
Figura de alongamento	Deve demonstrar flexibilidade e segurança no elemento executado; Boa definição do eixo; Extensão total da perna de base nas figuras altas.
Corrupio	Para o corrupio de duas bases (interno – Heel and Toe) o uso do apoio do freio irá invalidar o giro, independente de girar mais de 4 voltas.



	O corrupio de duas bases que girar 8 voltas ou mais será bonificado em 20%. Uprights são corrupios realizados em um pé com eixo definido e sem a utilização do freio na execução do elemento. Não serão validadas posições difíceis e variações difíceis de corrupios, apenas a variação difícil de número de voltas (6 voltas ou mais). Os eixos para os giros são considerados diferentes em relação ao eixo e direção, sendo possível a realização de 04 (quatro) eixos diferentes, que são: 1. Externo de frente 2. Interno de costas 3. Externo de costas 4. Interno de frente
Abre e Fecha	Deve demonstrar boa troca de pressão nas laterais dos patins e adquirir potência e velocidade.
Combinação de Figura	A Combinação será confirmada apenas se as duas posições forem confirmadas. Se uma das posições não confirmar, então a combinação inteira será “NÃO CONFIRMADA”.

QOE POSITIVO NOVATOS E INICIANTES

Os Juízes deverão atribuir um QOE (qualidade do elemento) para cada elemento chamado pelo especialista. Para atribuir o QOE os juízes deverão observar a quantidade de características (features) positivas / negativas apresentadas no elemento, bem como, diminuir o valor do “QOE” em caso de erros. Abaixo seguem algumas diretrizes para nortear a atribuição do “QOE” aos elementos apresentados nesse regulamento.

- 0 Quando o patinador atinge os requisitos básicos do elemento;
- +1 Quanto o patinador realiza 1 ou 2 características positivas;
- +2 Quanto o patinador realiza 3 ou 4 características positivas;
- +3 Quanto o patinador realiza 5 ou 6 características positivas;

Características (“Features”)

SALTO (1W / waltz jump)
Boa altura e boa distância;
Boa extensão durante a finalização;
Passos reconhecidos e movimento de patinação executados logo antes da saída do salto;



Execução do salto com facilidade, leveza e sem uso de força;
Boa fluidez e velocidade horizontal durante a saída e aterrissagem;
A execução do salto é realizada em harmonia com a estrutura musical.
CORRUIPOS
Boa centralização, ou seja, o todo o corrupio é realizado no mesmo lugar;
Demonstração de controle durante a execução do corrupio;
Boa velocidade e aceleração durante a execução do corrupio;
O número de voltas realizadas é muito superior a quantidade de voltas requerida;
Boa definição do eixo requerido para realização do corrupio;
A execução do corrupio é realizada em harmonia com a estrutura musical.
FOOTWORK SEQUENCE
Boa definição dos eixos;
Clareza e precisão;
Boa velocidade e aceleração durante a realização do elemento;
Criatividade e originalidade;
Controle e envolvimento de todo o corpo na realização do elemento, principalmente se esses movimentos afetarem o equilíbrio do corpo;
A execução do footwork é realizada em harmonia com a estrutura musical.
LOBES DE IMPULSO EXTERNO / LOBES DE IMPULSO CRUZADO
Boa definição dos eixos durante toda a realização do elemento, de forma que o patinador realize uma curva constante;
Boa amplitude e potência nos impulsos;
Variedade e criatividade nos passos de transição;
Demonstração de controle do corpo durante a realização do elemento;
Boa fluidez e aceleração;
Utilização correta das inclinações.
FIGURA DE ALONGAMENTO
Demonstração de segurança e facilidade ao executar a figura;
Boa velocidade;
Boa definição do eixo na qual a figura é realizada;
Boa definição de troca de eixo ao longo da realização da figura com pelo menos 3 tempos em cada eixo;
Entrada difícil ou criativa;
Boa definição da posição apresentada;
A execução da figura é realizada em harmonia com a estrutura musical.



CHOREOGRAPHIC SEQUENCE / CHOREOGRAPHIC STOP
Bom ritmo musical e colocação dentro da frase musical
Boa variedade, originalidade
Boa energia, controle
Movimentos coreografados com a música
Passos, viradas (apenas na sequência coreográfica)
Bom desenho, padrão, forma na pista (apenas na sequência coreográfica)

QOE NEGATIVO NOVATOS E INICIANTES

A seguir uma tabela que mostra os possíveis erros nos elementos e a aplicação de QOE Negativo quando estes erros acontecerem.

Erros no qual o QOE DEVE ser o listado abaixo	QOE	Erros no qual o QOE pode variar ou baixar em relação ao listado	QOE
SALTOS			
Queda	-3	Sem velocidade, altura, distância, posição aérea incorreta	-1 ou -2
Aterrissar no pé incorreto ou dois pés	-3	Underrotated	-2
Stepping out	-2 ou -3	Saída tecnicamente incorreta	-1 ou -2
Duas mãos no chão durante aterrissagem	-3	Aterrissagem incorreta (freio rápido, posição incorreta, eixo errado)	-1 ou -2
Duplo três ou meio toe-loop após aterrissagem	-2 ou -3	Preparação demorada	-1
Aterrissagem direto no freio ou muito tempo com apoio do freio	-3	Mão ou perna livre no chão na aterrissagem	-1
CORRUPIOS			
Duas mãos no chão para evitar queda	-3	Posição errada, lentidão	-1 a -3
Queda	-3	Trocas de pé executada de forma incorreta: entrada e saída sem curva, uso de freio, sem eixo, pumping	-1 a -3
		Sem controle (entrada, rotação, saída, posição)	-2
		Sem centralização	-2
FOOTWORK SEQUENCE			
Queda	-3	Demonstrando insegurança	-1 ou -2
		Fora do ritmo	-1 ou -2
		Pouca velocidade e aceleração	-1
		Eixos fracos	-2
CHOREO STEP SEQUENCE / CHOREOGRAPHIC STOP			
Queda	-3	Sem musicalidade	-1 a -3
		Demonstrando insegurança	-1 ou -2
		Fora do ritmo	-1 ou -2
		Pouca energia	-1 ou -2
		Pouca Performance	-1 ou -2
		Pouca originalidade	-1
FIGURA DE ALONGAMENTO / COMBINAÇÃO DE FIGURAS			
Queda	-3	Demonstrando insegurança	-1 ou -2
Subida do carrinho com 2 pés	-3	Pouca velocidade e aceleração	-1
Apoio da mão para auxiliar na subida do carrinho	-2	Eixos fracos	-2
		Mão ou perna livre no chão na finalização	-1



LOBES DE IMPULSO EXTERNO E LOBE DE IMPULSO CRUZADO			
Queda	-3	Inclinação incorreta	-2
		Demonstrando insegurança	-1 ou -2
		Fora do ritmo	-1 ou -2
		Pouca velocidade e aceleração	-1
		Eixos fracos	-2

IMPRESSÃO ARTÍSTICA NOVATOS E INICIANTES

Escala de Valores x Componentes	HABILIDADE DE PATINAR	TRANSIÇÕES	PERFORMANCE	COREOGRAFIA
4,00 / 4,75	- Acima das expectativas para a categoria de base.	- Acima das expectativas para a categoria de base.	- Acima das expectativas para a categoria de base.	- Acima das expectativas para a categoria de base.
3,00 / 3,75	- Eixos fortes executados com fluidez, deslizamento e inclinação; - Boa execução das viradas; - Aparentemente sem esforço; - Variedade interessante de viradas; - Demonstra ótima habilidade em mudar e manter a velocidade; - Fluidez continua nos movimentos; - Ótima potência mostrada durante o programa.	- Conteúdo original e criativo durante o programa; - Variedade interessante no conteúdo escolhido (evidência de criatividade e passos e movimentos inovadores); - Execução sólida dos movimentos com exatidão e controle.	- Maneira de patinar original e inovadora; - Boa coordenação do uso de braços, pernas, cabeças, etc. - Uso de diferentes níveis de movimentos, mostrando originalidade e variedade; - Completamente comprometido com a música através de movimentos de todas as partes do corpo - Habilidade nítida de expressar as mudanças de energia exigida pela música. - "Sentimento" vem de "dentro" do patinador por todo o programa.	- Uso variado e interessante do espaço pessoal; - Uso de toda a superfície - Movimentos e elementos técnicos constantemente se encaixam na música e suas frases musicais; - "Pontos Altos" bem distribuídos pela quadra; - Noção de ritmo evidente durante todo o programa;
2,00 / 2,75	- Eixos executados com fluidez, deslizamento e inclinação; - Viradas razoavelmente	- Algum conteúdo original em relação a passos durante o programa; - Alguma variedade no conteúdo com	- Maneira de patinar apropriada à música e/ou tema - Uso de braços, pernas, cabeça...	- Algumas variações no uso do espaço pessoal; - Uso de quase toda superfície; - Boa parte dos movimentos e



	corretas e controladas; - Alguma variedade de viradas em todo programa; - Mudança e sustentação de velocidade ditados pela música; - Fluidez moderada nos movimentos; - Potência adequada mostrada durante o programa.	alguns passos básicos intercalados; - Execução moderada dos movimentos com exatidão e controle.	- Uso de alguns movimentos originais; - Interpretação da música por boa parte do programa; - Evidentes mudanças de energia expressados durante o programa. - “Sentimento” vem de “dentro” do patinador por boa parte do programa.	elementos técnicos se encaixam na música e suas frases musicais; - “Pontos Altos” localizados em variados pontos da pista; - Boa noção de ritmo evidente;
1,00 / 1,75	Eixos com alguma profundidade; - Fluidez e deslizamento razoável e algumas inclinações; - Pouco controle das viradas; - Viradas básicas em todo programa; - Pouca fluidez nos movimentos; - Algumas transições brutas de um passo para outro; - Pouca potência mostrada durante o programa.	- Uso de passos básicos durante o programa; - Execução moderada dos movimentos com exatidão e controle.	- Maneira de patinar geralmente apropriada à música e/ou tema - Alguns usos de diferentes partes do corpo; - Alguma variação no uso de movimentos simples; - Interpretação da música não consistente durante o programa; - Algumas evidências de que o patinador “sente” o tema adequadamente.	- Uso limitado do espaço pessoal; - Utilização razoável da superfície; - Alguns movimentos e elementos técnicos se encaixam na música e suas frases musicais; - “Pontos Altos” localizados em diferentes locais da pista; - Alguma noção de ritmo; - Algumas mudanças de energia expressados durante o programa.
0,25 / 0,75	- Falta de profundidade nos eixos; - Fluidez e deslizamento irregular; - Pouca ou nenhuma inclinação; - Joelhos rígidos; - Falta de controle - Empurrar no freio; - Habilidade fraca em manter a velocidade; - Falta de potência	- Sem variedade de passos (exemplo: uso predominante de progressivos, chasses patinação reta); - Movimentos são fracos e com falta de controle.	- Pouca ou nenhuma relação entre a maneira de patinar e a música e/ou tema; - Uso apenas de uma parte do corpo (braços); - Excesso de uso de braços sem nenhuma variedade de movimentos; - Inconsistência ou falta de interpretação com a música; - Sem “sentimento” expressado pelo patinador.	- Pouco ou nenhum uso de espaço pessoal; - Uso de uma pequena área da pista; - Movimentos e elementos técnicos sem relação com a música e suas frases musicais; - “Pontos Altos” concentrados na mesma parte do programa ou na mesma área da quadra;



				- Falta evidente de noção de ritmo; - Sem mudanças de energia exigida pela música.
--	--	--	--	---

LIVRE INDIVIDUAL BÁSICO

Para as provas de LIVRE INDIVIDUAL BÁSICO será utilizado o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com base na categoria "FREE SKATING - PROMOTIONAL - Minis - Basic" para ser utilizada como cadastro de prova. **E desta forma, todos os valores dos elementos e deduções são os de tabela de valores e deduções do RollArt.**

CATEGORIA (idade em 31/12)	TEMPO DE MÚSICA NOVATOS	TEMPO DE MÚSICA INICIANTES	TEMPO DE MÚSICA BÁSICO
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	2:00min +- 10 segundos		
TOTS: ATÉ 9 ANOS			
MINI: ATÉ 11 ANOS			
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS			
CADETE: ATÉ 15 ANOS			
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS			
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS			
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS			

ELEMENTOS

Salto:

- Máximo de quatro (4) saltos são permitidos em todo o programa entre Waltz Jump, Toeloop e Salchow.
- Os dois saltos isolados devem ser diferentes.
- Obrigatório uma (1) combinação de saltos com dois (2) saltos.
- No máximo (2) duas execuções do mesmo salto.

Giros:

- Máximo de dois (2) elementos de giro permitido, com um total de três (3) giros em todo o programa.
 - o Um deles deve ser uma combinação com dois eixos diferentes.
 - o Um deve ser um isolado em qualquer eixo.



- Permitido apenas Uprights (solo e em combinação). Máximo de duas repetições de cada corrupio.

Uprights são corrupios realizados em um pé com eixo definido e sem a utilização do freio na execução do elemento. Não serão validadas posições difíceis e variações difíceis de corrupios, apenas a variação difícil de número de voltas (6 voltas ou mais) e apenas no corrupio isolado. E a utilização de Upright em eixo externo receberá bonificação de 15% (utilizando como Difficult Change – DC), no isolado ou na combo.

Footwork:

Deve ser realizada no eixo longo ou diagonal. O início deve ser parado. Para atingir o nível 1, deve apresentar e confirmar 4 dificuldades (passos/viradas/BM) dos seguintes listados: 3ti - Inside Three Turn (Virada de Três Interna), 3to - Outside Three Turn (Virada de Três externa), OpMk - Open Mohawk (Mohawk Aberto), Tr – Travelling, (apenas um será contado para o nível) e três (03) BM – Body movement (alto, médio ou baixo). Máximo de trinta (30) segundos. Deve cobrir pelo menos $\frac{3}{4}$ da pista.

Esclarecimentos para Footwork Sequence

- Para validar as viradas/passos, elas devem ser executadas corretamente e mostrar eixos claros antes e depois da troca de direção e as cúspides devem ser claras. Viradas puladas, viradas sem eixo ou viradas onde o patinador coloca a perna livre no chão durante ou na saída da virada não serão contadas.
- Cada tipo de virada/ passo pode ser contado apenas duas vezes.
- Paradas rápidas são permitidas se precisarem caracterizar a música.
- Não é permitida a execução de saltos durante o elemento (mesmo que não seja um salto reconhecido). O salto será considerado um elemento ilegal e será penalizado como tal.
- Os patinadores podem apresentar quantos Body movements desejarem.
- Pode ser realizado um passo/viradas extra. Se realizar mais passos/viradas terá o nível reduzido.

TABELA DE VALORES PARA PROVAS ROLLART

JUMPS													
JUMP	CODE	3	2	1	BASE	<	<<	-1	-2	-3	Combo	Combo <	Combo <<
No Jump	NJ												
Waltz Jump	1W	0.3	0.2	0.1	0.4	0	0	-0.1	-0.2	-0.3	0.41		



Toeloop	1T	0.3	0.2	0.1	0.6	0.42	0.3	-0.1	-0.2	-0.3	0.61	0.43	0.31
Salchow	1S	0.3	0.2	0.1	0.6	0.42	0.3	-0.1	-0.2	-0.3	0.61	0.43	0.31

SPINS								
SPIN	CODE	3	2	1	BASE	-1	-2	-3
No Spin	NS							
Upright Spin	U	0.3	0.2	0.1	0.5	-0.1	-0.2	-0.3

STEP SEQUENCE								
LEVEL	CODE	3	2	1	BASE	-1	-2	-3
No Step Seq	NSt							
Level Base	StB	0,9	0,6	0,3	1,8	-0,3	-0,6	-1,0
Level 1	St1	0,9	0,6	0,3	2,3	-0,3	-0,6	-1,0

DEDUÇÕES PARA LIVRE BÁSICO

Uma dedução de um (1.0) ponto (a menos que especificado de outra forma) será aplicada à soma do conteúdo técnico e da impressão artística sempre que uma das seguintes situações ocorrer:

PELO ÁRBITRO GERAL

Ajoelhar ou deitar no chão mais de uma vez ou por mais de cinco (5) segundos	1.0 ponto
Violação de figurino (com avaliação dos juízes)	1.0 ponto
Tempo do programa menor que o mínimo ou maior que o máximo	0.5 ponto cada 10 seg ou parte dele
O tempo entre o início da música e o primeiro movimento é maior que 10 segundos	0.5 ponto
Música com letra inadequada ou com palavrões em qualquer idioma, ou com palavras faladas (narração) em violação às Regras Gerais	1.0 ponto
Patinar para fora da área designada para competição ou tocar na barreira da pista durante o programa	0.5 ponto
Entrada e saída da pista não respeitando o tempo permitido	0.5 ponto
Quedas	1.0 ponto

PELO PAINEL TÉCNICO



Apresentar salto de uma rotação na sequência de passos.	1.0 ponto
Elemento obrigatório ausente	1.0 ponto
Elemento ilegal	1.0 ponto
Posição obrigatória em um elemento de giro não foi executada	1.0 ponto

COLOCAÇÕES PARA LIVRE BÁSICO

As colocações serão definidas pelo maior somatório de pontos.

Em caso de empate:

- No programa Único/free dance, vence o(a) atleta com a maior pontuação artística.

QOE POSITIVO PARA LIVRE BÁSICO

Os Juízes deverão atribuir um QOE (qualidade do elemento) para cada elemento chamado pelo especialista. Para atribuir o QOE os juízes deverão observar a quantidade de características (features) positivas / negativas apresentadas no elemento, bem como, diminuir o valor do “QOE” em caso de erros. Abaixo seguem algumas diretrizes para nortear a atribuição do “QOE” aos elementos apresentados nesse regulamento.

- 0 Quando o patinador atinge os requisitos básicos do elemento;
- +1 Quanto o patinador realiza 1 ou 2 características positivas;
- +2 Quanto o patinador realiza 3 ou 4 características positivas;
- +3 Quanto o patinador realiza 5 ou 6 características positivas;

Características (“Features”)

SALTOS
• <i>Altura e extensão muito boas.</i> • <i>Excelente extensão na aterrissagem e/ou saída original e criativa.</i> • <i>Entrada difícil e/ou inesperada para o salto.</i> • <i>Passos e movimentos de patinação claros e reconhecíveis imediatamente antes do impulso.</i> • <i>Posição difícil e artística no ar e/ou início tardio da rotação.</i> • <i>Ótima fluidez e velocidade horizontal no impulso e na aterrissagem.</i> • <i>Execução sem demonstrar esforço ou tensão (ou seja, o salto aparenta ser realizado com facilidade).</i> • <i>Harmonizar a execução do elemento com a estrutura da música.</i>
GIROS



- Boa capacidade de centralizar o giro rapidamente.
- Bom controle do giro durante toda a execução (entrada, rotação, saída, troca de pé/posição).
- Boa velocidade e aceleração durante o giro.
- Número equilibrado de rotações em cada posição (para giros combinados).
- Número de rotações muito superior ao mínimo exigido.
- Execução do elemento alinhada com a estrutura musical.
- Originalidade e efeito visual de destaque.

SEQUÊNCIA DE PASSOS

- Eixos profundos e limpos (incluindo entrada e saída nas mudanças de direção).
- Clareza e precisão.
- Bom controle e envolvimento de todo o corpo. O uso do corpo significa a utilização evidente de braços, cabeça, ombros, tronco e perna livre combinados em pelo menos três (3) momentos da sequência de passos. Esses movimentos devem influenciar o equilíbrio corporal.
- Boa energia na execução.
- Boa velocidade e aceleração durante o elemento.
- Execução do elemento alinhada com a estrutura da música.
- Musicalidade.
- Criatividade e originalidade.
- Desenho complexo de passos.
- Distribuição lógica e equilibrada de passos/giros ao longo da sequência.

QOE NEGATIVO PARA LIVRE BÁSICO

A tabela a seguir apresenta, no lado esquerdo, os erros para os quais o QOE DEVE ser exatamente o indicado, e no lado direito os erros em que os juízes devem reduzir a pontuação caso o erro descrito ocorra.

Erros para os quais o QOE DEVE ser o indicado	Valores	Erros para os quais o QOE pode variar	Valores
SALTOS (JUMPS)			
Downgrade (<<<)	-3	Sem velocidade, sem altura, sem extensão, posição incorreta no ar	-1 ou -2
Queda	-3	Underrotated (<)	-1



Aterrissagem com dois pés ou no pé errado	-3	Half rotated (<<)	-2
Stepping out (saída com passo)	-2 ou -3	Impulso tecnicamente incorreto	-1 ou -2
Duas mãos no chão na aterrissagem	-3	Falta de fluidez e ritmo entre os saltos da combinação	-1 ou -2
Double three ou half toe-loop após aterrissagem	-2 ou -3	Aterrissagem não limpa (posição errada / eixo errado / toe-stop)	-1 ou -2
Aterrissagem direta e prolongada em toe-stop	-3	Preparação longa	-2
Uso de toe-loop como salto de ligação	-2 ou -3	Mão ou perna livre tocando o chão na aterrissagem	-1
GIROS (SPINS)			
Duas mãos no chão para evitar queda	-3	Posições incorretas, lentidão	-1 a -3
Saída de sit spin com dois pés	-3	Troca de pé mal executada: curva de entrada/saída, toe-stops, eixos, pumping	-1 a -3
Giro invertido com perna flexionada apenas para atingir rotações mínimas	-2 ou -3	Giro movendo-se / não centralizado	-2 ou -3
Sit spin sem verticalização antes de descer para a posição (spin solo ou primeiro da combinação)	-2 ou -3	Mão ou perna livre no chão para evitar queda	-2 ou -3
Queda	-3	Trajetória ruim (travelling ruim)	-1
		Saída de sit spin com toe-stop	-2
		Troca de pé com deslocamento do eixo	-2
		Controle insuficiente (entrada, rotação, saída, posição)	-2
		Dois pés no chão entre spins da combinação com ganho de impulso	-2
SEQUÊNCIA DE PASSOS (FOOTWORK SEQUENCE)			
Queda	-3	Tropeço	-1 ou -2
		Fora do tempo	-1 ou -2



		Baixa velocidade e aceleração	-1
		Eixos fracos	-2
		Desenho (padrão) pobre	-2
		Falta de musicalidade	-1 a -3
		Distribuição ruim	-2

IMPRESSÃO ARTÍSTICA PARA LIVRE BÁSICO

Segue regulamento WS - Artistic Impression 2026 - Official Regulation Artistic

SOLO DANCE ESTADUAL

Será dividida em dois níveis e nas categorias abaixo. Julgamento será utilizando o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com a prova de “Solo Dance - Promotional - Minis – Intermediate” como cadastro, apenas uma Dança Compulsória de base por nível. Diagrama do nível iniciante, criado pela Federação Brasileira de Hóquei e Patinação – FEBRAHPA e diagrama do nível avançado, criado pela Federação Gaúcha de Patinação - FGP. Ver diagramas no ANEXO II.

- No Rollart será utilizada a dança AND FOXTROT para a BSB Foxtrot e a GLIDE WALTZ para a FGP Waltz como referência de valores.
- A competição acontecerá INDIVIDUALMENTE, apresentando 2 e 4 diagramas (2 voltas)
- Atletas do Torneio Nacional Dança e Solo Dance Aspirante não poderão participar do Solo Dance Estadual.
- A competição será mista (feminino e masculino juntos).
- O mesmo atleta pode participar nos dois níveis no mesmo evento, com inscrições independentes.
- Ver ANEXO II com diagramas das Danças.

CATEGORIA (idade em 31/12)	NÍVEL INICIANTE	NÍVEL AVANÇADO
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	BSB FOXTROT	FGP WALTZ
TOTS: ATÉ 9 ANOS		
MINI: ATÉ 11 ANOS		
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS		
CADETE: ATÉ 15 ANOS		
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS		
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS		
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS		



SOLO DANCE PRÉ-INTERNACIONAL

Será dividida nas categorias Cadete, Juvenil, Junior e Sênior. Julgamento será feito com Rollart. Para as provas de Solo Dance Pré-Internacional será utilizado o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com base na categoria "Solo Dance Ladies - Mini" para ser utilizada como cadastro de prova. E desta forma, todos os valores dos elementos são os de tabela de valores RollArt.

CATEGORIA (idade em 31/12)	Danças do MINI WS do ano 2026 1. <i>Skaters March</i> 2. <i>Olympic Foxtrot</i>
CADETE: 14 e 15 ANOS	
JUVENIL: 16 ANOS	
JÚNIOR: 17 E 18 ANOS	
SÊNIOR: 20 ANOS OU MAIS	

FREE DANCE ESTADUAL

Para as provas de Free Dance Estadual será utilizado o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com base na categoria "Solo Dance Ladies – Espoir Basic (Freedance)" para todas as categorias e para ser utilizada como cadastro de prova. Desta forma, todos os valores dos elementos e deduções são os de tabela de valores e deduções do RollArt.

CATEGORIA (idade em 31/12)	FREE DANCE ESTADUAL
PRÉ-TOTS: ATÉ 7 ANOS	Tempo de música: 2:15 min (+- 10 segundos)
TOTS: ATÉ 9 ANOS	
MINI: ATÉ 11 ANOS	
INFANTIL: ATÉ 13 ANOS	
CADETE: ATÉ 15 ANOS	
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS	
SÊNIOR: ATÉ 30 ANOS	
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS	

ELEMENTOS OBRIGATÓRIOS

O FREE DANCE deve conter:

- Sequência Artística de Trabalho de Pés (Artistic Footwork Sequence): máximo nível 1, máximo 30 segundos.



- Sequência de Passos de Dança (Dance Steps Sequence), máximo nível 1, máximo 30 segundos.
- Uma (1) sequência de Traveling, máximo nível 1, máximo 15 segundos.
- Uma (1) sequência coreográfica (Choreographic Sequence), máximo 30 segundos.

Regras e considerações para a modalidade:

- A competição de Free Dance Estadual será mista (feminino e masculino juntos).
- Atletas do Solo Dance Internacional e Torneio Nacional Free Dance, não poderão participar da categoria Free Dance Estadual.
- No Free Dance Estadual os atletas que alcançarem uma das **três primeiras colocações (1º, 2º e 3º) no pódio em qualquer fase estadual** serão obrigados a competir no Torneio Nacional na temporada seguinte - com exceção das categorias SÊNIOR e MASTER, que não estão sujeitas a essa progressão.

Requisitos para Sequência Passos de Dança (Dance Step Sequence)

Uma sequência de passos de dança que incorpora o uso de passos/elementos de patinação/movimentos artísticos, etc., que são esteticamente agradáveis e demonstram as habilidades criativas naturais do patinador e a capacidade de dançar a música escolhida.

Requisitos de Nível Básico - StSqB:

Os patinadores devem incluir passos/passos de ligação.

O padrão é livre. Possui um limite de tempo.

Nível 1 – StSq1

Nível Base E deve realizar 4 passos confirmados.

Passos a serem considerados: cruzado à frente (Cross in front), cruzado atrás (Cross Behind), chasse cruzado (Cross Chasse), rolls cruzados (Cross Roll), troca de eixo (Change of Edge), mohawks fechados ou abertos (não pode ser Heel to Heel), Choctaws fechados ou Choctaws abertos.

Features não precisam ser apresentadas para atingir o nível.

Esclarecimentos

- Cada tipo de passo listado pode ser apresentado duas vezes, mas a segunda vez deve ser diferente: pé e/ou direção. Os passos devem ser executados corretamente para serem confirmados.
- Troca de eixo: Para ser confirmada, o patinador deve realizar uma mudança de um eixo claro para um eixo claro diferente com inclinação correta.
- Saltos apresentados serão contados no número total de saltos permitidos no programa.



- *Choctaws abertos ou fechados e mohawks abertos ou fechados de frente para trás, e mohawks fechados e Choctaws fechados de trás para frente serão considerados.*
- *Paradas rápidas são permitidas se precisarem caracterizar a música.*
- *Os patinadores podem apresentar quantas características desejarem.*
- *Não há restrição sobre viradas usados ao longo da sequência.*
- *Para Categorias com nível máximo: Se o patinador apresentar mais de um passo extra do que o exigido para o nível máximo da categoria, o nível será reduzido em um (1).*
- *Crosses e Cross Chase são considerados o mesmo tipo de passo.*
- *Um agrupamento de passos (steps cluster) é a sequência de pelo menos três tipos diferentes de passos realizados um imediatamente após o outro. Os três primeiros passos do agrupamento devem ser diferentes.*

Requisitos para Sequência Artística (Artistic Sequence)

Deve ser realizada no eixo longo ou diagonal. O início deve ser parado. Para atingir o nível 1 estadual, deve apresentar e confirmar 4 dificuldades (passos/viradas/BM) dos seguintes listados: 3ti - Inside Three Turn (Virada de Três Interna), 3to - Outside Three Turn (Virada de Três externa), OpMk - Open Mohawk (Mohawk Aberto), Tr – Travelling, (apenas um será contado para o nível) e três (03) SE – Skating Elements (grupos de a. ao f.). Máximo de trinta (30) segundos. Deve cobrir pelo menos $\frac{3}{4}$ da pista.

ESCLARECIMENTO: Caso o patinador execute mais de um passo extra além do exigido para o nível máximo da categoria, o nível será reduzido em um (1).

Esclarecimentos para Artistic Sequence

- *Para validar as viradas/passos, elas devem ser executadas corretamente e mostrar eixos claros antes e depois da troca de direção e as cúspides devem ser claras. Viradas puladas, viradas sem eixo ou viradas onde o patinador coloca a perna livre no chão durante ou na saída da virada não serão contadas.*
- *Cada tipo de virada/ passo pode ser contado apenas duas vezes.*
- *Paradas rápidas são permitidas se precisarem caracterizar a música.*
- *Os patinadores podem apresentar quantos Skating Elements desejarem.*
- *Pode ser realizado um passo/viradas extra. Se realizar mais passos/viradas terá o nível reduzido.*

Requisitos para a Sequência de Traveling

São viradas realizadas em um pé com múltiplas rotações contínuas (sem eixo para não caracterizar como viradas de três). Sem alteração de ritmo entre as viradas, deve ser uma ação contínua.

Requisitos de traveling de nível básico (TrB):

- *Dois (2) sets (conjuntos) de duas (2) rotações.*
- *A duração máxima da travelings é de quinze (15) segundos.*



Requisitos de traveling de nível 1 (Tr1):

- *Nível B e cada set deve ter pelo menos três (3) rotações e deve incluir uma (1) feature.*

Grupo de features

Grupo 01

a. Entrada difícil no primeiro conjunto do elemento:

- Spread Eagles OU Ina Bauer (usando no mínimo seis (6) rodas): não é permitido mudar o eixo antes de iniciar a rotação e as características devem ser mantidas até a entrada do primeiro set.*
- Salto deve ser de 1 revolução (360°): o eixo de finalização deve ser o eixo de entrada para o traveling.*
- Choctaw: apenas Choctaws de frente para trás e Choctaws fechados de trás para frente serão considerados. Não é permitido mudar o eixo antes de iniciar a rotação.*
- Viradas: rocker ou counter: não é permitido mudar o eixo antes de iniciar a rotação.*
- Stag Jump ou Split. Toe stop é permitido na finalização do salto.*

- ##### **b. Pés diferentes:** *um set deve ser executado com o pé direito e outro com o pé esquerdo. Se estiver executando um terceiro set de traveling, a mudança de pé pode ser entre o segundo e o terceiro set.*

Grupo 02

- Cotovelo(s) pelo menos no mesmo nível ou acima do ombro (a(s) mão(s) pode(m) estar acima da cabeça, no mesmo nível da cabeça ou abaixo da cabeça).*
- Movimento contínuo significativo dos braços durante o número necessário de rotações.*
- Mãos entrelaçadas atrás das costas e longe delas.*
- Braços, um atrás e outro na frente como um paraquedas.*
- Braços retos cruzados na frente e estendidos para longe do corpo (entre a cintura e o nível do peito e abaixo do nível dos ombros).*

Grupo 03

- Perna livre cruzada à frente ou atrás sob a linha do joelho (piruetas).*
- Rodas de skate livres seguradas por uma ou duas mãos.*
- Perna alta livre esticada ou dobrada lateralmente (pelo menos um ângulo de 45 graus em relação à vertical).*

Grupo 4 – Características Extras (Apenas para categorias Cadete, Júnior, Sênior e Master)

As features extras confirmados receberão uma porcentagem de bônus do valor do elemento conforme indicado abaixo.

- TT - Terceiro set de traveling (+1.1).*
 - Deve ser apresentado um terceiro set na sequência da travelings.*
 - Deve ser do número de rotações exigido para o nível máximo da categoria.*
 - Deve ter no mínimo três (3) rotações.*



- IV. Deve ser executado dentro dos quinze (15) segundos permitidos.
- V. As Features do Grupo 2 ou Grupo 3 podem ser apresentadas durante o terceiro set. Uma dessas features adicionais pode ser incluído nos features para obter o nível.
- VI. Diferentes features de pés do Grupo 1 podem ser executados entre a segunda e o terceiro set.
- VII. A mudança de direção necessária pode ser executada entre o segundo e o terceiro set.
- b. WM - Movimento contínuo da perna livre (+1,0). O movimento precisa começar na primeira rotação completa e terminar durante a última rotação.
- c. CB - O centro do corpo é deslocado do eixo vertical lateralmente ou torso torcido em pelo menos 45 graus (+1,7).
- d. LSP - Perna livre em posição estática. Para esta posição, o pé livre deve estar mais alto que a cintura. A posição também pode ser alcançada com a ajuda das mãos. (+1,3)
- e. WK - Mudando o nível da perna de patinação (joelho) com um movimento de onda contínua (+2,0). O movimento precisa começar na primeira rotação completa e terminar durante a última rotação.

Esclarecimentos

- Se um (1) dos sets não estiver correto (por exemplo, execução evidente de virada de três), mas as rotações e/ou features foram realizadas, a sequência de traveling será chamada com um (1) nível a menos (por exemplo, se era um nível 3, será chamado como nível 2). Se dois (2) dos sets forem executados com viradas de três claras, então o nível não será superior ao nível Base.
- Se o patinador cair ou houver qualquer interrupção ou perda de controle com apoio adicional (toque do pé/perna livre e/ou mão), que interrompa completamente o elemento (ou seja, o patinador não consegue continuar o elemento), o traveling será considerado pelo que foi realizado antes da queda ou interrupção.
- Se houver uma interrupção ou perda momentânea de controle e o patinador for capaz de continuar o elemento, o painel técnico pode considerar o que foi completado antes da interrupção, desde que no mínimo duas rotações tenham sido concluídas, e continuar a avaliar o que o patinador completar após a interrupção.
Exemplo: Se o patinador tocar o chão momentaneamente após duas rotações no primeiro set e depois continuar para completar um segundo ou terceiro set no elemento, o painel técnico considerará o primeiro set de duas rotações e o que foi completado após a interrupção nos sets subsequentes.
- As rotações do traveling devem ser rápidas e demonstrar a capacidade de manter o controle do eixo do corpo.
- Não é permitido empurrar com o freio ou parar antes de iniciar o traveling ou durante os passos-giros entre os conjuntos. Isso resultará na redução de um (1) nível.



- Deve haver pelo menos dois passos claros entre os sets do traveling, sem empurrar com o freio para ganhar velocidade. Se isso ocorrer, o traveling será reduzido em um (1) nível.
- As características devem ser executadas corretamente e durante todo o set para serem consideradas, e devem ser diferentes para contarem em direção ao nível.
- Os patinadores podem usar a primeira meia rotação para alcançar a posição requerida por uma feature.
- Um salto usado como entrada difícil contará para o número de saltos permitidos no programa.
- Não há um número máximo de rotações a serem realizadas; no entanto, as features, giros e passos de conexão serão cronometrados como parte do tempo permitido. Todas as features e giros realizados após o tempo máximo não serão contados para o nível.
- Não há um número máximo de features realizadas; no entanto, no caso da Extra feature, apenas uma será considerada com o bônus. Esta será a mais difícil das extras features confirmadas.
- Características dos grupos 2 e 3 não serão consideradas na execução das extra feature b, c, d e e, mesmo que a extra feature seja tentada, mas não confirmada.
- Extra Feature não é permitida nas categorias Pré-Tots, Tots, Minis e Infantil. Se utilizados, serão penalizados como um elemento ilegal.

Requisitos para Sequência Coreográfica (Choreographic Sequence)

- A sequência coreográfica terá um valor fixo de três (3,0) pontos.
- A sequência é livre, onde os patinadores devem demonstrar: habilidade de patinar, criatividade, capacidade coreográfica, originalidade, musicalidade, com movimentos corporais, utilizando todo o espaço pessoal.
- O painel técnico chamará o elemento e os árbitros darão o QOE.
- Paradas são permitidas.
- A sequência pode ter uma duração máxima de trinta (30) segundos.

Requisitos Básicos

- Os patinadores devem demonstrar a capacidade de patinar de acordo com a música e interpretar a música usando elementos técnicos como: passos, giros, arabesques, pivôs, Ina Bauer, spread eagles, saltos de uma rotação (não declarados) incluídos nos saltos permitidos, giros rápidos.
- A sequência deve começar de uma posição parada ou *stop & go* e deve cobrir pelo menos $\frac{3}{4}$ da pista.

OBS: Se estes dois requisitos não forem cumpridos o painel técnico não confirmará o elemento.

LIMITAÇÕES GERAIS PARA A MODALIDADE



- **Giros de Dança:** máximo de dois (2) giros de dança, com no mínimo duas (2) rotações (menos de duas rotações não é considerado um giro), incluindo aqueles apresentados dentro de elementos técnicos. Spins não são permitidos na Sequência de Trabalho de pés.
- **Saltos de Dança:** máximo de dois (2) saltos de uma (1) rotação (não mais que uma rotação no ar). Todos os saltos não serão considerados como elementos de valor técnico. Os saltos exigidos usados como features dos elementos técnicos serão contados nos dois (2) permitidos. Saltos não são permitidos na Sequência de Trabalho de pés.
- **Parada:** uma parada é considerada quando o patinador permanece parado por mais de três (3) segundos, até um máximo de oito (8) segundos. Um máximo de duas (2) paradas podem ser executadas durante todo o programa, com duração mínima de três (3) segundos e máxima de oito (8) segundos cada (excluindo o início e o final).
- **Posições Estacionárias:** ajoelhar-se ou deitar-se no chão é permitido apenas duas (2) vezes durante todo o programa, com um máximo de cinco (5) segundos cada (incluindo o início e o final). Mãos no chão (por exemplo, uma estrela) não serão consideradas como deitar-se. As posições estacionárias não serão consideradas como elementos de valor técnico, mas sim de valor artístico.
- **Início e fim do programa:** os patinadores não podem exceder oito (8) segundos parados.

COLOCAÇÕES NA DANÇA COMPULSÓRIA

As colocações serão definidas pelo maior somatório de pontos.

Em caso de empate:

- No programa de Solo Dance (Dança Compulsória), vence o(a) atleta com a maior pontuação técnica.

Empate de Pontuação Total

Caso dois ou mais atletas obtenham exatamente a mesma pontuação total na prova na dança compulsória, deverão ser observados os seguintes critérios de desempate, na ordem descrita:

1. Primeiro Critério de Desempate

Será considerada a maior soma das notas técnicas de ambas as danças realizadas. O atleta com maior pontuação técnica total será classificado à frente.

2. Segundo Critério de Desempate



Persistindo o empate, será considerada a maior nota técnica obtida na segunda dança apresentada. O atleta com maior pontuação técnica na segunda dança será classificado à frente.

3. Empate Absoluto

Caso todos os critérios acima resultem em igualdade total, será considerado empate na classificação final, não havendo possibilidade de novo critério de desempate. Premiação dos atletas empatados na mesma classificação sem ocupar as demais colocações do pódio.

DEDUÇÕES PARA SOLO DANCE E FREE DANCE ESTADUAL

Uma dedução de um ponto (1.0) (a menos que especificado de outra forma) será aplicada ao somatório do conteúdo técnico e da impressão artística sempre que uma das situações a seguir ocorrer:

PELO ÁRBITRO GERAL

Ajoelhar ou deitar no chão mais de duas vezes ou por mais de cinco (5) segundos no total (incluindo início e fim).	1.0 ponto
Parar mais de duas vezes ou por mais de oito (8) segundos no total (excluindo início e fim).	1.0 ponto
Violação de figurino (com avaliação dos juízes).	1.0 ponto
Tempo do programa menor que o mínimo ou maior que o máximo permitido.	0.5 para cada 10 segundos ou parte dele
Mais de dez (10) segundos entre o início da música e o primeiro movimento.	0.5 ponto
Música com letra inadequada ou com palavrões em qualquer idioma, ou palavras faladas (narração) em desacordo com as Regras Gerais.	1.0 ponto
Patinar fora da área de competição designada ou tocar na barreira da pista durante o programa.	0.5 ponto
Entrada e saída da pista sem respeitar o tempo permitido.	0.5 ponto
Quedas	1.0 ponto

PELO PAINEL TÉCNICO

Ausência de elemento obrigatório.	1.0 ponto
Elementos ilegais	1.0 ponto



Compulsory Dance: o número de compassos de abertura em todas as danças não deve exceder 24 compassos de música.	0.5 ponto
Pattern Dance: o primeiro passo da seção seguinte, ou o próximo passo da dança exigido pelas regras, não é executado corretamente.	0.5 ponto

QUARTETO ESTADUAL

Será dividida em seis categorias. Para as provas de Quarteto Estadual será utilizado o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com base na categoria "Quartet - Cadet" para todas as categorias e para ser utilizada como cadastro de prova. Desta forma, todos os valores dos elementos e deduções são os de tabela de valores e deduções do RollArt.

CATEGORIA (idade em 31/12)	TEMPO MÚSICA QUARTETO ESTADUAL
TOTS/MINI: ATÉ 10 ANOS	2:15 min (+ 10 segundos)
MINI/INFANTIL: ATÉ 13 ANOS	
CADETE: ATÉ 15 ANOS	
JÚNIOR: ATÉ 18 ANOS	
SÊNIOR: A PARTIR DE 19 ANOS	
MASTER: A PARTIR DE 31 ANOS	

ELEMENTO OBRIGATÓRIO

Apenas um elemento será obrigatório para a modalidade, sendo este o elemento criativo. É permitido incluir outros elementos técnicos de quarteto, porém estes não terão valor de base e serão avaliados exclusivamente dentro dos componentes.

O QUARTETO deve conter:

- ELEMENTO CRIATIVO

O elemento não pode ser realizado como o primeiro ou último elemento do programa sem que tenha transição antes ou depois.

Requisitos básicos



- *elemento deve ter duração mínima de cinco (5) segundos.*
- *Deve haver uma mudança evidente de formação ou configuração.*
- *Para que o elemento seja validado (valor fixo), todos os patinadores devem participar do elemento, apresentando movimentos criativos e inovadores.*

Diretrizes para o Elemento Criativo

- *É permitido o uso de diferentes níveis e/ou destaque de patinadores para enriquecer a coreografia e a música.*
- *Os movimentos escolhidos podem ser executados simultaneamente, em variação rítmica ou em momentos distintos, podendo ser realizados por patinadores individuais, duplas ou pelo grupo completo de quatro patinadores.*
- *Os patinadores podem parar ou permanecer estacionários a qualquer momento durante o elemento, desde que a pausa reflita e enriqueça a estrutura musical.*
- *Um levantamento pode ser incorporado ao Elemento Criativo. Este levantamento deve ser realizado pelo grupo e não apenas por dois patinadores.*
- *Não há exigências mínimas ou restrições quanto à área de deslocamento que os patinadores devem cobrir enquanto preparam e executam o Elemento Criativo.*

Regras gerais para a modalidade

- *Não pode ser composto por dois casais, duplas, mas sim por quatro patinadores atuando como um grupo.*
- *Liberada a participação do quarteto (com todos os mesmos integrantes) apenas uma temporada.*
- *Deve entregar set de elementos contendo o nome do quarteto, título e tempo de início do elemento criativo.*

Limitações para a modalidade

- **Giros:** Máximo de um (1) giro, com no mínimo duas (2) rotações (menos de duas rotações não será considerado um giro). Giros permitidos, apenas Upright. Não são permitidos: Sit, Camel, Heel, broken ou invertido).
- **Saltos:** Máximo de dois (2) saltos (incluindo os requeridos como features), sendo ambos com uma (1) rotação. Todos os saltos não serão considerados como elementos de valor técnico.
- **Parada:** Uma parada é considerada quando um ou mais patinadores permanecem imóveis por mais de três (3) segundos, até um máximo de oito (8) segundos.
 - É permitido um máximo de duas (2) paradas durante todo o programa, cada uma com duração mínima de três (3) segundos e máxima de oito (8) segundos (excluindo o início e o fim do programa).
- **Posições estacionárias:** Ajoelhar-se ou deitar-se no chão por um ou mais patinadores é permitido no máximo duas (2) vezes durante todo o programa, com duração máxima de cinco (5) segundos cada (incluindo o início e o fim).



- Apoiar as mãos no chão (como em uma estrela/cartwheel) não será considerado como uma posição deitada.
- Posições estacionárias não serão consideradas elementos de valor técnico, mas sim de valor artístico.
- **Início e fim do programa:** Os patinadores não podem exceder oito (8) segundos parados no início ou no fim do programa.

TABELA DE VALORES PARA QUARTETO

CREATIVE ELEMENT									
DANCE	LEVEL	CODE	3	2	1	BASE	-1	-2	-3
No Level Creative Element	0	NLCr	0	0	0	0	0	0	0
Creative Element	1	Cr1	0.6	0.4	0.2	3	-0.2	-0.4	-0.6

DEDUÇÕES PARA QUARTETO

A deduction of one point (1.0) (unless otherwise specified) will be applied to the sum of technical content and artistic impression each time one of the following is executed:

PELO ÁRBITRO GERAL

Mais de vinte (20) segundos para entrada na pista e posicionamento de objetos ou adereços.	0.5
Mais de quarenta (40) segundos entre o fim da apresentação e a liberação total da pista	0.5
Mais saltos ou giros do que o máximo permitido	1.0
Ajoelhar ou deitar no chão mais de duas vezes ou por mais de cinco (5) segundos no total (incluindo início e fim)	1.0
Paradas superiores a duas vezes ou por mais de oito (8) segundos no total (excluindo início e fim)	1.0
Uso incorreto de adereços	0.5 por uso incorreto
Violação de figurino (com avaliação dos juízes)	1.0
Tempo do programa menor que o mínimo ou maior que o máximo	0.5 para cada 10 segundos ou parte dele
Mais de quinze (15) segundos entre o início da música e o primeiro movimento	0.5
Música com letra inadequada ou com palavrões em qualquer idioma, ou com palavras faladas (narração)	1.0



Patinar fora da área designada para competição ou tocar na barreira da pista durante o programa	0.5
Entrada e saída da pista sem respeitar o tempo permitido	0.5
Queda para cada patinador	1.0

PELO PAINEL TÉCNICO

Faltando elemento obrigatório	1.0
Elemento ilegal	1.0

MASTER SHOW SOLO E DUPLA

Será dividida em duas categorias. Julgamento com sistema RollArt e com notas de componentes. Para as provas de Master Show Solo e Dupla será utilizado o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com base na categoria "Solo Dance Ladies – Mini Basic (Freedance)" e para dupla "Couple Dance – Tots Basic" para todas as categorias e para ser utilizada como cadastro de prova. Desta forma, todos os valores dos elementos e deduções são os de tabela de valores e deduções do RollArt.

CATEGORIA (idade em 31/12)	Tempo de música: ATÉ 2:00 min
30 A 44 ANOS	
45 ANOS OU MAIS	

SHOW DANCE – MICHELE AUREA BEZERRA – MAB

Será dividida em três categorias de Solo (individual) e duas de dupla. Julgamento com sistema RollArt e com notas de componentes. Para as provas de Master Show Solo e Dupla será utilizado o sistema internacional de julgamento com uso do software RollArt com base na categoria "Free Skating Tots" e para dupla "Pairs - Tots" para todas as categorias e para ser utilizada como cadastro de prova. Desta forma, a impressão artística e deduções são os de tabela de valores e deduções do RollArt.



CATEGORIA SOLO (idade em 31/12)	CATEGORIA DUPLA (idade em 31/12)	Tempo de música: ATÉ 2:00 min
MAB JUNIOR 20 a 35 anos	MAB DM1 20 a 35 anos	
MAB SENIOR 1 de 36 A 45 anos	MAB DM2 acima de 35 anos	
MAB SENIOR 2 acima de 45 anos		

Programa máximo MAB SOLO:

- *Saltos isolados até 01 volta;*
- *Corrupios isolados em pé;*

Programa máximo MAB DUPLA:

- *Saltos isolados até 01 volta;*
- *Corrupios de livre escolha;*
- *Levantamentos até o ombro do rapaz*

Considerações sobre a modalidade

- *Masculino e Feminino competem juntos*
- *Lembrar que o critério de julgamento será o mérito artístico*
- *Será permitido objetos cênicos e é liberado o uso de adereços.*
- *A música poderá ser cantada e/ou instrumental desde que não vá contra os princípios éticos e morais.*
- *O vestuário é de livre escolha desde que não seja indecoroso.*



ANEXO I

FIGURAS DE ALONGAMENTO BÁSICAS

As posições abaixo serão chamadas como figuras de alongamento quando apresentadas e sustentadas por 3 tempos ou mais.

POSIÇÕES CARRINHO



Sit em dois pés (Carrinho de dois pés):

Neste exercício o patinador abaixa o quadril até a altura ou abaixo dos joelhos, que permanecem juntos. Os braços não devem tocar em nenhuma parte do corpo, antes de descer, durante a execução da posição ou ao levantar. Mas a localização dos braços fica a critério do patinador.



Carrinho de um pé (Shoot the Duck):

Este exercício começa com a perna livre na frente da perna portante. A perna portante aumenta sua flexão até atingir pelo menos o nível do joelho ou abaixo, mantendo a perna livre sem encostar no chão. O patinador receberá mais crédito quando a perna livre estiver paralela ao plano do chão e quando os braços não fizerem contato com nenhuma parte do corpo ao abaixar, durante ou ao levantar, deixando a localização dos braços à escolha do patinador.

POSIÇÕES EM PÉ (UPRIGHT POSITION)



Garça (Flamingo/Cadeirinha):

O patinador desliza enquanto transfere o peso do corpo para a perna de trás enquanto eleva o joelho da perna livre acima do joelho de trás até uma altura máxima do nível do quadril, segurando o pé próximo à perna de base (que permanece totalmente estendida), ou em à sua frente a uma distância de um (1) patim. O corpo é mantido em uma posição alta e ereta. Os braços estarão localizados na posição desejada pelo patinador. Se o patinador colocar o joelho na altura do quadril, ele terá um QOE positivo.



Lunge (índio):

Neste exercício o patinador permanece com as duas (2) pernas na superfície da pista. As pernas estarão localizadas afastadas a uma distância maior que a largura dos ombros, paralelas ou às laterais do corpo. Uma das pernas ficará flexionada e a outra ficará estendida para trás ou para o lado, mantendo o corpo ereto. É importante que todas as rodas continuem deslizando na pista (não levante nenhuma roda). A localização dos braços fica a critério dos patinadores.



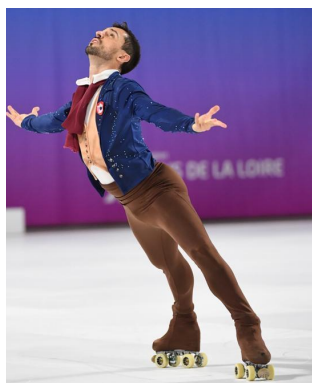
Open Camel (Avião):

Esta posição consiste em patinar apoiando apenas uma (1) perna e levantar a outra perna para trás o mais alto possível, perpendicular ao corpo. As costas devem estar o mais reta possível, paralelas ao solo. O elemento será contado quando os ombros, o patim e o joelho livre estiverem pelo menos no nível dos quadris.



Arco:

Este exercício é similar ao Camel, mas a perna livre é segurada com a mão, levando em consideração que a posição da mão deve estar localizada nas rodas da perna livre. A perna de base deve estar reta. O torso deve estar elevado.



Spread Eagle (águia):

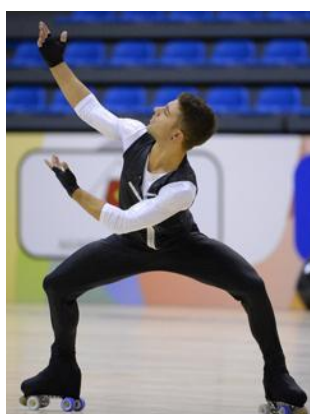
É uma figura técnica que pode ser realizada em eixo externo ou interno, durante a qual o patinador que executa uma abertura frontal mantendo os dois pés em traçados iguais. Ambas pernas estendidas.

**Ina Bauer:**

É uma figura técnica como a águia aberta (externa ou interna), durante a qual o patinador que executa uma abertura frontal mantém os dois pés em diferentes traçados paralelos. Um dos joelhos dobra enquanto o outro permanece estendido.

**Half Hackenmond:**

É uma figura técnica que pode ser realizada em eixo externo ou interno, durante a qual o patinador que executa uma abertura frontal mantendo os dois pés em traçados iguais. Um dos joelhos dobra enquanto o outro permanece estendido.

**Hackenmond:**

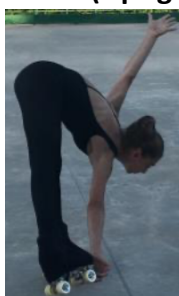
É uma figura técnica que pode ser realizada em eixo externo ou interno, durante a qual o patinador que executa uma abertura frontal mantendo os dois pés em traçados iguais. Os dois joelhos dobras enquanto.



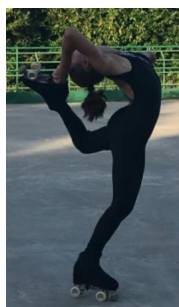
FIGURAS DE ALONGAMENTO BONIFICADAS

As figuras de alongamento serão bonificadas se cumprirem com os requisitos de cada posição, caso contrário, será chamada a figura de alongamento, mas sem a bonificação.

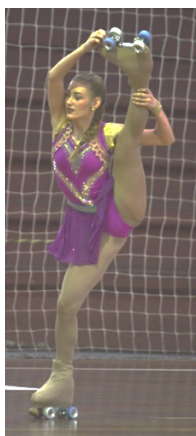
Posições em Pé (Upright Position):



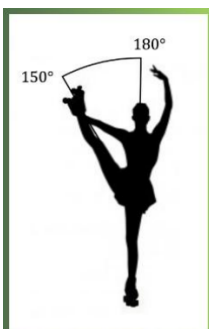
Forward – torso projetado para baixo em eixo interno de costas.



Layback – é a posição em pé com a projeção da cabeça e ombros para trás em forma de arco. A posição da perna livre é opcional.



Split (Metro ou Bandeira) – Extensão dos membros inferiores.





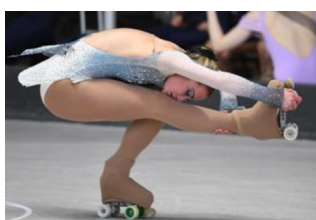
Biellmann – Perna livre alongada atrás com apoio das mãos e puxada para acima e em direção da cabeça.

Este exercício é realizado levantando uma perna e segurando-a com a mão do mesmo lado, do lado oposto ou de ambos, para trás e acima da cabeça. Tirando-o da mesma linha vertical do corpo e diretamente atrás. A tomada do pé fica a critério do Patinador desde que ele possa segurá-lo de qualquer uma das rodas do patim ou do freio ou do peito do pé, mas não pode ser na perna. A elasticidade do patinador será melhor aproveitada de acordo com a posição do pé. O corpo deve permanecer alto e ereto, conseguindo um arco que formará uma curva com a linha da perna de apoio. A cabeça está inclinada para trás e o patim livre deve estar acima da cabeça. **Maior crédito será dado quando o exercício for executado com o braço e a perna livre totalmente estendidos e elevados o mais alto possível acima da cabeça.**



Torso Sideways - O patinador deve estar em uma posição de abertura completa com o torso inclinado lateralmente.

Posições Agachadas (Sit Position):



Forward – Extensão total da perna livre e torso inclinado para frente apoiado na perna.

Posição de Camel (Camel Position):



Forward – perna / pé livre com apoio/sustentação da a mão. O torso deve estar levemente inclinado para a frente e as costas devem estar arqueadas.



Camel Kerrigan - Este exercício é o mesmo que o Camel, mas a perna livre é segurada com a mão, levando em consideração que a posição da mão deve estar localizada no nível do joelho ou abaixo dele. A perna livre deve estar reta.



Sideways (Ring Horizontal) – A posição deve ser semelhante a um “donut” ou “anel”, com o pé e o joelho da perna livre na mesma altura da cabeça. Os ombros devem ser girados até que fiquem “quase” perpendiculares ao chão. O patim da perna livre é segurado com uma ou duas mãos e está em uma linha horizontal (patim - tronco - cabeça), A perna livre deve ser aproximada a cabeça gerando um arco, levando em consideração que o joelho da perna livre não sofre nenhuma elevação.



Layover – Rotação do torso, ombros perpendiculares ao chão, mantendo a posição de camel.

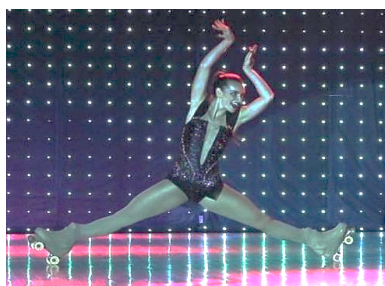


Inverted – esta é uma posição de camel, mas com o corpo voltado para cima (na posição invertida). Os ombros devem estar voltados para o teto e na mesma altura dos quadris ou abaixo. A posição da perna livre deve ser mantida no lugar não mais baixa do que a altura dos ombros para criar uma posição arqueada.

Posições Especiais



Fan Spiral - Este elemento de eixo externo de costas ocorre com a perna livre segurada acima da linha da cabeça sem apoio na parte frontal ou lateral do patinador. Para ser bonificada, essa posição deve ser mantida com a perna livre estendida acima da linha da cabeça, e durante a execução deste elemento, as mãos não podem interferir.



Spread Eagle (Heel) – min. 120º entre as pernas



Charlotte – min. 150º entre as pernas



Sonja (Baixinho) – torso paralelo ao chão, sem utilização de qualquer apoio para descer e subir.

BONIFICAÇÕES DAS FIGURAS DE ALONGAMENTO

POSIÇÃO	VALOR ADICIONAL
Posições em Pé (Upright Position)	
Forward	40%
Layback	30%
Split	70%
Biellmann	70%
Torso Sideways	70%
Posições Agachadas (Sit Position)	
Forward	40%
Posição de Camel (Camel Position)	



Forward	30%
Camel Kerrigan	20%
Sideways (ring horizontal)	90%
Layover	15%
Inverted	70%
Posições Especiais	
Fan Spiral	90%
Spread Eagle (Heel) – min. 120º entre as pernas	60%
Charlotte – min 150º entre as pernas	60%
Sonja - Baixinho	40%
Ring (vertical)	30%



ANEXO II

BSB FOXTROT

Criado por FEBRAHPA

RITMO: Foxtrot

TEMPO: 104 BPM

Posição Par: Killian cruzada atrás

ENTRADA

A dança começa na contagem 1 de um compasso musical. O primeiro passo deve ser o passo #1. A entrada não deve exceder 24 beats.

DESCRIÇÃO

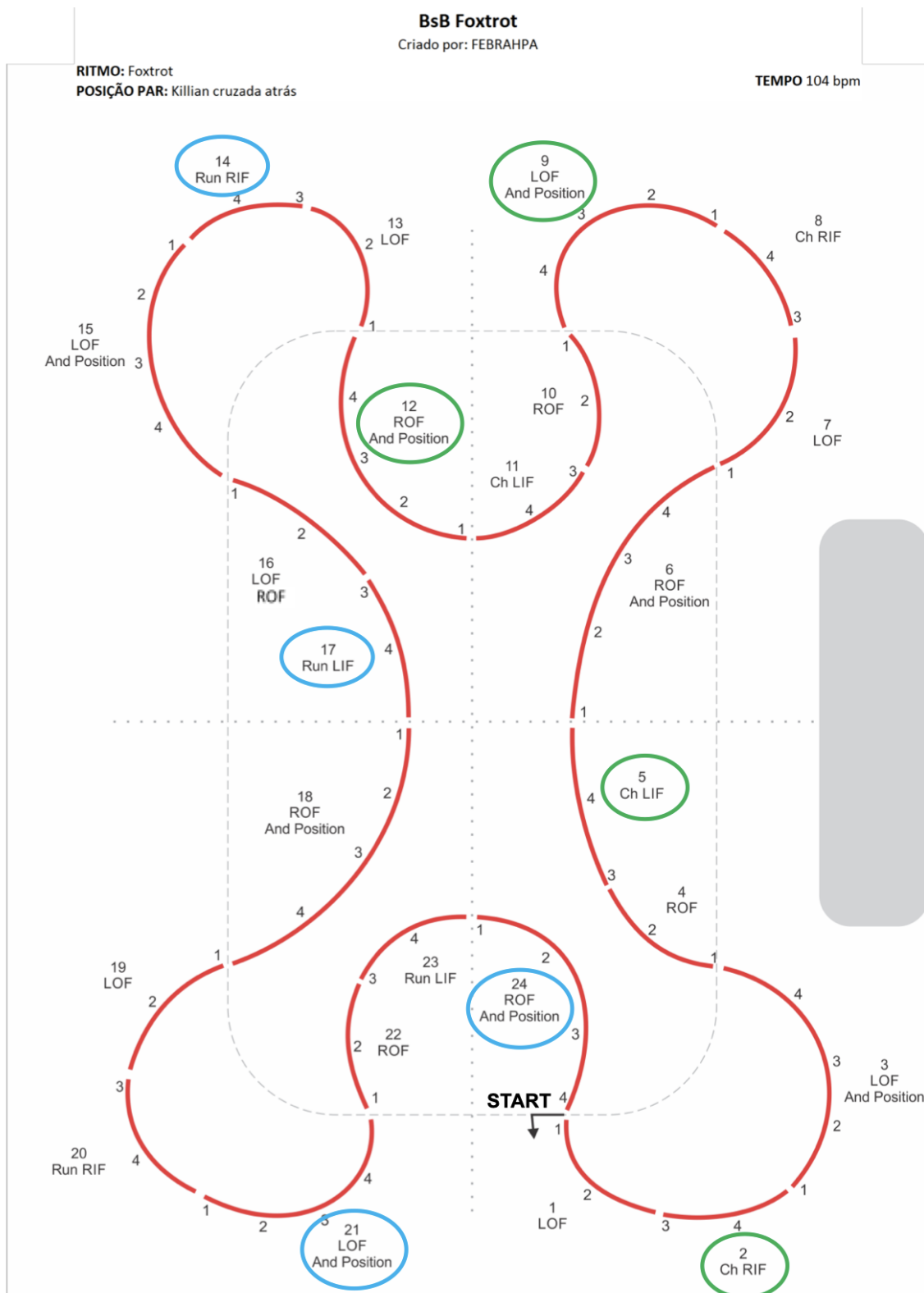
STEP Nº	STEPS	MUSICAL BEATS	ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS
1 st SECTION			
1	LOF	2	
2	Ch RIF	2	O atleta deverá executar o Chasse de forma correta.
3	LOF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
4	ROF	2	
5	Ch LIF	2	O atleta deverá executar o Chasse de forma correta.
6	ROF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
7	LOF	2	
8	Ch RIF	2	O atleta deverá executar o Chasse de forma correta.
9	LOF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
10	ROF	2	
11	Ch LIF	2	O atleta deverá executar o Chasse de forma correta.
12	ROF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
2 nd SECTION			
13	LOF	2	
14	Run RIF	2	O atleta deverá executar o run de forma correta.
15	LOF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
16	ROF	2	
17	Run LIF	2	O atleta deverá executar o run de forma correta.



18	ROF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
19	LOF	2	
20	Run LIF	2	O atleta deverá executar o run de forma correta.
21	LOF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.
22	ROF	2	
23	Run LIF	2	O atleta deverá executar o run de forma correta.
24	ROF + And position	2 + 2	Tempo 1-2: a perna livre deverá estar fixa e alongada atrás. Ao 3º tempo, a perna livre assume de imediato a posição "AND", que deverá manter-se até o 4º tempo.



DIAGRAMA





FGP WALTZ – SOLO

Por Karolina Telles e Marina Netto

RITMO: VALSA

TEMPO: 120 BPM

PATTERN: Set

ENTRADA

A dança começa na contagem 1 de um compasso musical. O primeiro passo deve ser o passo #1. A entrada não deve exceder 24 beats.

DESCRIÇÃO

STEP Nº	STEPS	MUSICAL BEATS	ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS
1	ROF	2	Impulso externo em direção ao eixo longo.
2	Ch LIF	1	Chasse interno em direção ao eixo longo. Posição do pé da perna livre com a altura de 1 roda do chão, paralela ao chão, sem ocorrer sobrepasso.
3	ROF	3	Impulso externo em direção à barreira longa e eixo curto.
4	XF LIF	3	As rodas traseiras do pé à frente devem passar das rodas dianteiras do pé de base, mostrando uma posição “AND” cruzada, gerando velocidade no XF, mantendo os eixos e os tempos corretamente. Em direção à barreira longa oposta à patinada nos passos anteriores.
5	ROF	3	Impulso externo em direção à barreira longa.
6	XR LOF	2	O cross roll deve demonstrar claramente a troca de inclinação correta, localizado na baseline, em direção a barreira longa, mantendo os respectivos eixos externos, com os tempos corretos, gerando aumento da velocidade.
7	Ch RIF	1	Chasse interno em direção à barreira longa. Posição do pé da perna livre com a altura de 1 roda do chão, paralela ao chão, sem ocorrer sobrepasso.
8	LOF	3	Impulso externo em direção à barreira longa.
9	Run RIF	3	Run em direção à barreira curta.
10	LOF	3	Impulso externo em direção à barreira curta.
11	DpCh RIF	3	Dropped chasse iniciando da posição “and”, mantendo o eixo interno durante 3 tempos, com a perna livre estendida à frente. Início do passo em direção à barreira curta e final do passo em direção à barreira longa, deve estar localizado passando o eixo longo.
12	LOF	2	Impulso externo em direção à lateral longa.
13	Ch LIF	1	Chasse interno em direção à lateral longa. Posição do pé da perna livre com a altura de 1 roda do chão, paralela ao chão, sem ocorrer sobrepasso.
14	LOF Sw	3+3	O patinador executa um impulso externo paralelo à lateral longa, executando um movimento pendular da perna livre de trás para



			frente, no quarto tempo. O final do passo deve estar em direção ao eixo longo.
--	--	--	--

DIAGRAMA

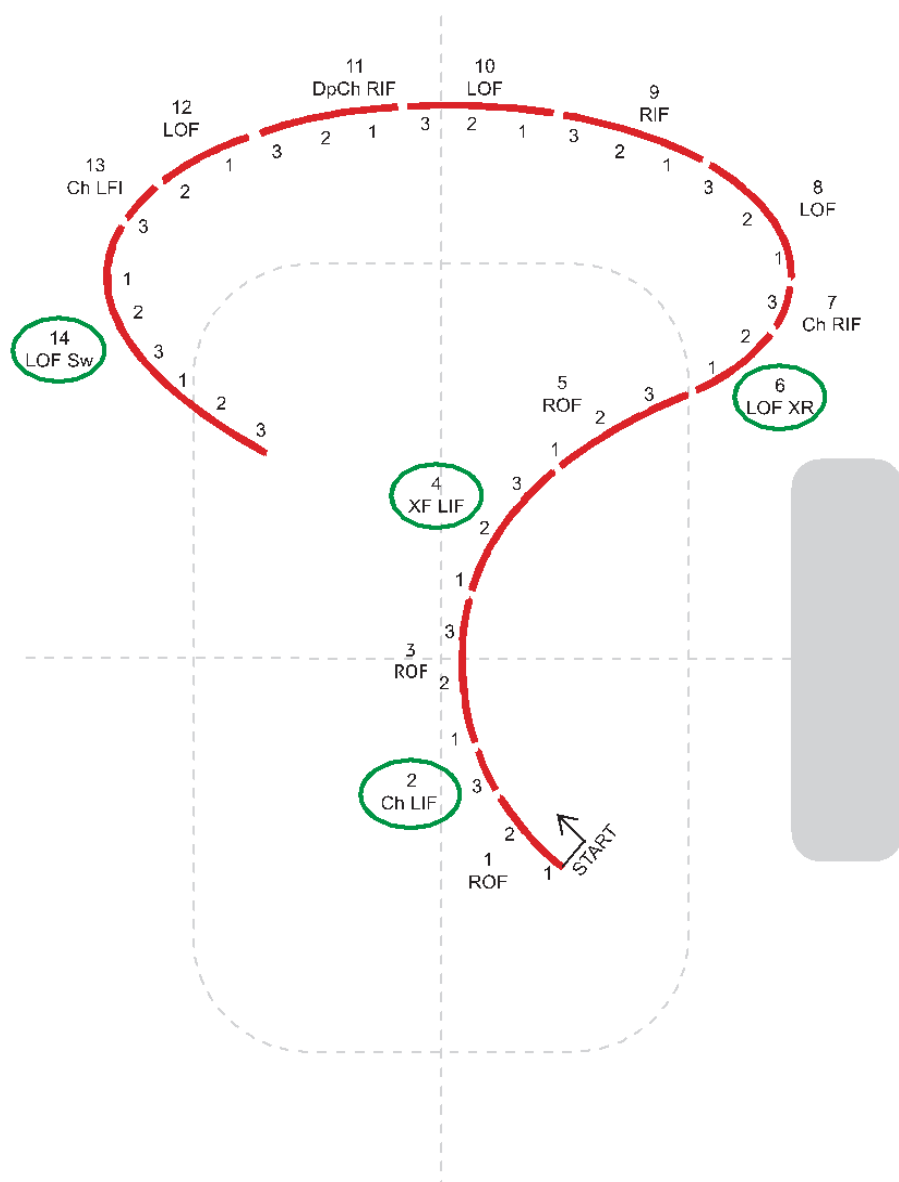
FGP WALTZ – SOLO

Por Karolina Telles e Marina Netto

RITMO: VALSA

TEMPO: 120 BPM

PATTERN: Set





KEY POINTS - FGP WALTZ - SOLO

1. Step 2 Ch LIF (1 beat)

- *Timing correto do passo;*
- *Execução técnica correta do Chassé, com a altura de 1 roda paralela ao chão, em um eixo interno claro;*
- *Sem desvio do eixo interno durante todo o passo;*

2. Step 4 XF LIF (3 beats)

- *Timing correto do passo;*
- *Execução correta do cross in front no eixo interno, com os pés próximos e paralelos;*

3. Step 6 XR LOF (2 beats)

- *Timing correto do passo;*
- *Correta execução técnica do cross roll, realizada com clareza no eixo externo, com inclinação adequada do corpo;*

4. Step 13 LOF Sw (3+3 beats)

- *Timing correto do passo;*
- *Execução técnica correta do swing, mantendo o eixo externo do início ao fim, passando a perna livre para frente no 4º beat.*



ANEXO III

FIGURAS OBRIGATÓRIAS

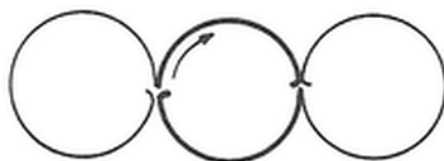


Fig. 111A

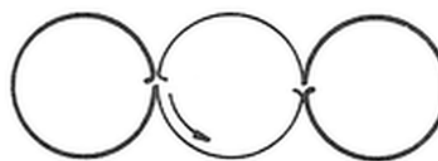


Fig. 111B

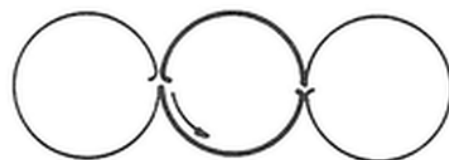


Fig. 112A

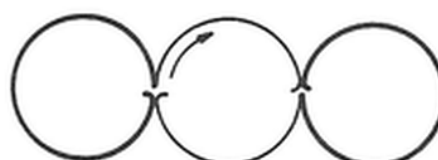


Fig. 112B

SERPENTINE EIGHT

Figure:	111A		ROF-LOF
	111B		LOF-ROF
	112A		RIF-LIF
	112B		LIF-RIF

OPEN LOOP

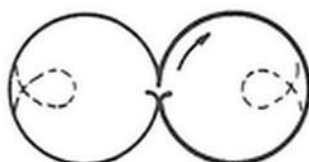


Fig. 114

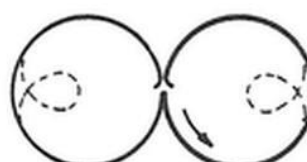


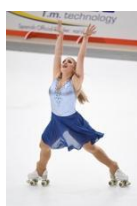
Fig. 115

LOOP CIRCLE

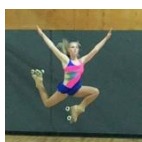
Figure:	114		ROF-LOF
	115		RIF-LIF



SKATING ELEMENTS



- a) *Ina Bauer usando um mínimo de seis (6) rodas, spread eagles, Hackenmond*



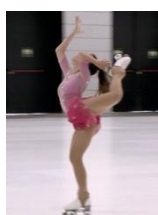
- b) *Stag Jump, Split Jump, Butterfly, Fly Camel*

- c) *Salto*

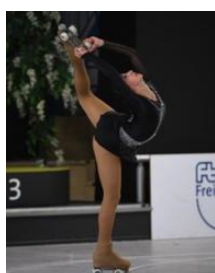


- d) *Biellmann, invertido, anel (vertical ou horizontal)*

Invertido: esta é a posição Camel mas com o corpo voltado para cima (em posição invertida). Os ombros devem estar à mesma distância do chão e na mesma altura dos quadris. A posição da perna livre deve ser mantida no lugar, não abaixo da altura dos ombros, para criar uma posição arqueada.



Posição de anel (vertical ou horizontal): posição com a perna livre segurada. A posição deve ser semelhante a um “donut”, com o pé e joelho da perna livre na mesma altura da cabeça. A posição pode ser vertical ou horizontal.



Biellmann: a perna livre do patinador é puxada por trás para uma posição mais alta e em direção ao topo da cabeça, próxima ao eixo de rotação do patinador. Os graus entre as costas e os isquiotibiais da perna livre, devem ser inferiores a 90°.



e) *Charlotte, Ilusion*

Charlotte: é executado em posição vertical com a perna livre estendida verticalmente em posição aberta e o tronco cai para frente, o mais próximo possível da perna que patina. É uma posição fixa que progride ao longo do chão.

Ilusion: na posição de camel o patinador abaixa o tronco e levanta a perna livre enquanto gira. O corpo deve permanecer em linha reta da cabeça aos pés.

f) *Giro de dança*