

REGLEMENT SYNCHRO 2007

Mis à jour le 30 Août 2007

CHAPITRE 1

REGLE DE L'AMATEURISME - R. ISU 102

1-DEFINITION:

1.1 - Un amateur est une personne qui n'a pas enfreint les statuts et les règlements de la Fédération Française des Sports de Glace et de l'Union Internationale de Patinage - ISU.

Seuls les amateurs peuvent prendre part aux Compétitions et Championnats Nationaux et Internationaux en Patinage Synchronisé.

1.2- Une personne n'est plus amateur si elle :

- a accepté un avantage financier sans autorisation fédérale, pour sa préparation et sa participation en compétition et sans que cet avantage financier ne transite par la FFSG,
- a participé de quelque façon que ce soit à une compétition en violation des règlements de l'ISU et de la FFSG,
- a participé à un spectacle sur glace, une exhibition ou donné des cours de patinage, sans l'approbation de la FFSG, ou si elle accepte que son nom, sa photo ou elle-même serve de publicité pour un produit commercial ou une entreprise sans l'approbation de la FFSG.
- ne respecte pas, dans la pratique du sport, les règles de l'ISU et de la FFSG, ainsi que l'esprit de sportivité et de loyauté,
- reçoit une rémunération d'un propriétaire ou directeur de patinoire ou d'un organisateur de spectacle sur glace, de la FFSG ou d'un club affilié.

1.3 - Une personne qui n'est plus amateur d'après le paragraphe 1.2, ne peut être un compétiteur, membre d'une équipe, ne peut faire partie d'un jury en tant que Juge-Arbitre ou Assistant, Juge, Contrôleur Technique, ou Spécialiste Technique, être un membre de la FFSG, être un délégué à un congrès de l'ISU.

2. OBLIGATIONS DE LA FFSG.

2.1 - Les règles de l'amateurisme de toutes les Fédérations Membres de l'ISU, devront obligatoirement contenir toutes les clauses restrictives des règles de l'ISU ainsi que les restrictions supplémentaires dont elles pourront décider.

2.2 - Un non - amateur, selon les règles de l'ISU, doit donc être considéré comme un non amateur pour sa propre fédération, et ne peut donc pas prendre part aux activités amateurs de cette Fédération.

3. PERTE DU STATUT D'AMATEUR.

3.1 - Le Conseil de l'ISU peut supprimer à un patineur ou à un officiel son statut d'amateur pour toute infraction aux prescriptions de cette règle :

- après avoir étudié et considéré comme valables les preuves de non amateurisme ;
- après avoir donné la possibilité à l'intéressé de fournir des explications (au besoin par lettre);
- après avoir avisé la Fédération de l'intéressé.

Cette personne peut aussi être déclarée « Persona non grata » et ne plus avoir accès à aucune activité ISU.

Ce patineur ou cet officiel peut faire appel dans un délai de **15 jours** suivant la lettre de l'ISU notifiant l'infraction ayant entraîné la perte du statut d'amateur.

Passé ce délai, la personne intéressée perdra tout droit de fournir des explications et la sanction sera entérinée.

3.2 - La FFSG, en tant que Membre de l'ISU, a le droit d'étudier et de décider, dans l'esprit des règles de l'ISU, de tous les cas concernant le statut d'amateur qui n'auront pas été prévus dans ces règles.

3.3-11 est possible de faire patronner un Championnat, une compétition ou une exhibition, ainsi que l'entraînement et l'équipement par une firme commerciale, à condition que les règles de l'amateurisme soient strictement observées.

4. RETABLISSEMENT DU STATUT D'AMATEUR.

4.1 - Il n'est plus nécessaire à un professionnel de passer par l'ISU pour être réintégré comme amateur, sauf s'il veut devenir juge international.

4.2 - Le rétablissement du statut d'amateur pourra être fait si l'intéressé n'a touché aucune rémunération pendant au moins une année.

4.3 - Un juge ou un juge-arbitre qui a été rétabli comme amateur, après la perte du statut d'amateur, ne pourra officier comme juge pour un championnat de France ou une compétition nationale, qu'après un délai d'un an suivant son retour comme amateur.

4.4 - Seule la FFSG, sur demande de la Commission Sportive Nationale de Patinage Synchronisé, est apte à rétablir ou non le statut d'amateur.

5. RESTRICTION D'ELIGIBILITE.

5.1 – Les patineurs inéligibles pourront servir comme Spécialistes Techniques, Data-Opérateurs, et Opérateurs-Vidéo dans toutes les compétitions et championnats nationaux et internationaux.

5.2 – Les employés payés par leur Fédération, leurs clubs affiliés et les entraîneurs, ne peuvent être Juge-Arbitre, Assistant, Contrôleur Technique, Juges lors de compétitions ou championnats sanctionnés par l'ISU.

- Ces mêmes personnes ne peuvent faire partie du Conseil de l'ISU, être un membre élu des Comités Techniques ISU ou de la Commission de Discipline ISU.

- Ces personnes peuvent assister au Congrès ISU mais sans droit de vote. Constitution Part A § 13.

- Cependant ces personnes peuvent être Spécialistes Techniques, Data-Opérateurs ou Opérateurs-Vidéo.

6. SPONSORS ET MARQUES.

- Dans toutes les compétitions et championnats sanctionnés par l'ISU, les compétiteurs, les officiels d'équipe, les entraîneurs et service personnel, peuvent porter sur eux seulement deux (2) sponsors de **30 cm²** chacun maximum (**Tabac et Alcool interdit**) lors des sessions hors glace, dans le « kiss and cry » l'aire d'interview des télévisions, et pendant les entraînements.

- Un sponsor supplémentaire peut encore être porté mais ne peut dépasser la taille de 13cm².

- Les marques et sponsors pourront être mesurés par les Officiels présents.

- Lors de la performance en Compétition, des Exhibitions, et lors de la Cérémonie de remise des Médailles, aucun sponsor ne peut être sur le costume des sportifs.

CHAPITRE 2

COMPETITIONS NATIONALES

PARTICIPATION - ORGANISATION

1. GENERALITES :

Les Compétitions Nationales comprennent :

- * les Championnats de France ELITE, D1, D2 de Patinage Synchronisé,
- * la Coupe de France D3 Préparatoire et Adulte de Patinage Synchronisé,
- les Compétitions Interligues.

2. CATEGORIES :

Les Compétitions Nationales en Patinage Synchronisé se déroulent selon les catégories suivantes : **Senior, Junior, Novice, Juvénile, Préparatoire + et – de 15 ans, Adulte.**

3. ANNONCES:

La Commission Sportive Nationale de Patinage Synchronisé, publie dans le courant du premier trimestre de la saison en cours, un calendrier des dates des Compétitions Nationales pour les différentes catégories.

4. INSCRIPTIONS :

4.1 : Règles de Participation:

Pour participer à une Compétition Nationale en Patinage Synchronisé, il faut :

- être de nationalité française et être obligatoirement en possession d'une Licence Compétition **Patinage Synchronisé** en cours de validité,

- avoir le statut d'Amateur, selon les règles Internationales ISU en cours d'application,
- fournir une photocopie de la licence en cours de validité lors de l'inscription.

4.2 : Modalités d'Inscriptions

- Les inscriptions aux Compétitions Nationales sont exclusivement effectuées par les Clubs.
- La liste des Equipes participantes est arrêtée quatre semaines avant le début de la Compétition. Passé ce délai aucune inscription ne sera acceptée.
- Les inscriptions sont à adresser au Club organisateur, 4 semaines minimum avant la date de la Compétition, avec copie à la FFSG et la CSNPS.
- Le montant des frais d'inscription, fixé chaque année par la CSNSB est à régler au club organisateur.

4.3 : Qualification

- Une équipe peut être composée de patineurs licenciés appartenant à des Clubs différents.
- **Le nom de chaque Equipe ne peut en aucun cas être celui d'un club, d'une Ligue ou d'une région géographique et ne doit pas faire référence à une société commerciale ou de distribution de produits manufacturés faisant appel à une marque déposée.**
- Les équipes peuvent être composées indifféremment de filles, garçons ou mixtes.
- **Une Equipe peut participer à plus d'une catégorie, lors d'une compétition, à condition d'utiliser un autre programme et une musique différente, et de changer au minimum 50% des patineurs pour la nouvelle catégorie.(R.ISU 701).**

- Chaque équipe peut inscrire lors de chaque Compétition en plus des participants officiels au maximum

4 remplaçants sur la liste de l'équipe.

- Toute équipe des catégories Senior, Junior ou Novice participant à une compétition nationale doit patiner les deux programmes demandés avec le même nombre de patineurs.
- Dans l'hypothèse où un (e) patineur (se) se blesserait avant le début de la compétition, et que l'équipe concernée n'a pas de substitut, l'équipe ne sera autorisée à poursuivre la compétition qu'avec l'accord du Juge-Arbitre et sur présentation d'un certificat médical du médecin délégué.

4.4 : Nationalité - R.ISU 109

- Un patineur ne peut représenter qu'une seule Fédération au cours d'une même saison.
- Un patineur de nationalité étrangère peut participer à des Compétitions en France, après avoir obtenu l'autorisation de sa Fédération d'origine et l'accord de la FFSG. Il doit être licencié compétition Patinage Synchronisé pour la saison en cours, et appartenir à un Club affilié FFSG.
- Le nombre de patineurs de nationalité étrangère ne doit pas excéder 25 % de l'Equipe.

5. FORMATION DES EQUIPES :R ISU 701 et R Français

a) SENIOR JUNIOR NOVICE JUVENILE

Championnat de France Elite, D1, 16 patineurs + 4 remplaçants possibles.

Championnat de France D2, 12 à 16 patineurs.

Senior : âge minimum 14 ans au 1^{er} juillet précédent la compétition.

Junior : âge minimum 12 ans et maximum 19 ans au 1^{er} juillet précédent la compétition.

Novice : âge de 10 ans révolus à moins de 15 ans au 1^{er} juillet précédent la compétition.

Juvenile : âge de moins de 12 ans au 1^{er} juillet précédent la compétition.

b) COUPE NATIONALE PREPARATOIRE D3: 8 à 14 patineurs.

2 catégories : plus de 15 ans et moins de 15 ans, moyenne d'âge avec les substituts.

c) **COUPE NATIONALE ADULTE**: 8 à 16 patineurs âgés de plus de 21 ans ; 75 % des patineurs de l'Equipe doit être âgé de plus de 25 ans au 1er juillet précédant la compétition.

- **Division 1** : Règle ISU 701 ou règle dérogatoire pour les compétitions françaises (sans cumul).

- **Division 2** : Règle ISU 701 ou règle dérogatoire pour les compétitions françaises (sans cumul).

- **Division 3** : possibilité d'inclure dans une équipe de Division 3 un maximum de 4 patineurs de Division 2 mais aucun patineur Elite ou de Division 1.

- Les patineurs (y compris les remplaçants) des équipes ayant fait le Championnat du Monde

Senior ou la Coupe du Monde Junior ne pourront pas être inclus dans une équipe de Division 1 ou de Division 2 ou de Division 3 sauf les Juniors qui pourront être inclus dans une équipe senior Division 1.

- Les patineurs (y compris les remplaçants) des équipes Elite non sélectionnées au Championnat du Monde Senior ou à la Coupe du Monde Junior pourront uniquement être inclus dans une équipe de Division 1 dans leur catégorie ou la catégorie supérieure.

6. DEROULEMENT des COMPETITIONS :

En Patinage Synchronisé, lorsque la compétition ne comporte qu'un programme de patinage libre, celle-ci peut se dérouler sur une seule journée. Lorsque la compétition comprend un programme court, ou un exercice technique et un programme libre, elle doit se dérouler sur deux jours.

En fonction du nombre d'équipes participantes, la compétition peut avoir lieu sur une seule journée, à condition d'avoir un temps d'arrêt entre programme court, exercice technique ou programme libre.

Le programme court ou l'exercice technique doit être exécuté en premier.

6.1 : Durée du Programme Court : Senior et Junior 2'50 maximum mais peut être moins long aussi.

Le temps est décompté à partir du moment où l'équipe commence à bouger ou à patiner, au maximum

10 sec. après le départ de la musique, jusqu'à un arrêt total à la fin du programme.

Tout élément commencé après 2'50 ne sera pas pris en compte et sera compté comme élément omis, aucune évaluation ne sera faite.

Si l'Equipe ne termine pas son programme dans le temps prescrit, une déduction sur le score total sera faite toutes les 5 secondes manquantes ou en excès. La déduction sera faite par le Juge-Arbitre.

6.2 : Durée de l'Exercice Technique Novice : 2'30, Juvénile : 2 min

6.3 : Programme Libre : voir le règlement technique relatif à chaque catégorie (chap.3).

6.4 : Durée du Programme Libre : elle peut être de 10 sec. en plus ou en moins du temps réglementaire. Le temps est décompté à partir du moment où l'équipe commence à bouger ou à patiner, au maximum 10 sec. après le départ de la musique, jusqu'à un arrêt total à la fin du programme.

Si l'Equipe ne termine pas son programme dans le temps prescrit, une déduction sur le score total sera fait toutes les 5 secondes manquantes ou en excès. La déduction sera faite par le Juge-Arbitre.

Si la durée du programme est supérieure ou inférieure à 30 sec. du temps réglementaire, le programme ne sera pas noté.

7. TIRAGE AU SORT - R.ISU 925

Il a lieu au minimum, une heure avant le début de la compétition en présence des capitaines d'Equipe et de leurs Entraîneurs qui peuvent tirer au sort l'ordre de passage de leur Equipe.

Le tirage au sort est conduit par le Juge Arbitre selon la procédure suivante :

- 1) appel des équipes par ordre alphabétique (nom des équipes),
- 2) tirage au sort de l'équipe qui commencera le tirage au sort,
- 3) tirage de l'ordre de passage, à partir de l'équipe déterminée en 2) et selon l'ordre alphabétique.

Une équipe peut se faire représenter lors du tirage au sort à condition d'avertir les organisateurs de son absence. Toute absence non motivée d'une équipe au tirage au sort annulera la participation de celle-ci à la Compétition.

8. ENTRAÎNEMENTS

a) **Entraînements non officiels** précédant la compétition :

La durée des sessions dépend des disponibilités de glace, du nombre d'équipes participantes et des différentes catégories de la compétition, et des heures de glace disponibles, offertes ou vendues par le club organisateur.

b) **Entraînements officiels** avant le début de chaque partie de la compétition :

L'ordre de passage des équipes est celui précédemment tiré au sort pour la Compétition :

- Programme Court = 10 ' par équipe (max 2 passages de musique).
- Programme Libre =12' par équipe (max 2 passages de musique).

Selon les règlements ISU aucun entraînement n'est autorisé en dehors des entraînements officiels lorsque le tirage au sort a été effectué.

9. ORDRE de PASSAGE du PROGRAMME LIBRE - R.ISU 933

- a) L'ordre de passage du programme libre est déterminé en fonction des résultats obtenus en programme court.
- b) Si deux ou plusieurs Equipes sont ex aequo pour la même place à l'issue du programme court, leur ordre de passage sera tiré au sort dans le même groupe.
- c) Quand il n'y a pas de Programme Court, l'ordre de passage se fait par tirage au sort selon l'ordre alphabétique des équipes participantes (voir §7).

10. ECHAUFFEMENT en COMPETITION - R.ISU 934 :

a) Programme Court : chaque Equipe aura une minute (1'00) d'échauffement (sans musique) sur la piste de compétition juste avant l'exécution de son programme.

b) Programme Libre : chaque Equipe aura une minute (1'00) d'échauffement (sans musique) sur la piste de compétition juste avant l'exécution de son programme.

c) L'échauffement débute au moment où l'équipe est appelée sur la glace.

d) Chaque Equipe dispose de 30 secondes pour sortir de piste après la fin du Programme Court et du Programme Libre.

11. REMPLACEMENT de PATINEUR - R.ISU 936.

Lorsque le programme (programme court ou programme libre) est commencé, aucun patineur ne peut être remplacé.

Les patineurs inscrits comme substituts peuvent servir de remplaçants si le Programme est interrompu par le Juge Arbitre, en raison de blessure ou en cas d'impossibilité de continuer la compétition.

12. DEPART et NOUVEAU DEPART - R.ISU 736

12.1- Départ : Les équipes sont appelées sur la piste pour exécuter leur programme selon l'ordre de passage déterminé au cours du tirage au sort précédant chaque partie de compétition.

12.2 - Nouveau Départ/ Interruption : pendant le programme court ou le programme libre, s'il y a interruption de la musique ou si les circonstances mettent en danger la sécurité des patineurs (blessure, vêtement ou équipements gênants) l'équipe doit s'arrêter au signal du Juge Arbitre.

Si les circonstances qui ont obligé l'équipe à s'arrêter peuvent être rectifiées sans délai, l'équipe pourra continuer son programme immédiatement à partir du point d'interruption.

En cas d'impossibilité de rectifications immédiates, il sera accordé deux (2) minutes à l'équipe par le Juge-Arbitre pour réparer les problèmes d'équipement, remplacer le patineur blessé par un substitut avant de continuer le programme à partir du point d'interruption.

La même situation s'applique si l'équipe s'arrête pour les mêmes raisons sans le signal du Juge-Arbitre.

Si le tempo ou la qualité de la musique est mauvaise, aucun nouveau départ ne sera autorisé à moins que l'équipe en informe le Juge-Arbitre moins de 30 secondes après le départ.

Si selon l'opinion du Juge Arbitre, un avis médical est nécessaire, le Juge Arbitre doit arrêter l'Equipe, lui accorder une période de deux (2) minutes avant de pouvoir reprendre le programme à son point d'interruption. La période des 2 minutes débute dès la prise de décision du Juge-Arbitre.

En aucun cas le programme ne peut être patiné à nouveau en entier.

Lorsque qu'un programme court ou un programme libre est commencé, aucun patineur ne peut être remplacé.

Le remplacement d'un patineur d'une équipe par un patineur substitut, ne peut se faire que si l'équipe est arrêtée par le Juge Arbitre en raison de blessures ou de problèmes d'équipement.

Si une équipe ne peut terminer son programme, aucune note ne sera attribuée.

Le même cas s'applique à une équipe à qui il a été donné l'occasion de continuer un programme après une interruption et qui est dans l'impossibilité de finir le programme.

13. PISTE de GLACE :

13.1 Pour tout Championnat de France ou Coupe de France :
Grandeur de la piste minimum obligatoire = 56 x 26m.

13.2 Réfection de Glace :

Catégories Senior, Junior:	Programme .Court, après 6 équipes
	Programme Libre, après 5 équipes

Catégories Novice, Juvénile : Exercice Technique, après 6 équipes
Programme Libre, après 6 équipes

Catégories Préparatoire, Adulte :
Programme Libre, après 6 équipes

14. JURY ET OFFICIELS :

Désignation : pour toutes les compétitions, les Jurys sont désignés par la CNOA voir le chapitre 5 "Juges".

15. RECLAMATIONS :

15.1 : Toutes les réclamations ou contestations au sujet d'une compétition ou d'un test doivent être formulées par le Capitaine de l'Equipe et adressées par écrit au Président de la CSNPS, dans les 8 jours suivant la compétition.

15.2 : Ces réclamations seront examinées par la CSNPS qui pourra décider de déférer la décision au Conseil Fédéral FFSG.

16. SANCTIONS:

Si un patineur, une équipe, un dirigeant, des parents, un responsable d'équipe, un entraîneur, s'exprime en public de façon injurieuse, ou s'il conteste les résultats d'une compétition, d'un test ou la qualification d'un officiel ou d'un juge, la Commission de Discipline de la CSNPS pourra prendre des sanctions disciplinaires à l'encontre de l'Equipe.

17. COMPETITIONS INTERLIGUES :

17.1 - Annonce de compétition :

Avant toute diffusion, le règlement d'une compétition de Patinage Synchronisé doit être adressé à la CSNPS au moins trois mois avant la date prévue de son déroulement.

17.2 - La CSNPS vérifie la conformité du règlement et dispose d'un délai de deux semaines pour demander à l'organisateur de le modifier si nécessaire.

Passé ce délai, le règlement est considéré conforme et l'organisateur peut en faire la diffusion auprès des Ligues / Clubs et équipes invitées à participer à la compétition.

17.3 - Invitation de clubs étrangers :

Les clubs organisateurs de rencontres amicales ou de compétitions désirant inviter des participants étrangers doivent en informer la FFSG/CSNPS qui avisera les Fédérations de ces Clubs pour accord de participation.

18. PARTICIPATION INTERNATIONALE

Compétitions ISU ou NON ISU Patinage Synchronisé

a) La participation d'une équipe à une Compétition Internationale ISU ne peut se faire sans l'accord de la Direction Technique Nationale (DTN) et de la CSNPS, seules habilitées à décider de la sélection des équipes.

b) Toute participation à une compétition ISU ou NON ISU est sujette à un contrôle de niveau quelle que soit la catégorie concernée (Senior, Junior, Novice, Juvénile, Préparatoire, Adulte).

- c) L'inscription à une Compétition Internationale ISU après accord de la DTN est faite obligatoirement par la FFSG/CSNPS.
- d) Les droits d'inscription sont à la charge de l'équipe désirant participer à la compétition ISU.

19. COSTUMES - R.ISU 903 :

- a) Les costumes en Compétition doivent être modestes, décents, appropriés à la compétition, sans ornementation exagérée. Ils doivent refléter le caractère de la musique choisie.
- b) Les costumes ne doivent pas donner un effet de nudité excessive mais un effet sportif.
- c) **Filles** : jupe, juste au corps ou pantalon long, la jupe ne pourra être en dessous du niveau du genou pour des raisons de sécurité. Le maquillage doit être discret et sobre.
- d) **Garçons** : pantalon long obligatoire, cravate interdite.
- e) Les ornements ou coiffures doivent être réduits au minimum et fermement fixés de manière à ne pas nuire ou tomber pendant le déroulement de la compétition.
- Aucun décor ou bannière n'est autorisé sur la glace. Les cannes ou pompons ainsi que tout accessoire sont interdits.

Le non respect de cette règle, peut entraîner une pénalisation par le Juge-Arbitre sur le score total.

20. DOPAGE - R.ISU 139 :

- Toute forme de dopage est interdite en Patinage Synchronisé.
- Des contrôles antidopage peuvent être effectués inopinément lors de toute séance d'entraînement, toute session de Tests, toute Compétition Nationale ou Internationale par le Médecin Fédéral ou son Représentant, ou par un Représentant du Ministère de la Jeunesse et des Sports, selon les Règlements en vigueur.
- Tous les détails concernant le dopage en Patinage Synchronisé doivent être consultés dans les Règlements ISU et la Communication ISU correspondantes, pour la saison en cours (Com ISU N°1447 et 1448).

CHAPITRE 3

1 REGLEMENTS TECHNIQUES.

–Règles ISU 903 904 905 911

2 SEQUENCE DE PAS

Seule la première Séquence de Pas répondant aux critères de niveau, déterminant le Groupe de Difficulté de la séquence, sera appelée dans l'élément.

- **Interdiction d'utiliser plus de 1 croisé à la fois dans une séquence de pas.**
- **BLOC** – la Séquence de Pas doit couvrir les **2/3 de la longueur de la piste** en placement diagonal/horizontal ou distance comparable si autres placements (Cercle...S...).
- **CERCLE** – la Séquence de Pas doit couvrir les **2/3 du cercle (240°)**.
- **LIGNE** – la Séquence de Pas doit couvrir **1/2 de la longueur de la piste** en placement diagonal/horizontal, ou distance comparable si autres placements.
- **Le nombre de retournements requis est de 3 ou 4** suivant le Groupe de Difficulté de la Séquence de Pas
- Les retournements doivent être exécutés **sur des carres d'entrée et de sortie correctes** pour être comptabilisés : **si 3 des 16 patineurs** de l'équipe font un retournement incorrect, ce dernier ne sera **pas comptabilisé**.

- **Retournements de l'autre niveau et pas de liaison peuvent être utilisés** afin de lier les retournements, dans ce cas ces retournements et pas de liaison doivent être équilibrés et en nombre, et dans leur distribution tout du long de la séquence de pas.
- **L'utilisation du Supplément Technique Additionnel** dans une Séquence de Pas **augmentera le Groupe** de Difficulté d'un groupe.

Supplément Technique Additionnel

« Un (1) (ou plusieurs) Changements de rotation 360° minimum »

- Pour être pris en compte ce Supplément Technique doit comporter d'abord, une rotation de 360° (minimum) dans un sens, suivi immédiatement par une nouvelle rotation de 360° (minimum) dans le sens opposé. Les rotations de 360° (minimum) doivent être **continuelles**.
- Une rotation est prise en compte lorsque le patineur (tête, buste, et pieds) a exécuté 360° de rotation dans un sens, avec soit un retournement de 360° soit deux de 180° chacun.
- Une rotation de 360° peut inclure des retournements d'autre niveau.
- Au Minimum un (1) retournement du groupe de difficulté souhaité doit être utilisé dans l'une des rotations.
- Un changement de rotation peut inclure des retournements et pas de liaison d'autres niveaux.
- Entre les deux rotations, **aucun autre pas qu'un** changement de pied ou changement de carre n'est autorisé pour lancer la 2^{ème} rotation. Ce changement de pied, ou de carre, doit être dans la carre d'entrée de la rotation suivante.

Si la séquence de pas ne contient pas le nombre réglementaire de retournements obligatoires, ou des retournements incorrectement exécutés, le Supplément Technique ne sera pas pris en compte, et le Groupe de Difficulté juste en dessous, voire 2 niveaux en dessous, sera appelé, en fonction du nombre de retournements manquants.

3 MOUVEMENTS/ELEMENTS DE PATINAGE LIBRE

- Chaque mouvement (fm) ou élément (fe) de Patinage Libre **doit être tenu 3 (trois) secondes minimum pour être comptabilisé**. Si mouvement avec changement de carre, tenir 2 secondes chaque carre pour le patineur leader.
- Une arabesque avec un trois suivie d'une autre arabesque sera comptée comme une arabesque avec un changement de carre tant que la jambe libre reste en position d'arabesque (au minimum au niveau de la hanche de la jambe porteuse).
- Porté de groupe/couple en rotation : un Porté pendant lequel les/le patineurs portés tournent un tour dans les sens horaire ou en sens inverse, tout en traversant la piste. Chacun des patineurs portés doit tourner au minimum de 180°, maximum 2 tours et demi.
- Une pirouette doit tourner au minimum trois (3) révolutions pour être comptabilisée. (Programme court 5 tours)
- Une pirouette qui tourne seulement deux (2) fois dans la première position/ pied, et seulement deux (2) fois dans une seconde position /pied sera comptée comme telle, quels que soient la position ou le changement effectués.
- La pirouette « Biellmann » est définie comme une pirouette où la jambe libre est tirée/élevée au-dessus du niveau et derrière la tête, tenue d'une main ou des deux mains. Si la position « Biellmann » est incorrecte elle sera comptée comme une pirouette debout : fe1
- Difficile variation de pirouette debout : le pied libre est soit au niveau de la tête du patineur, soit plus haut.

➤ Pour être comptabilisée une arabesque doit avoir la jambe libre au minimum au niveau de la hanche.

4 SUPPLEMENT TECHNIQUE

Définition : il s'agit d'un terme utilisé pour un élément technique qui augmente le niveau de difficulté de l'élément/formation patiné. Chaque élément/formation peut avoir des **Suppléments Techniques** (obligatoires) ou des **Suppléments Techniques Additionnels** (facultatifs), qui sont spécifiques à chaque élément et qui vont rendre cet élément plus ou moins difficile.

Suppléments Techniques :

- séquences de pas,
- mouvements/Elément de patinage libre,
- retournements lors des Séquences de Pas,
- retournements / mouvements de patinage libre lors du point d'intersection.

Ces Suppléments Techniques sont divisés en groupes selon leur difficulté et seront appelés par le spécialiste technique.

- **Bloc** : séquence de pas
- **Cercle** : séquence de pas
- **Ligne** : séquence de pas
- **Intersection** : point d'intersection
- **No hold** : modeste mouvement du corps + changement de rotation de 360°

Suppléments Techniques Additionnels

- déplacement (travelling)
- changement de rotation de 360°
- changement de direction de rotation
- pivot d'un élément
- modeste mouvement du corps (bm)

Ces Suppléments Techniques se retrouvent dans les éléments suivants :

Séquence de Pas : un (ou plusieurs) changement de rotation de 360° minimum.

No hold : un (ou plusieurs) changement de rotation de 360° min **ET** deux (2) Modestes Mouvements de Corps (bm).

Ligne / Bloc : pivot (piv).

Intersection : point d'intersection (pi).

Roue / Cercle : déplacement (tr) + changement de direction de rotation (cr).

5 **BLOC**

Les programmes courts Junior et Senior doivent inclure 1 Bloc.

Les exercices Juvénile et Novice doivent inclure 1 Bloc.

Les Programmes libres doivent inclure au moins 1 élément Bloc.

Le bloc commence lorsque la forme bloc est clairement lisible, et tous les patineurs sont alignés dans la configuration.

➤ Schéma droit / diagonal

Le bloc doit couvrir toute la surface de la glace pour être comptabilisé

➤ Schéma circulaire / courbe

Le bloc doit couvrir l'équivalent de 360° d'un cercle pour être comptabilisé.

➤ **Schéma complexe**

Combinaison de schéma circulaire et droit/diagonal. Le bloc doit couvrir une longueur et/ou courbe comparable aux schémas précédents.

Prises de main différentes, chaque changement de prise doit être clairement reconnaissable.

➤ **Supplément technique :**

« Séquence de Pas »

Doit couvrir les 2/3 de la longueur de la piste en placement diagonal/horizontal ou distance comparable si autres placements (Cercle...S...).

Seule la première Séquence de Pas répondant aux critères de niveau déterminera le groupe de difficulté de la séquence.

➤ **Supplément Technique Additionnel :**

« Pivot »

- bloc pivote de 90° minimum à 180° maximum
- le « Pivot » survient lors d'une configuration du bloc en une fois.
- les lignes du bloc restent parallèles (ne pas faire un « éventail »).

« Pivot » et Séquence de Pas peuvent ou non avoir lieu en même temps.

6 CERCLE

Le programme court junior doit inclure 1 Cercle.

Les exercices Juvénile et Novice doivent inclure 1 Cercle.

Les programmes libres doivent inclure au moins 1 élément Cercle.

Le cercle commence lorsque la forme du cercle est clairement lisible ET le cercle en rotation avec la participation de **tous** les patineurs.

- Le cercle doit avoir une rotation de 360° minimum dans la configuration, ou au moins de 180° dans chaque sens si changement de direction de rotation.
- Si l'élément « au choix » est le Cercle :
 - ce 2^{ème} Cercle peut survenir séparément ou en séquence de 2 éléments.
 - si séparément il peut avoir la même forme /configuration que le 1^{er}.
 - que ce soit en Séquence ou Séparément, chaque configuration sera évaluée individuellement et jugée avec son propre GOE.

- Prises de main différentes, chaque changement de prise doit être clairement reconnaissable

➤ **Supplément Technique :**

- Séquence de Pas, qui doit couvrir les 2/3 du cercle (240°).

➤ **Supplément Technique Additionnel :**

○ **Déplacement :**

- doit couvrir minimum ¼ de piste.
- le cercle maintient sa rotation au cours du déplacement.

○ **Changement de direction de rotation :**

- Changement exécuté par toute l'équipe ET au même moment.
- Rotations minimum : 360° (1^{ère} direction) + 90° minimum (2^{ème} direction)
ou 180° minimum (1^{ère} direction) + 180° minimum (2^{ème} direction).

- Tous les patineurs doivent exécuter les mêmes pas et utiliser la même prise de main, excepté au cours du changement de direction de rotation.

7. INTERSECTION

Les programmes courts Junior et Senior doivent inclure **2 intersections différentes**.

Les exercices Juvénile et Novice doivent inclure **1 intersection**.

Les programmes libres doivent inclure au moins **2 intersections différentes**.

- Tous les patineurs doivent exécuter l'Intersection.
- **La figure doit être maintenue avant et après chaque Point d'Intersection.**
- **Une Intersection qui ne sera pas préparée dos à dos sera comptabilisée sur le groupe qui lui est immédiatement inférieur.**
- Pour « Intersection en Angle » (Intersection de 2 Lignes de directions opposées) si l'angle de l'Intersection (niveau 3) est neutralisé au moment de l'approche du Point d'Intersection, une Intersection de niveau 2 sera comptée par le Spécialiste Technique. Si l'Angle de l'Intersection est neutralisé à la sortie de l'Intersection, une déduction (DED 1) pour NON-CONFORME AUX REGLEMENTS sera donnée à l'Intersection.
- Pour une Intersection à 3 lignes il doit y avoir trois lignes identifiables à la sortie de l'Intersection
- **Supplément technique :**
 - **« Point d'intersection » (pi)**
 - Les retournements doivent être exécutés sur des carres d'entrée et de sortie correctes.
 - L'entrée et la sortie du retournement doivent être sur 1 pied.
 - Si Mouvement de Style Libre, ce dernier doit être fait en position adéquate. Le mouvement peut ne pas tenir trois (3) secondes.
 - Le retournement, ou Mouvement/Élément de Style Libre doit se faire sur le point d'Intersection.

Pour être appelée sur son Groupe, l'équipe doit être dos à dos durant la phase de préparation.

8- LIGNE

Le programme court Junior doit inclure 1 Ligne.

L'exercice novice doit inclure 1 Ligne.

Les programmes libres doivent inclure au moins 1 élément Ligne.

- La ligne commence lorsqu'elle est clairement lisible ET que tous les patineurs participent à cette configuration.
- La ligne couvre au moins la moitié ($\frac{1}{2}$) de la piste pour être comptabilisée ;
- Schéma diagonal / horizontal / vertical et rétrogression sont permis. Une légère déviation de la « droiture » de la ligne est possible lorsque passage d'un schéma horizontal à un schéma vertical (et vice et versa).
- Si l'élément « au choix » est la ligne :
 - cette 2^{ème} ligne peut survenir séparément ou en séquence de 2 éléments.
 - si séparément elle peut avoir la même forme /configuration que la 1^{ère}.
 - que ce soit en Séquence ou Séparément, chaque configuration sera évaluée individuellement et jugée avec sa propre GOE.

- Prises de main différentes, chaque changement de prise étant clairement reconnaissable.

➤ **Supplément Technique :**

« Séquence de Pas »

- doit couvrir au moins la moitié de la longueur de la piste en utilisant un placement diagonal/horizontal ou distance comparable si autres placements (Cercle...S...).

➤ **Supplément Technique Additionnel :**

« Pivot »

- La ligne pivote de **90° minimum à 180° maximum.**
- **Le « Pivot » ne sera pris en compte que si la Séquence de Pas est exécutée en même temps que le Pivot de ligne.**
- Le patineur situé à l'extrémité finale de la ligne qui pivote, déterminera la couverture de piste (minimum ½ piste).
- Si « Pivot », il doit avoir lieu en **même temps** que la **Séquence de Pas.**
Seule cette Séquence de Pas sera prise en compte pour le Groupe de Difficulté de cette ligne
- **Tous** les retournements doivent être exécutés au cours de **ce « Pivot »** de la ligne.

➤ **Ligne « Interactive » et Lignes pivotantes :**

- Les deux (2) Lignes doivent couvrir au moins la moitié (½) d'un cercle en étant proches l'une de l'autre et durant ce mouvement, l'une ou l'autre ligne pivote.
- Le pivot peut être fait : en même temps que le mouvement d'Interaction avant l'Interaction, ou après l'Interaction.
- L'angle entre les deux lignes doit changer alors que une des lignes pivote d'au moins 90°.
- Les deux lignes doivent rester très proches l'une de l'autre lorsqu'elles changent de position, et ceci tout du long de mouvement « interaction + pivot ».

9- ROUE

Les programmes courts Junior et Senior doivent inclure 1 Roue avec 2 configurations.

Les exercices Juvénile et Novice doivent inclure 1 Roue.

Les programmes libres doivent inclure :

- ❖ **Senior :** 2 éléments Roue, qui peuvent se suivre ou être séparés.
- ❖ **Junior Novice Juvénile Prépa Adulte :** 1 élément roue.
- La Roue débute une fois que la forme est reconnaissable et commence à tourner avec tous les patineurs participant à cette formation.
- La Roue doit **tourner un minimum de 360°** ou équivalent.
- La Roue se termine quand la Roue se casse, arrête de tourner ou que débute une transition pour l'élément suivant.
- Pour la 2^{ème} Roue programme Senior et si l'élément « au choix » Junior est la Roue :
 - cette 2^{ème} Roue peut survenir séparément ou en séquence de 2 éléments.
 - si séparément elle peut avoir la même forme /configuration que la 1^{ère}.
 - que ce soit en Séquence ou Séparément, chaque configuration sera évaluée individuellement et jugée avec sa propre GOE.
- Prises de main différentes, chaque changement étant clairement reconnaissable.

➤ **Suppléments Techniques Additionnels :**

○ **Déplacement :**

- il doit couvrir minimum ¼ de piste.
- La roue maintient sa rotation au cours du déplacement.

○ **Changement de direction de rotation :**

- Changement exécuté par toute l'équipe ET au même moment.
- Rotations minimum : 360° (1^{ère} direction) + 90° minimum (2^{ème} direction)
ou 180° minimum (1^{ère} direction) + 180° minimum (2^{ème} direction).

- Tous les patineurs doivent exécuter les mêmes pas et utiliser la même prise de main, excepté au cours du changement de direction de rotation.

10- SEQUENCE DE PAS « NO HOLD » (sans prise de main)

Le programme court Senior doit inclure un No Hold.

Les programmes libres Junior et Senior doivent inclure 1 élément « No Hold ».

- Formation en bloc fermé, de 4 lignes où les patineurs exécutent les mêmes Pas
- La Séquence de Pas doit être exécutée en ligne droite ou en diagonale.
- La direction choisie doit être maintenue pendant tout l'élément.
- La Séquence de Pas doit être exécutée sans prise de main.
- La configuration « No Hold » doit commencer et se terminer le plus près possible des petites barrières.
- La Séquence de Pas dans la configuration « No Hold » doit couvrir au moins les 2/3 de la surface de la glace.

➤ **Suppléments Techniques**

○ **« Séquence de Pas »:**

- Seuls les retournements peuvent être utilisés. Si des pas sont utilisés afin de relier les retournements, alors les retournements et ces pas de liaison doivent être bien équilibrés dans leur distribution tout au long de la séquence de pas.
- Les retournements doivent être exécutés **sur des carres d'entrée et de sortie correctes** pour être comptabilisés : si 3 des 16 patineurs de l'équipe font un retournement incorrect, ce dernier ne sera pas comptabilisé.

➤ **Deux Suppléments Techniques Additionnels**

« Mouvement du Corps » (bm) :

Il faut un (1) **VISIBLE** mouvement du **buste PLUS** deux (2) mouvements de bras et/ou tête, au même moment, dans un des espaces définis ci-après.

- Le buste doit se mouvoir et « **sortir de son axe vertical** » pour que l'on parle de « Mouvement de Corps ».
- 3 espaces de mobilité :
 - à partir des épaules et au-dessus (ex : sur un pied un bras levé)
 - des épaules jusqu'aux hanches (ex : arabesques, arabesque jambe porteuse fléchie, etc...)
 - des hanches aux pieds (ex : fente, agenouillement, etc...).
- Les deux (2) « Mouvement du Corps » peuvent ou non être exécutés dans le même espace de mobilité.

Les patineurs doivent exécuter **2 Mouvements de Corps** au cours de la séquence NHS, **ET** **chacun** utiliser « **Buste + 2 mouvements** » **en même temps**, afin de valider ce Supplément Technique Additionnel.

- **« Un (1)(ou plusieurs) Changement de rotation 360° minimum »**
- Doit comporter, d'abord une rotation de 360° dans un sens, suivie immédiatement d'une nouvelle rotation de 360° dans le sens opposé.
- Cette rotation peut utiliser différents multiples retournements et pas.
- Un changement de rotation peut inclure des retournements et pas de liaison d'autres niveaux.
- Au Minimum un (1) retournement du groupe de difficulté souhaité doit être utilisé dans l'une des rotations.
- Entre les deux rotations, aucun autre pas que changement de pied ou changement de carre n'est autorisé pour lancer la 2^{ème} rotation. Ce changement de pied, ou de carre, doit être dans la carre d'entrée de la rotation suivante.

➤ **PIROUETTE**

Le programme court Senior doit inclure 1 Pirouette

La Pirouette est un élément **au choix** des Programmes Libres Junior et Senior.

- L'élément Pirouette doit inclure tous les patineurs.
 - L'élément débute avec une entrée en carre dans la pirouette.
 - **La 1^{ère} position en accord avec les règlements sera comptée.**
 - **Tous les patineurs doivent exécuter la même Pirouette.**
 - Toutes Pirouettes solo ou en couple peuvent être patinées.
 - Chaque patineur/couple doit tourner au moins 3 tours afin d'être comptabilisé. **Si moins de 3 révolutions** sont patinées, la Pirouette sera comptée comme **omise**.
 - Une Pirouette avec seulement 2 révolutions dans la première position/pied ainsi que dans la seconde position/pied sera comptabilisée comme SP1, peu importe le changement de pied ou de position exécuté.
 - Un changement de position ou de pied peut être exécuté. **Afin d'être considéré comme un changement, tous les patineurs doivent avoir une nouvelle position/un nouveau pied et effectuer au moins 3 tours.**
 - La rotation de la Pirouette peut être faite dans le sens des aiguilles ou en sens inverse ou une combinaison des deux directions.
 - **La Pirouette sautée allongée est seulement autorisée au cours du Mouvement en Isolation.**
 - **Pirouette sautée allongée par toute l'équipe est un élément illégal**
 - L'élément se termine quand les patineurs arrêtent de tourner et sortent de la Pirouette (carre de sortie incluse).
- La Pirouette Biellmann est définie comme ayant la jambe libre derrière et au dessus de la tête tenue par les 2 mains.
 - La variation difficile de la Pirouette debout se fait avec la jambe libre au même niveau ou plus haut que la tête.

➤ **MOUVEMENT EN ISOLATION MI**

Les Programmes Libres doivent inclure :

- ❖ **Senior** : 2 éléments « MI », qui peuvent se suivre ou être séparés
- ❖ **Junior Novice Juvénile Adulte**: 1 élément « MI »
- ❖ **PAS DE MI EN CATEGORIE PREPARATOIRE.**

- **Le MI doit être patiné** sur ½ de la surface de la glace. **La préparation des** mouvements ou des éléments **peut couvrir** plus de la ½ de la surface de glace.
- L'équipe peut patiner **un (1) ou deux (2)** mouvements/éléments de Patinage Libre différents lors du MI. **Le ou les mouvements/éléments qui seront évalués doivent être marqués sur la feuille des « Composants du Programme ».**
- Chaque Mouvement/Élément de Patinage libre doit être patiné par : au moins 3 patineurs et au **maximum « pas plus de la moitié de l'équipe »**, en individuel ou en couple et qui ne sont pas attachés au reste de l'équipe, excepté pour les portés.
- **3 ou 4 paires seulement** sont autorisées en MI pour les « paires mouvements », portés de couple, ou pirouette à 2.
- Les Portés de Groupe et en Paire :
 - sont toujours considérés comme « MI », au minimum 2 groupes (la taille du groupe peut varier) avec la même position en l'air pour le patineur porté.
 - **les Portés ne sont autorisés qu'en catégorie Senior.**
 - saut/porté de groupe en rotation : un Porté pendant lequel les patineurs portés tournent un tour dans les sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse, tout en traversant la piste de glace. Chacun des patineurs portés doit tourner au minimum 180°.
- Les Mouvements/Éléments doivent être tenus 3 secondes minimum pour être comptabilisés. Pour les Mouvements avec changement de carre, chaque carre doit être tenue deux (2) secondes par le patineur en tête de figure (le leader).
- 1 (un) seul élément/mouvement de Patinage Libre sera évalué à la fois. Quand deux (2) Mouvements/Éléments de Patinage Libre sont exécutés en même temps, seul le plus difficile des 2 éléments est comptabilisé par le Spécialiste Technique.
- La pirouette doit exécuter au minimum trois (3) révolutions dans chaque position (si changement de position/pied) pour être comptabilisée.
- La pirouette « Biellmann » est définie comme une pirouette où le pied libre est tiré/élevé au-dessus du niveau et derrière la tête en même temps, tenu soit d'une ou des deux mains.

➤ **“MOVES IN THE FIELD” MIF**

En programme court Senior le MIF est un élément obligatoire.

En programme libre, le MIF est :

❖ **Obligatoire en SENIOR.**

❖ **Au choix en JUNIOR.**

- C'est une séquence qui comporte **3 mouvements de Style Libre différents et non répétés**, qui peuvent être reliés avec quelques pas de liaison.
- L'élément commence avec le 1er Mouvement de Patinage Libre.
- L'équipe doit patiner unie pendant tout l'élément.
- Toutes les formations sont permises. (changement de formation pas obligatoire).
- Tous les schémas sont possibles en programme libre.
- Pour d'être comptabilisé, **chaque Mouvement de Patinage Libre doit être tenu minimum 3 secondes** (si changement de carre, 2 secondes sur chacune).
- Tous les patineurs doivent exécuter les mêmes séquences de mouvement en même temps.
- Une moitié de l'équipe peut exécuter une séquence de mouvement et l'autre moitié une autre séquence. Le niveau de difficulté donné à l'équipe sera celui du plus **bas niveau** des deux mouvements exécutés. Dans ce cas aucun de ces deux mouvements ne pourra être répété.

- Un mouvement de Patinage Libre exécuté en carre dedans, sera considéré comme différent du même mouvement patiné en carre dehors. Patiner en avant ou en arrière un même mouvement est aussi considéré comme mouvement différent.
- Le Grand Aigle dehors ou dedans ou changement de carre ne sont pas considérés comme des mouvements différents. **Un seul type de grand aigle** pourra être patiné lors du MIF.
- L'Ina Bauer dehors ou dedans ou changement de carre ne sont pas considérés comme des mouvements différents. **Un seul type d'Ina Bauer** pourra être patiné lors du MIF.
- Une variété de Prise de main ou de pas peut être utilisée mais n'est pas demandée.

I. DEFINITION DES TERMES UTILISES EN PATINAGE SYNCHRONISE.

1. **Séquences de pas** : tous les retournements, pas, petits sauts, mouvements de patinage libre, **(moins de 3 secondes)**.
2. **Mouvements de patinage libre** : tenus + de 3 secondes ou + de 4 secondes sur deux carres, le leader tiens au moins 2 secondes.
3. **Transitions** : un passage entre élément, dans le programme court elle doit faire moins d'une demi-surface de la piste.
4. **Saut de danse** : pas plus d'un demi tour.
5. **Saut en solo** : pour les Juniors un (1) tour max, pour les Seniors un tour et demi max. Ils sont autorisés en MI seulement
6. **Saut assisté** : pas plus d'un tour de révolution, ils sont autorisés seulement en libre.
7. **Porté** : les rotatifs n'ont pas plus de deux tours et demi de rotation. Les positions indignes sont interdites. Les portés sont permis uniquement en Senior.
 - a. **Porté à deux** : stationnaire, en courbe, rotatif (au moins 180°), en serpentine.
 - b. **Porté de groupe** : stationnaire, en courbe, rotatif (au moins 180°), en serpentine, avec 2,3 ou 4 porteurs.
 - c. **Porté acrobatique** : non autorisé, tête en bas, par 1 porteur qui tient le porté avec bras tendu au dessus de la tête.
1. **Arabesque** : jambe libre au niveau voire plus haut que la hanche.
2. **Configuration** :
 - Arrangement : changement de partenaires.
 - Forme : changement du nombre de lignes.
3. **MI** : moins de la moitié de l'équipe séparée du reste de l'équipe patinant un élément ou un mouvement de patinage libre en solo ou en couple. Une équipe avec 8 paires n'est pas en MI. Les portés en Senior sont toujours comptés comme MI. Tous les éléments ou les mouvements de patinage libre ne sont autorisés à être patinés que sur une demi-piste.
4. **Highlighting** : tout mouvement exécuté isolément par un patineur sans relation avec la performance du reste de l'équipe. Ils sont interdits en Patinage Synchronisé.
5. **Sub-grouping** : quand l'équipe est divisée en plusieurs petits groupes.
6. **Pirouettes** : au moins trois (3) tours en FS et cinq (5) tours en SP.
 - a. **Pirouette en solo**.
 - b. **Pirouette avec 1 changement de pied ou de position** : pas moins de 3 tours dans chaque position.
 - c. **Pirouette combinée** : avec un changement de pied et au moins deux (2) changements de position avec pas moins de 3 tours sur chaque pied. Le changement de pied et de position peut se faire en même temps ou pas.
 - d. **Pirouette en couple** : deux patineurs sur un même axe sur un pied.

- e. **Pirouette Biellmann** : maintenir la jambe libre derrière et au-dessus du niveau de la tête par une ou deux mains.
- 1. **Twizzle** : retournement(s) se déplaçant sur un pied dans une action continue. Attention à ne pas faire de trois ou de pirouette (sans déplacement).
- 2. **Pivot en couple** : un patineur pivote (pointe dans la glace), l'autre exécute un déplacement autour d'au moins 360°.
- 3. **Elément en couple** : 8 paires autorisées en Junior et Senior FS comme transitions.
- 4. **Spiral de la mort** : minimum un (1) tour.
- 5. **Lignes interactives et pivotantes** : doivent couvrir au moins ½ cercle, l'angle entre les deux lignes peut changer.
- 6. **Modest Body Movement** : utilisation visible des différentes parties du corps. Doit être exécuté deux fois de suite et le patineur doit exécuter deux BM en même temps pour être validé.
- 7. **Une chute** est définie comme une perte de contrôle d'un patineur qui a pour résultat qu'une partie de son corps se trouve sur la glace supporté par une partie du corps (main(s), genou(x), dos, ou toute partie du bras) et non par ses lames.

I. EXERCICES TECHNIQUES JUVENILE ET NOVICE

1. EXERCICE JUVENILE

Durée max de 2 min

4 Eléments :

BLOC	1 bloc, 2 configurations différentes, 1 prise de main différente sur chaque configuration, 1 séquence de pas .
ROUE	1 roue à 4 branches .
CERCLE	1 seul cercle, 1 séquence de pas.
INTERSECTION	1 intersection : 2 lignes venant de la même direction.

2 prises de main différentes.

Les suppléments techniques tr, cd, piv ne seront pas appelés par le spécialiste technique.

Les séquences de pas seront appelées sur le modèle ISU.

100 à 120 battements.

2. EXERCICE NOVICE

Durée max de 2,30 min

5 Eléments :

BLOC	1 bloc, 3 configurations, 1 séquence de pas.
ROUE	1 roue niveau 2.
CERCLE	1 cercle niveau 3, 1 séquence de pas, 1 changement de prise de main.
INTERSECTION	1 intersection en V, avec un point d'intersection.
LIGNE	1 ligne niveau 3, 1 séquence de pas.

3 prises de main différentes obligatoires (dont 2 prises de main différentes au cours de l'élément cercle).

Suppléments techniques et séquences de pas suivant réglementation ISU.

110 à 130 battements

II. PROGRAMMES COURTS JUNIOR ET SENIOR.

Programmes de 2 min 50, ce temps peut être moindre à condition d'y inclure tous les éléments imposés. L'ordre des éléments est libre. Le temps du programme est décompté dès que la formation commence à bouger sur la glace ou à patiner.

Les séquences de pas imposées en programme court doivent être conformes aux définitions relatives aux pas et retournements en Patinage Synchronisé.

Si tous les éléments imposés ont été exécutés, le prolongement du programme à sa durée maximum n'apporte aucune cotation supplémentaire.

Les mouvements de Patinage Libre tels que : fentes, arabesques, Ina Bauer, Grand/petit aigle ne sont pas considérés comme des Pas dans le programme court, mais peuvent être utilisés comme liaisons entre deux (2) séquences de Pas demandées.

Les transitions pour relier les éléments entre eux sont permises à condition qu'elles couvrent moins de la moitié de la piste dans sa longueur.

Tout élément exécuté après 2'50 ne sera pas pris en compte dans la notation du programme.

Le Juge Arbitre doit informer les Juges de tout élément exécuté après le temps requis.

Si l'Equipe termine son programme au-delà du temps requis, une déduction de 1.0 (ded3) sera faite pour chaque 5 secondes supplémentaires par le Juge Arbitre.

Les musiques chantées sont autorisées. Cependant les équipes doivent patiner leur programme en mesure sur la musique choisie. Toutes additions d'applaudissements ou d'acclamations sont interdites.

La musique peut contenir des effets de fond sonore caractéristiques d'un type particulier de musique folklorique.

Si la musique n'est pas conforme aux règlements, une déduction de 1.0 (ded3) sera faite par le JA.

Les manœuvres additionnelles (ded3) ou non autorisées (ded4), ainsi que la répétition d'éléments mal exécutés sont interdites et seront sujettes à déductions.

La chorégraphie du programme doit être composée de manière à être appréciée de n'importe quel côté de la patinoire et pas seulement d'un seul côté de la piste.

Il est accordé dix (10) secondes max après le départ de la musique pour commencer le programme.

1. JUNIOR

Les 5 éléments du programme court Junior : 2 min 50 max

3 tenues de main différentes clairement reconnaissable.

a) Cercle :

- 1) Un cercle
- 2) Doit se déplacer
- 3) Doit avoir un changement de direction
- 4) Doit avoir une séquence de pas

b) Ligne :

- 1) Doit avoir 1, 2 lignes parallèles ou une ligne verticale ou horizontale
- 2) Doit se déplacer sur l'entière surface de la glace de façon horizontale, diagonale ou longitudinale
- 3) Doit avoir une séquence de pas dans la 2 lignes parallèles
- 4) Pivoter sur la 1 ligne est permis et sera compté

c) Bloc

- 1) Bloc fermé
- 2) Un minimum de deux configurations avec un minimum de 3 lignes
- 3) Doit avoir une séquence de pas

d) Roue

- 1) Une seule roue
- 2) Deux différentes formations
- 3) Une des formations doit se déplacer et doit avoir un changement de direction (rotation)

e) Intersection

- 1) Deux différentes intersections demandées
- 2) Tout type de mouvement qui fait se croiser une moitié de l'équipe dans l'autre moitié de l'équipe
- 3) Retournements, saut de danse, ou mouvements de patinage libre doivent être inclus dans les deux points d'intersection

2. SENIOR

Les 6 éléments du programme court Senior : 2 min 50 max

3 tenues de main différentes clairement reconnaissables.

Groupe C 2007-2008

a) Bloc

- 1) Bloc fermé
- 2) Minimum deux configurations avec un minimum de 3 lignes
- 3) Doit avoir une séquence de pas

b) Roue

- 1) Une roue avec deux configurations différentes
- 2) Une roue à deux lignes parallèles qui doit se déplacer, et doit avoir un changement de direction (rotation)
- 3) Une roue optionnelle avec un point de rotation.

c) Intersections

- 1) Deux différentes intersections
- 2) Une intersection en Triangle
- 3) Une intersection optionnelle ou la moitié de l'équipe va croiser l'autre moitié de l'équipe.
- 4) Trois, sauts de danse ou mouvements de patinage libre doivent être inclus au point d'intersection dans les 2 intersections

d) Séquence de pas sans tenue de main

- 1) Formation en bloc fermé, 4 lignes
- 2) La séquence de pas doit être exécutée en ligne droite ou en diagonale
- 3) La séquence de pas doit être exécutée sans prise de main

e) Sequence Moves in the Field

- 1) Toutes les formations sont permises
- 2) Le placement en serpentine doit être utilisé
- 3) Elle doit contenir 3 différents mouvements de patinage libre

f) Pirouette

- 1) Position debout
- 2) Au moins 5 tours
- 3) Aucun changement de pied ni de position n'est autorisé
- 4) Des variations de la jambe libre et des bras sont autorisées
- 5) Entrée et la sortie de la pirouette doivent être reconnaissables

III. PROGRAMMES LIBRES TOUTES CATEGORIES

- Le programme libre consiste en un programme **bien composé et patiné sur une musique** du choix de l'équipe. Un bon programme contient des éléments tels que des Cercles, Lignes, Blocs, Roues, Intersections, Pirouettes, « Moves in the Field », Mouvements en Isolation, rattachés ensemble harmonieusement par une **variété de transitions** et exécutés avec un minimum de patinage sur 2 pieds.
 - Le patinage synchronisé se réfère à la qualité de patinage, l'importance de l'unisson, l'exactitude des formations et la précision de l'équipe, tout cela incorporé dans un programme à durée limitée spécifiée.
 - D'autres éléments peuvent être mis dans le programme libre mais cela sera jugé dans les composantes de transition et/ou de chorégraphie.
 - Des Séquences de Pas variées peuvent être utilisées dans les éléments et durant les transitions.
 - L'équipe doit utiliser une variété importante de tenues de mains.
 - Quatre** différentes tenues de main en **Senior**
 - Trois** différentes tenues de main en **Junior**
 - Trois** différentes tenues de main en **Novice**
 - Deux** différentes tenues de main en **Juvenile**
 - Trois** différentes tenues de main en **Préparatoire + 15 ans**
 - Deux** différentes tenues de main en **Préparatoire - 15 ans**
 - Trois** différentes tenues de main en **Adultes**
- Afin de remplir les critères de Changements de mains, chaque tenue de main doit être clairement reconnaissable.**
- Des portés peuvent être exécutés en libre Senior mais limités à **2 exécutions de Portés de groupe et 1 exécution de Porté de couple.**
 - **Les portés ne sont autorisés que dans la catégorie senior.**
 - La chorégraphie et les éléments doivent être exécutés de toutes parts sur la patinoire et ne pas faire face à un seul côté.
 - Afin d'**augmenter la difficulté des éléments** requis dans un programme bien composé, des **Suppléments Techniques** peuvent être incorporés.
 - **L'équipe doit patiner le plus souvent unie.** La division de l'équipe en plusieurs unités est autorisée pendant les Mouvements en Isolation. Des petits groupes peuvent être admis lors de courtes transitions si les éléments suivants en ont besoin (préparation pour une Intersection, début d'un Mouvement en Isolation). La division en petits groupes sans raison mentionnée ci-dessus est un non-respect des règlements et il lui sera attribué une déduction. **Une chorégraphie syncopée** peut être utilisée (une chorégraphie syncopée signifie que les patineurs exécutent les mêmes mouvements mais avec un retard, par exemple la moitié de l'équipe sur une phrase musicale l'autre moitié sur la suivante.).
 - Les programmes ne correspondant pas à ce qui est demandé ci-dessus seront pénalisés.

SENIOR : 4 min 30 sec

Un programme bien composé doit comprendre 12 éléments :

- ✓ **1 Bloc**
- ✓ **1 Ligne**
- ✓ **1 Cercle**
- ✓ **2 Roues différentes**
- ✓ **2 Intersections différentes**

- ✓ 1 séquence No Hold NHSS
- ✓ 2 Mouvements en Isolation MI
- ✓ 1 Moves in the Field MIF
- ✓ 1 élément au choix parmi Pirouette, Ligne, Cercle, Bloc

JUNIOR : 4 min

Un programme bien composé doit comprendre 10 éléments :

- ✓ 1 Bloc
- ✓ 1 Ligne
- ✓ 1 Cercle
- ✓ 1 Roue
- ✓ 2 Intersections différentes
- ✓ 1 séquence No Hold NHSS
- ✓ 1 Mouvement en Isolation MI
- ✓ 1 élément additionnel parmi Bloc, Ligne, Cercle, Roue
- ✓ 1 élément parmi Pirouette debout ou le Moves in the Field

NOVICE : 3 min 30 sec

Un programme bien composé doit comprendre 8 éléments :

- ✓ 1 Bloc
- ✓ 1 Cercle
- ✓ 1 Ligne
- ✓ 1 Roue
- ✓ 2 Intersections
- ✓ 1 Mouvement en Isolation MI
- ✓ 1 élément parmi Bloc, Cercle, Ligne

JUVENILE : 3 min 30 sec

Un programme bien composé doit comprendre 8 éléments :

- ✓ 1 Bloc
- ✓ 1 Cercle
- ✓ 1 Ligne
- ✓ 1 Roue
- ✓ 2 Intersections
- ✓ 1 Mouvement en Isolation MI
- ✓ 1 élément parmi Bloc, Cercle, Ligne

ADULTE : 3 min 30 sec

Un programme bien composé doit comprendre 7 éléments :

- ✓ 1 Bloc
- ✓ 1 Cercle
- ✓ 1 Ligne
- ✓ 1 Roue
- ✓ 2 Intersections
- ✓ 1 Mouvement en Isolation MI

PREPARATOIRE + et – DE 15 ans : 3 min 30 sec

Un programme bien composé doit comprendre 6 éléments :

- ✓ **1 Bloc**
- ✓ **1 Cercle**
- ✓ **1 Ligne**
- ✓ **1 Roue**
- ✓ **2 Intersections**