

DISPENSA ARTISTICO 2020

Revisione 20200110



 **UISP**
sportpertutti
Pattinaggio





Sommario

Comunicazioni.....	4
SPECIFICA ANNI PER CATEGORIE 2020.....	5
TABELLA ESERCIZI OBBLIGATORI 2020	7
DEFINIZIONI ELEMENTI DI DIFFICOLTA' PER IL GRUPPO ELEMENTI DI DESTREZZA (GED) ..	9
Per le categorie prof. cadetti, prof. jeunesse, prof. Juniores e prof. Seniores	9
Turns con un piede.....	9
Turns con due piedi.....	9
Steps	9
Cluster	9
Body movements	10
Per le categorie prof. jeunesse, prof. Juniores e prof. Seniores.....	10
Gruppo Elementi Destrezza (GED)	11
Precisazioni Tecniche	12
Sequenza coreografica.....	12
Serie di passi circolare (cerchio e serpentina)	12
Serie di passi linea (linea retta o diagonale)	12
Travelling	12
Cluster	13
Stop.....	13
Trottole	13
REGOLE GENERALI ESERCIZI LIBERI.....	14
PROGRAMMI DI GARA CATEGORIE Novizi Giovani, Novizi Uisp, Piccoli Azzurri, Primavera, Allievi Giovani, Allievi Uisp, Professional Cadetti, Professional Jeunesse, Professional Juniores e Professional Seniores	14
Programmi Di Gara Juniores Giovani, Juniores Uisp, Azzurri Giovani, Azzurri Uisp E Master	15
REGOLAMENTAZIONE COSTUMI DI GARA	16



ARTISTICO	17
ELEMENTI DIFFICOLTA'	17
Categoria Novizi Giovani (da 2:30 minuti +/- 10 secondi)	17
Categoria Novizi Uisp (da 2:30 minuti +/- 10 secondi)	17
Categoria Piccoli Azzurri (2:45 minuti +/- 10 secondi)	17
Categoria Primavera (2:45 minuti +/- 10 secondi)	17
Categoria Allievi Giovani (3:15 minuti +/- 10 secondi)	18
Categoria Allievi UISP (3:15 minuti +/- 10 secondi)	19
Categorie Juniores Giovani, Juniores UISP (3:00 minuti +/- 10 secondi)	19
Categoria Azzurri Giovani (3:00 minuti +/- 10 secondi)	19
Categoria Azzurri UISP e Master (3:30 minuti +/- 10 secondi)	19
Categoria Professional CADETTI (3:30 minuti +/- 10 secondi)	20
Categoria Professional JEUNESSE (4:00 minuti +/- 10 secondi)	20
CATEGORIA JUNIORES E SENIOR	21
COPPIE ARTISTICO	22
COPPIE DANZA	22
CALENDARIO DI ATTIVITA'	23



COMUNICAZIONI

(revisione documento 20191212)

Indirizzi di riferimento

Responsabile Struttura Pattinaggio Nazionale	Raffaele Nacarlo	responsabile.pattinaggio@uisp.it
Segreteria Nazionale PATTINAGGIO UISP		pattinaggio@uisp.it
Responsabile Pattinaggio Nazionale	Luca Bassetto	artistico.pattinaggio@uisp.it
Responsabile Gruppo Nazionale Ufficiali di Gara	Barbara Borgioli	gnug.pattinaggio@uisp.it
Responsabile Formazione Nazionale	Maurizio Cocchi	formazione.pattinaggio@uisp.it

Sito nazionale <http://uisp.it/pattinaggio> (sotto settori sezione Artistico)

NOTA

In questo documento vengono riportate ESCLUSIVAMENTE le variazioni rispetto al Regolamento Nazionale reperibile sul sito nazionale all'indirizzo

<http://www.uisp.it/pattinaggio/pagina/regolamento-tecnico-nazionale-pattinaggio>

per tutto quello non citato all'interno valgono le regole del documento nazionale (vedi ad esempio Formula, Livelli)



SPECIFICA ANNI PER CATEGORIE 2020

Le categorie e i relativi anni di appartenenza per il **2020** sono:

SINGOLO		
Novizi Giovani		2012
Novizi Uisp		2011
Piccoli Azzurri		2010
Primavera		2009
<i>Piccoli Azzurri Debuttanti</i>	<i>Solo obbligatori (Camp. Prov. e Reg.)</i>	<i>2010</i>
<i>Primavera Debuttanti</i>	<i>Solo obbligatori (Camp. Prov. e Reg.)</i>	<i>2009</i>
Allievi Giovani		2008
Allievi UISP		2007
<i>Allievi Giovani Debuttanti</i>	<i>Solo obbligatori (Camp. Prov. e Reg.)</i>	<i>2008</i>
<i>Allievi Uisp Debuttanti</i>	<i>Solo obbligatori (Camp. Prov. e Reg.)</i>	<i>2007</i>
Juniores Giovani		2006
Juniores UISP		2005
Azzurri Giovani		2004
Azzurri UISP		2003-2002
Master		2001 e precedenti.
Professional Cadetti		2006-2005
Professional Jeunesse		2004
Professional Juniores		2003-2002
Professional Seniores		2001 e precedenti.



LIVELLI		
1° Livello Debuttanti	Gruppo "A"	2012-2011-2010
	Gruppo "B"	2009-2008-2007
	Gruppo "C"	2004 e precedenti
2° Livello Debuttanti	Gruppo "A"	2011-2010-2009-2008
	Gruppo "B"	2007 e precedenti
1° Livello Professional	Gruppo "A"	2010-2009-2008
	Gruppo "B"	2007-2006-2005
	Gruppo "C"	2004 e precedenti
2° Livello Professional		2009 e precedenti
3° Livello Professional		2008 e precedenti

COPPIE ARTISTICO		
Novizi		2012-2011
Primavera		2010-2009
Primavera Debuttanti		2010-2009
Allievi UISP		2007-2008
Allievi Debuttanti		2007-2008
Juniore UISP		2006-2005
Azzurri Giovani		2004
Azzurri UISP		2003-2002
Master		2001 e precedenti
Professional Cadetti		2006-2005
Professional Jeunesse		2004
Professional Juniores		2003-2002
Professional Seniores		2001 e precedenti

COPPIE DANZA		
Novizi		2012-2011
Primavera		2010-2009
Primavera Debuttanti		2010-2009
Allievi UISP		2007-2008
Allievi Debuttanti		2007-2008
Juniore UISP		2006-2005
Azzurri Giovani		2004
Azzurri UISP		2003-2002
Master		2001 e precedenti
Professional Cadetti		2006-2005
Professional Jeunesse		2004
Professional Juniores		2003-2002
Professional Seniores		2001 e precedenti

TABELLA ESERCIZI OBBLIGATORI 2020

CATEGORIA	TERRITORIALI		REGIONALI		NAZIONALI	
NOVIZI GIOVANI 2012	CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.		CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.		CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.	
NOVIZI UISP 2011	CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.		CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.		CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.	
PICCOLI AZZURRI 2010	CURVA AVANTI INT. CURVA INDIETRO EST.	DX	CURVA AVANTI EST. CURVA INDIETRO INT.	DX	CURVA AVANTI INT. CURVA INDIETRO EST.	DX
PICCOLI AZZURRI DEBUTTANTI 2010	CURVA AVANTI EST. CURVA AVANTI INT.	DX SX	CURVA AVANTI INT. CURVA INDIETRO EST	SX DX		
PRIMAVERA 2009	CURVA INDIETRO EST. TRE AVANTI INTERNO	DX	CURVA INDIETRO INT TRE AVANTI ESTERNO	DX	CURVA INDIETRO EST TRE AVANTI INTERNO	DX
PRIMAVERA DEBUTTANTI 2009	CURVA AVANTI ESTERNA CURVA AVANTI INTERNA	DX SX	CURVA AVANTI INTERNA CURVA INDIETRO ESTERNA	SX DX		
ALLIEVI GIOVANI 2008	CONTRO TRE AVANTI EST BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX	DOPPIO TRE INDIETRO EST BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX DX	CONTRO TRE AVANTI INT BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX
ALLIEVI GIOVANI DEBUTTANTI 2008	CURVA AVANTI INT. CURVA INDIETRO EST	DX DX	CURVA INDIETRO INT TRE AVANTI ESTERNO	DX SX		
ALLIEVI UISP 2007	DOPPIO TRE INDIETRO EST. BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX DX	CONTRO TRE AVANTI INTERNO BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX	CONTROVOLTA AVANTI INTERNA BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX
ALLIEVI UISP DEBUTTANTI 2007	CURVA INDIETRO EST. TRE AVANTI ESTERNO	DX SX	CURVA INDIETRO INT TRE AVANTI ESTERNO	DX SX		
JUNIORES GIOVANI 2006	CONTRO TRE AVANTI INT ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI EST. ESSE TRE AVANTI INT BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI INT. ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX
JUNIORES UISP 2005	CONTRO TRE AVANTI INT ESSE TRE AVANTI INT BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI EST ESSE DOPPIO TRE AVANTI ESTERNO BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI EST ESSE TRE AVANTI INT. BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX
AZZURRI GIOVANI 2004	CONTRO TRE AVANTI INT. ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST BOCCOLA AVANTI ESTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI ESTERNO ESSE TRE AVANTI INTERNO BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI INT. ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX
AZZURRI UISP 2003-2002	CONTRO TRE AVANTI EST. ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST. BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX	CONTRO TRE AVANTI INT OTTO TRE AVANTI EST. ESSE BOCCOLA AV. ESTERNA		CONTROVOLTA AVANTI EST. OTTO TRE AVANTI EST. BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX
MASTER 2001 e precedenti	VOLTA AVANTI EST. ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST. BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX	CONTROVOLTA AVANTI INT. OTTO TRE AVANTI EST. ESSE BOCCOLA AV. ESTERNA		CONTROVOLTA AVANTI INT ESSE DOPPIO TRE IND. EST. BOCCOLA AVANTI INTERNA	DX
PROFESSIONAL CADETTI 2006 -05	CONTROVOLTA AV. INTERNA DOPPIO TRE INDIETRO INT. CONTRO TRE AVANTI INT BOCCOLA AVANTI INT	DX	VOLTA AVANTI INT CONTRO TRE AVANTI EST ESSE DOPPIO TRE AVANTI EST. ESSE BOCCOLA AV. ESTERNA		VOLTA AVANTI EST ESSE DOPPIO TRE INDIETRO EST CONTRO TRE AVANTI INT BOCCOLA INDIETRO EST	DX
PROFESSIONAL JEUNESSE 2004	CONTRO VOLTA AVANTI INT. ESSE CONTRO TRE AV. INT. OTTO DOPPIO TRE AVANTI EST ESSE BOCCOLA AVANTI EST		VOLTA AVANTI INT ESSE DOPPIO TRE IND EST ESSE CONTRO TRE AVANTI EST. BOCCOLA INDIETRO INTERNA	DX	CONTROVOLTA AVANTI EST ESSE CONTRO TRE AVANTI INT OTTO DOPPIO TRE AVANTI EST BOCCOLA INDIETRO INTERNA	DX
PROFESSIONAL JUNIORES 2003-2002	VOLTA AVANTI EST. COMBINATA CON DOPPIO TRE ESTERNO (3 ESECUZIONI) OTTO BOCCOLA AVANTI ESTERNO OTTO DOPPIO TRE AVANTI ESTERNO (2 ESECUZIONI)		CONTROVOLTA AVANTI EST COMBINATA CON CONTROTRE E CONTROVOLTA AVANTI INT (3 ESECUZIONI) ESSE BOCCOLA INDIETRO ESTERNO OTTO CONTROTRE AVANTI ESTERNO (2 ESECUZIONI)		CONTROVOLTA INDIETRO EST COMBINATA CON CONTROTRE E CONTROVOLTA INTERNA (3 ESECUZIONI) OTTO BOCCOLA AVANTI ESTERNO OTTO DOPPIO TRE AVANTI ESTERNO (2 ESECUZIONI)	
PROFESSIONAL SENIORES 2001 e precedenti	DOPPIO TRE AVANTI ESTERNO COMBINATO CON VOLTA ESTERNA E DOPPIO TRE INDIETRO (2 ESECUZIONI) OTTO BOCCOLA AVANTI ESTERNO CONTRO TRE IND ESTERNO COMBINATO CON CONTROVOLTA AVANTI INT E CONTROTRE IND (2 ESECUZIONI)		DOPPIO TRE INDIETRO EST COMBINATO CON CONTROVOLTA EST E DOPPIO TRE AVANTI (2 ESECUZIONI) OTTO BOCCOLA AVANTI ESTERNA CONTROTRE AVANTI EST COMBINATO CON VOLTA INTERNA E CONTROTRE INDIETRO (2 ESECUZIONI)		DOPPIO TRE INDIETRO COMBINATO CON VOLTA ESTERNA E DOPPIO TRE AVANTI (2 ESECUZIONI) OTTO BOCCOLA AVANTI ESTERNA CONTROTRE INDIETRO ESTERNO COMBINATO CON VOLTA INTERNA E CONTRO TRE AVANTI	



NB. Per le categorie JUNIORES GIOVANI – JUNIORES UISP – AZZURRI GIOVANI – AZZURRI UISP – MASTER - PROFESSIONAL CADETTI – PROFESSIONAL JEUNESSE un CERCHIO sarà tolto a sorteggio.

In caso di concomitanza di più categorie in Campionati territoriali e/o regionali, si provvederà all'estrazione del piede di partenza dell'esercizio obbligatorio della categoria più piccola e successivamente si assegnerà il piede di partenza alle altre categorie in modo che le esecuzioni non siano in contrasto fra di loro.

Per le FASI TERRITORIALI il piede di partenza e l'esercizio da escludere POTRA' (a discrezione dei responsabili territoriali) essere sorteggiato in concomitanza con l'estrazione dell'entrata in pista (Da un membro GNUG o Dirigente Territoriale incaricato) purché luogo e ora siano portati a conoscenza di tutte le società (anche attraverso il sito della SDA PATTINAGGIO).

Per le FASI REGIONALI E NAZIONALI il piede di partenza e l'esercizio da escludere sarà sorteggiato 10 minuti prima della prova in sede di gara dal PDG o suo delegato.



DEFINIZIONI ELEMENTI DI DIFFICOLTA' PER IL GRUPPO ELEMENTI DI DESTREZZA (GED)

PER LE CATEGORIE PROF. CADETTI, PROF. JEUNESSE, PROF. JUNIORES E PROF. SENIORES

All'interno dei programmi di gara i pattinatori dovranno inserire una sequenza di passi per dimostrare l'abilità di pattinare sulla musica e di interpretare la musica usando elementi tecnici come: steps, turns, arabesque, pivot, ina bauer, spread eagle, salti da una rotazione (non codificati), rapide trottole. La sequenza deve iniziare da una posizione ferma o da una fermata. Viene lasciata completa libertà per il percorso da eseguire ed è consentito fermarsi e retrocedere. La sequenza non ha tempo definito.

TURNS CON UN PIEDE

"turns" sono tutte le difficoltà tecniche elencate e che comprendono un cambio di direzione sullo stesso piede: traveling (traveling – devono essere eseguite due rotazioni complete rapidamente perché venga considerato come tale altrimenti saranno considerati tre), tre, contro tre, boccole, volte, contro volte.

TURNS CON DUE PIEDI

mohawk, choctaw. Per il choctaw, il filo di uscita verrà utilizzato per definire la direzione del "turn" (ad esempio sinistro avanti interno-destro indietro esterno, la direzione sarà considerata antioraria).

STEPS

sono tutte le difficoltà tecniche che possono essere eseguite mantenendo la stessa direzione o cambiando direzione e piede: puntati, chasse, cambio di filo, cross roll.

ATTENZIONE: salti da mezzo giro o salti da un giro su due piedi o su un piede non vengono considerati "turn" o step. Pattinare all'avanti e pattinare all'indietro non è una rotazione.

CLUSTER

sequenza di almeno tre (3) "turns" diversi eseguiti su un piede, il tre verrà considerato come un "turn" per un cluster.



BODY MOVEMENTS

movimenti coreografici di braccia, busto, testa, gamba libera, per essere considerati devono chiaramente modificare l'equilibrio del pattinatore/i durante almeno tre (3) momenti di tutta la sequenza. Almeno due parti del corpo devono essere coinvolte. Tutti questi elementi, combinati tra di loro, definiscono un GED (Gruppo Elementi di Destrezza) che contribuiscono a formare il valore dell'esercizio.

PER LE CATEGORIE PROF. JEUNESSE, PROF. JUNIORES E PROF. SENIORES

Può, non obbligatoriamente, essere inserita una coreo-sequence



GRUPPO ELEMENTI DESTREZZA (GED)

GED	URNS CON UN PIEDE	CHOCTAW direzioni diverse	CLUSTER	BODY MOVEMENTS
1	4	/	/	/
2	6	/	/	/
3	6: 3 destri, 3 sinistri	2	/	Si
4	8: 4 destri, 4 sinistri	2	/	Si
5	10: 5 destri, 5 sinistri	2	1	Si

- **GED 1** deve comprendere almeno quattro (4) “turns” su un piede.
- **GED 2** deve comprendere almeno sei (6) “turns” su un piede.
- **GED 3** deve comprendere almeno tre (3) “turns” eseguiti sul piede destro e tre (3) “turns” eseguiti sul piede sinistro (sei (6) “turns” in totale). I pattinatori devono eseguire due (2) choctaw, uno in senso orario e uno in senso antiorario.
- **GED 4** deve comprendere almeno quattro (4) “turns” eseguiti sul piede destro e quattro (4) “turns” eseguiti sul piede sinistro (otto (8) “turns” in totale). I pattinatori devono eseguire due (2) choctaw, uno in senso orario e uno in senso antiorario.
- **GED 5** deve comprendere almeno cinque (5) “turns” eseguiti sul piede destro e cinque (5) “turns” eseguiti sul piede sinistro (dieci (10) “turns” in totale). I pattinatori devono eseguire due (2) choctaw, uno in senso orario e uno in senso antiorario. I pattinatori devono eseguire anche un (1) cluster.

All'interno dei programmi di gara i pattinatori dovranno inserire una sequenza di passi per dimostrare l'abilità di pattinare sulla musica e di interpretare la musica usando elementi tecnici come: steps, turns, arabesque, pivot, ina bauer, spread eagle, salti da una rotazione (non codificati), rapide trottole. La sequenza deve iniziare da una posizione ferma o da una fermata e deve percorrere tutta la pista da un lato corto all'altro. Se l'elemento non inizia da una posizione ferma, i giudici non avranno la visuale completa dell'elemento. Viene lasciata completa libertà per il percorso da eseguire, è consentito fermarsi e la sequenza non ha tempo definito.



Precisazioni Tecniche

SEQUENZA COREOGRAFICA

Per sequenza coreografica si intende una sequenza di massimo 30 secondi a tracciato libero. Perché sia valida è obbligatorio che la sequenza coreografica inizi da una posizione stazionaria adiacente ad uno dei due lati lunghi delle barriere e ad un massimo di 5 m di distanza dall'asse centrale. La sequenza terminerà nel momento in cui si toccherà il lato opposto della barriera. Durante l'elemento è permesso eseguire qualsiasi tipo di elemento sia tecnico che puramente coreografico (purché rispetti il regolamento) con lo scopo di mettere in luce l'abilità del pattinatore in relazione al tema musicale, il quale deve essere messo in risalto. Saranno premiati disegni intricati. Non sono permessi stop all'interno della sequenza se non all'inizio e alla fine.

SERIE DI PASSI CIRCOLARE (CERCHIO E SERPENTINA)

Cerchio: ogni serie di passi in cerchio deve essere centrale e iniziare obbligatoriamente da uno dei 4 assi della pista. Nel caso del semicerchio è possibile iniziare solo sull'asse trasversale.

Serpentina: La sequenza di passi in serpentina deve iniziare obbligatoriamente da un punto sull'asse trasversale adiacente al lato corto della pista. È obbligatorio il passaggio per il centro della pista.

SERIE DI PASSI LINEA (LINEA RETTA O DIAGONALE)

Linea Retta: la serie di passi in linea retta deve iniziare obbligatoriamente da un punto dell'asse trasversale adiacente al lato corto e da una posizione stazionaria (stop o stop&go). Deve coprire $\frac{3}{4}$ della lunghezza della pista.

Diagonale: la serie di passi in diagonale deve iniziare obbligatoriamente da un angolo adiacente al lato corto e da una posizione stazionaria (stop o stop&go). Deve coprire $\frac{3}{4}$ della lunghezza della pista.

TRAVELLING

Due sequenze di rotazioni rapide (una rotazione è composta da 2 tre) su un solo piede (minimo 2 rotazioni) separate da massimo 3 appoggi di piede.



	Rotazioni	Diversa Rotazione	Feature
GED 1	2+2	No	No
GED 2	3+3	Si	1 in una delle sequenze
GED 3	3+3	Si	2: 1 in ciascuna delle seq: una di braccia e una di gamba
GED 4	4+4	Si	3: in una seq 1 feature a libera scelta; nell'altra: 1 di braccia + 1 di gamba.

CLUSTER

Due sequenze consecutive composte da almeno 3 elementi (tre, controtre, volta, controvolta, boccola, traveling) eseguite ciascuna su un solo piede. È consentito eseguire massimo 3 appoggi di piede tra una sequenza e l'altra

	Rotazioni 1° set	Rotazioni 2° set	Entrata Difficile
GED 1	3	3	No
GED 2	4/3	3/4	No
GED 3	4/3	3/4	Si in una dei 2 set
GED 4	4	4	Si entrambi i set

È considerata entrata difficile per una sequenza di cluster: choctaw, ina-bauer, spread-eagle, piccoli saltelli (little hop) o salti.

STOP

All'interno del disco sono consentiti un massimo di 2 stop della durata di massimo 8 secondi. È considerato stop una fermata della durata di più di 3 secondi. Una fermata di meno di 3 secondi verrà considerata Stop&Go.

TROTTOLE

Nelle gare di FORMULA le trottole eseguite devono essere intese in posizione base e non figurate, le trottole non rispondenti a tali caratteristiche saranno penalizzate per difficoltà aggiunta.



REGOLE GENERALI ESERCIZI LIBERI

PROGRAMMI DI GARA CATEGORIE NOVIZI GIOVANI, NOVIZI UISP, PICCOLI AZZURRI, PRIMAVERA, ALLIEVI GIOVANI, ALLIEVI UISP, PROFESSIONAL CADETTI, PROFESSIONAL JEUNESSE, PROFESSIONAL JUNIORES E PROFESSIONAL SENIORES

- Lo stesso salto da una rotazione non può essere eseguito più di tre (3) volte, Axel e doppi non possono essere eseguiti più di due (2) volte e se presentati due (2) volte, una deve essere in combinazione. Se accade che un salto sia eseguito più volte rispetto al numero massimo previsto, il salto in eccesso non sarà considerato, ma risulterà nel numero totale dei salti.
- Inserendo il lutz nel programma di gara, nel caso del lutz con evidente errore di filo (flip), il lutz che risulta numericamente in eccedenza non verrà penalizzato, ma verrà comunque considerato nel numero totale dei salti che di possono eseguire.
- Nel caso in cui si esegua un numero maggiore di salti o di trottolo rispetto a quanto richiesto, i salti e le trottolo in eccesso non verranno valutati.
- La stessa combinazione di salti non può essere eseguita più di una (1) volta. Se ciò accade non verrà presa in considerazione ma risulterà nel numero totale dei salti.
- Nel caso in cui nel programma lungo lo stesso salto (axel o salto doppio) venga presentato due volte e a causa di una caduta non venga eseguita la combinazione, non verranno applicate penalizzazioni sul punteggio in quanto l'elemento singolo caduto verrà considerato come un tentativo di combinazione. In ogni caso possono essere presentate due combinazioni.
- Inginocchiarsi o stendersi sul pavimento della pista è consentito in qualsiasi momento del programma al massimo (1) volta e per massimo (5) secondi.
- L'inserimento nei programmi di gara, sia programma corto che programma lungo, di esercizi a corpo libero tipici della ginnastica artistica (backflip, ruote, verticali, ponti, etc.) è permesso una sola volta.
- Le combinazioni di trottolo per Allievi possono avere massimo quattro (4) posizioni e per Esordienti e Giovanissimi massimo (3) posizioni.
- Nelle categorie dove non è possibile eseguire trottolo di alto livello, le figurazioni delle trottolo di base saranno valutate con le stesse regole e modalità degli anni precedenti.

Nelle Categorie Giovanissimi "A", Giovanissimi "B", Esordienti "A", Esordienti "B", Allievi "A" e Allievi "B" verrà premiata maggiormente la pulizia di esecuzione del programma per quanto riguarda sia le difficoltà che l'interpretazione artistica.



PROGRAMMI DI GARA JUNIORES GIOVANI, JUNIORES UISP, AZZURRI GIOVANI, AZZURRI UISP E MASTER

- Nel programma difficoltà aggiunte od omesse verranno penalizzate.
- Inserendo il Lutz nel programma di gara l'allenatore dovrà ben ponderare la scelta dei salti delle combinazioni da inserire per non incorrere, nel caso di Lutz con evidente errore di filo (Flip), nelle penalizzazioni indicate nel regolamento che prevede massimo 3 (tre) ripetizioni per tipo di salto.
- Nell'esecuzione di combinazioni di trottole o salti dove sia determinato il numero e/o il tipo degli elementi da eseguire, l'eventuale elemento da non considerare valido annullerà tutta la combinazione. Se un pattinatore durante la combinazione di salti cade, si rialza e continua la combinazione, sarà penalizzato per difficoltà aggiunta. Se effettua uno "step out" tra i salti, la combinazione non avrà alcun valore ma non sarà penalizzata. Se comunque due salti consecutivi sono stati eseguiti prima della caduta o dello "step out", la combinazione avrà il relativo valore.
- In generale, utilizzando la preparazione delle trottole con la successione dei tre sullo stesso piede di esecuzione, la centratura deve avvenire senza che il piede della gamba libera tocchi il pavimento.
- Sono previste minimo due rotazioni, per ciascuna trottola di una combinazione di trottole e tre giri per quelle eseguite singolarmente. Il conteggio delle rotazioni inizia quando l'atleta assume la posizione prescritta.
 - Le trottole con entrata, rotazioni, cambi e uscite sul puntale verranno annullate. L'uso del puntale è consentito nella Fly Camel, Butterfly, nella Trottola ad Angelo Saltata e nelle trottole con uscita libera. Per entrata ed uscita libera delle trottole si intende la necessità delle stesse di essere tecnicamente eseguite in quel modo. E' inoltre consentito l'uso del freno nelle posizioni: Biellmann, Layback, Sideways, Torso Sideways.
- N.B.: Nell'uscita libera il massimo di rotazioni consentito è due (2). Con un numero di rotazioni superiore la penalizzazione sarà di 0,2 punti nel secondo punteggio.
- L'inserimento nei programmi di gara, sia programma corto che programma lungo, di esercizi a corpo libero tipici della ginnastica artistica (backflip, ruote, verticali, ponti, etc.) è permesso una sola volta.

Nelle categorie dove non è possibile eseguire trottole di alto livello, le figurazioni delle trottole di base saranno valutate con le stesse regole e modalità degli anni precedenti.



REGOLAMENTAZIONE COSTUMI DI GARA

- In tutte le competizioni (inclusi gli allenamenti ufficiali), i costumi sia per le femmine che per i maschi devono essere in carattere con la musica ma non devono provocare imbarazzo per il pattinatore, i giudici o il pubblico.
- I costumi molto sgambati sui fianchi, o che mostrano l'ombelico scoperto sono considerati costumi da show e non sono adatti per le gare di pattinaggio.
- Ogni parte del costume compresi perline, applicazioni, piume, etc. deve essere accuratamente fissata sul costume in modo da non provocare pericolo per i concorrenti.
- Il costume femminile deve coprire completamente i fianchi ed il sedere. Body con taglio alla francese sono strettamente proibiti, ossia body con una grande sgambatura sui fianchi.
- Il costume maschile non deve essere senza maniche. La scollatura del costume non deve esporre il petto per più di tre (3) pollici o otto (8) centimetri sotto la clavicola.
- Materiale con effetto trasparente non è consentito. La camicia dell'uomo non deve staccarsi dalla vita dei pantaloni durante una performance, in modo da mostrare l'ombelico scoperto.
- Il nudo del costume è considerato una violazione delle regole e sarà penalizzato (questo significa un uso eccessivo di materiale nudo).
- Oggetti di scena di qualsiasi natura sono proibiti. Ciò significa che il costume rimane sempre lo stesso durante la performance senza aggiunte, cioè non si possono utilizzare oggetti di scena dall'inizio alla fine.
- Dipingere qualsiasi parte del corpo è considerato uno "show" e non è permesso.
- La penalizzazione che deriva da una violazione delle regole relative ai costumi è di 1.0 per quanto riguarda le categorie Cadetti, Jeunesse, Juniores, Seniores, mentre per tutte le altre categorie potrà variare da 0.2 a 1.0 e sarà applicata nel punteggio B.

La penalizzazione derivante dalla violazione sulla regolamentazione dei costumi di gara comporterà una penalizzazione di:

- da **0,2** a **1,0** sullo stile per le categorie Novizi Giovani, Novizi Uisp, Piccoli Azzurri, Primavera, Allievi Giovani, Allievi Uisp, Juniores Giovani, Juniores Uisp, Azzurri Giovani, Azzurri Uisp E Master.
- **1,0** Sullo stile per le categorie Professional Cadetti, Professional Jeunesse, Professional Juniores E Professional Senior.



ARTISTICO

ELEMENTI DIFFICOLTA'

CATEGORIA NOVIZI GIOVANI (DA 2:30 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo dodici (12) salti da una (1) rotazione compreso il salto Walzer
- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a tre (3)
- Lo stesso salto non può essere presentato più di tre (3) volte
- Si possono eseguire massimo 4 trottolo singole. Sono permesse SOLO trottolo verticali. La stessa trottolo non può essere eseguita più di due volte.
- Una (1) sequenza di passi in diagonale (linea retta) con inizio da un angolo della pista e termine all'angolo opposto, di almeno $\frac{3}{4}$ della diagonale.

CATEGORIA NOVIZI UISP (DA 2:30 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo dodici (12) salti da una (1) rotazione compreso il salto Walzer
- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5)
- Lo stesso salto non può essere presentato più di tre (3) volte
- Si possono eseguire massimo 2 trottolo, una delle trottolo DEVE essere una combinazione di trottolo (massimo tre (3) posizioni). Sono permesse SOLO trottolo verticali e abbassate. Le due trottolo devono essere diverse.
- Una (1) sequenza di passi in diagonale (linea retta) con inizio da un angolo della pista e termine all'angolo opposto, di almeno $\frac{3}{4}$ della diagonale.

CATEGORIA PICCOLI AZZURRI (2:45 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo dodici (12) salti. Nei dodici (12) salti sono permessi salti da una (1) rotazione, Axel, doppio salchow
- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5)
- È obbligatorio eseguire un Axel che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel e doppio salchow non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.
- Lo stesso salto da una rotazione non può essere presentato più di tre (3) volte
- Si possono eseguire massimo due (2) trottolo, una delle trottolo DEVE essere una combinazione di trottolo (massimo tre (3) posizioni) e deve comprendere una trottolo abbassata. E' permesso eseguire sono trottolo verticali, abbassate e ad angolo esterna indietro. Le due trottolo devono essere diverse.
- Una (1) sequenza di passi in diagonale (linea retta) con inizio da un angolo della pista e termine all'angolo opposto, di almeno $\frac{3}{4}$ della diagonale.

CATEGORIA PRIMAVERA (2:45 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo dodici (12) salti. Nei dodici (12) salti sono permessi salti da una (1) rotazione, Axel, doppio salchow e doppio toeloop



- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5)
- È obbligatorio eseguire un Axel che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel e doppi non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.
- Lo stesso salto da una rotazione non può essere presentato più di tre (3) volte
- Nel programma, DEVE essere inserito almeno un toeloop (da una rotazione o doppio)
- Si possono eseguire massimo due (2) trottolo, una delle trottolo DEVE essere una combinazione di trottolo (massimo tre (3) posizioni) e deve comprendere una trottolo abbassata. E' permesso eseguire trottolo verticali, abbassate, ad angolo di base su qualsiasi filo. Le due trottolo devono essere diverse.
- Una (1) sequenza di passi in cerchio in qualsiasi direzione, avente un diametro pari ad almeno $\frac{3}{4}$ della larghezza della pista.

CATEGORIA ALLIEVI GIOVANI (3:15 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo dieci (10) salti esclusi i salti di collegamento da una (1) rotazione nelle combinazioni (doppio rittberger, doppio loop, doppio axel e tripli non sono permessi)
- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5) inclusi i salti di collegamento
- È obbligatorio eseguire un Axel che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel e doppi non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.
- Si possono eseguire massimo due (2) trottolo, una delle trottolo DEVE essere una combinazione di trottolo (massimo quattro (4) posizioni) e deve comprendere una trottolo abbassata. E' permesso eseguire trottolo verticali, abbassate, ad angolo di base su qualsiasi filo. Lo stesso tipo di trottolo non può essere eseguita più di 2 volte in tutto il programma. Le due trottolo devono essere diverse.
- Una (1) sequenza di passi in diagonale (linea retta) con inizio da un angolo della pista e termine all'angolo opposto, di almeno $\frac{3}{4}$ della diagonale.



CATEGORIA ALLIEVI UISP (3:15 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo dieci (10) salti esclusi i salti di collegamento da una (1) rotazione nelle combinazioni (doppio axel e tripli non sono permessi)
- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5) inclusi i salti di collegamento
- È obbligatorio eseguire un Axel che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel e doppi non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.
- Sono consentite minimo due (2), massimo tre (3) trottolo. Una di queste DEVE essere una trottolo singola e un'altra una combinazione di trottolo (massimo cinque (5) posizioni) e deve includere una trottolo abbassata. Lo stesso tipo di trottolo non può essere eseguita più di due (2) volte nell'intero programma (es. massimo due (2) rovesciate, massimo due (2) tacco avanti, etc.). Le tre (3) trottolo presentate devono essere differenti. La trottolo Broken non è permessa.
- Una (1) sequenza di passi della durata massima di trenta (30) secondi; max ged 3

CATEGORIE JUNIORES GIOVANI, JUNIORES UISP (3:00 MINUTI +/- 10 SECONDI)

CATEGORIA AZZURRI GIOVANI (3:00 MINUTI +/- 10 SECONDI)

CATEGORIA AZZURRI UISP E MASTER (3:30 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Potranno essere eseguiti salti con un massimo di 2 (due) rotazioni ad eccezione delle categorie **AZZURRI UISP E MASTER** dove è ammesso il Doppio Axel.
- Gli elementi salti e trottolo sono liberi (no doppio rittberger, no doppio loop e trottolo di alto livello per categoria **JUNIORES GIOVANI**, no "broken ankle" per categorie **AZZURRI GIOVANI**)
- Un salto doppio dello stesso tipo non potrà essere proposto nel programma per più di tre (3) volte comprese le combinazioni.
- Se il pattinatore presenta un salto doppio per tre(3) volte, una delle volte deve essere in combinazione.
- Se si eseguono più di tre (3) salti dello stesso tipo e rotazione la penalizzazione sarà di 0.3 decimi nel punteggio A.
- Massimo 3 combinazioni di salti, da 2 a 5 salti compresi i salti di collegamento(salti da una(1) rotazione)
- Dovranno inserire nel programma una serie di passi a scelta tra:
 - linea retta sulla diagonale della pista ($\frac{3}{4}$ della lunghezza della stessa),
 - serpentina (minimo due lobi di $\frac{3}{4}$ della larghezza della pista)
 - cerchio (minimo $\frac{3}{4}$ della larghezza della pista).
- L'entrata e l'uscita delle trottolo è libera.



CATEGORIA PROFESSIONAL CADETTI (3:30 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo otto (8) salti esclusi i salti di collegamento da una (1) rotazione nelle combinazioni
- Massimo due (2) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5) inclusi i salti di collegamento
- Il valore tecnico sarà attribuito solo ai doppi ed ai tripli nelle combinazioni.
- È obbligatorio eseguire un Axel (singolo, doppio, triplo) che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel, doppi e tripli non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.
- Si devono eseguire minimo 2 massimo 3 trottolo, una di queste deve essere singola e una in combinazione di massimo cinque (5) posizioni e deve comprendere una trottolo abbassata. Lo stesso tipo di trottolo non può essere eseguito più di 2 volte in tutto il programma (cioè massimo 2 rovesciate, massimo 2 tacco avanti, etc). La trottolo Broken non è permessa. Le tre trottolo devono essere diverse.
- Una (1) sequenza di passi libera della durata di massimo 30 SECONDI; max ged 3

CATEGORIA PROFESSIONAL JEUNESSE (4:00 MINUTI +/- 10 SECONDI)

- Massimo otto (8) salti per le femmine e nove (9) per i maschi esclusi i salti di collegamento da una (1) rotazione nelle combinazioni
- Massimo tre (3) combinazioni di salti
- Il numero di salti nelle combinazioni non può essere superiore a cinque (5) inclusi i salti di collegamento
- Il valore tecnico sarà attribuito solo ai doppi ed ai tripli nelle combinazioni.
- E' obbligatorio eseguire un Axel (singolo, doppio, triplo) che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel, doppi e tripli non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.
- Si devono eseguire minimo 2 massimo 3 trottolo, una di queste deve essere singola e una in combinazione di massimo cinque (5) posizioni e deve comprendere una trottolo abbassata. Lo stesso tipo di trottolo non può essere eseguito più di 2 volte in tutto il programma (cioè massimo 2 rovesciate, massimo 2 tacco avanti, etc). Le tre trottolo devono essere differenti fra di loro.
- Una (1) sequenza di passi libera della durata di massimo 40 SECONDI; max ged 4
- Una (1) sequenza coreografica



CATEGORIA JUNIORES E SENIOR (DA 4:15 A 4:30 SECONDI FEM - 4:30 +/- 10 SECONDI MAS)

Salto:

- Massimo otto (8) salti per le femmine e nove (9) per i maschi esclusi i salti di collegamento da una (1) rotazione nelle combinazioni
- Massimo tre (3) combinazioni di salti
- Il numero di salti di una combinazione non può essere superiore a cinque (5) inclusi i salti di collegamento
- Il valore tecnico sarà attribuito solo ai doppi ed ai tripli nelle combinazioni.
- È obbligatorio eseguire un Axel (singolo, doppio, triplo) che può essere presentato anche in combinazione.
- Axel, doppi e tripli non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.

Trottole:

- Si devono eseguire minimo 2 massimo 3 trottole, una di queste deve essere singola e una in combinazione di massimo cinque (5) posizioni e deve comprendere una trottola abbassata. Lo stesso tipo di trottola non può essere eseguito più di 2 volte in tutto il programma (cioè massimo 2 rovesciate, massimo 2 tacco avanti, etc). Le tre trottole devono essere diverse.

Sequenze di passi:

- Una (1) sequenza di passi libera della durata di massimo 40 SECONDI
- Una (1) sequenza coreografica



COPPIE ARTISTICO

VEDI REGOLAMENTO FISR 2020

Sarà utilizzato il sistema di valutazione a PIAZZAMENTI UISP

COPPIE DANZA

VEDI REGOLAMENTO FISR 2020

Sarà utilizzato il sistema di valutazione a PIAZZAMENTI UISP



CALENDARIO DI ATTIVITA'

L'attività ufficiale 2020 del Nazionale Pattinaggio si svolge dal 1 gennaio al 31 dicembre.

Le date per l'effettuazione delle attività istituzionali vengono così ripartite:

Prove di Campionato Territoriale

da concordare con la propria Struttura regionale o in mancanza con il nazionale.

I Campionati Territoriali devono essere effettuati prima dell'inizio dei Campionati Regionali.

Prove di Campionato Regionale

per Categoria fino al	10 maggio
per Formula fino al	07 giugno
per Livelli fino al	27 settembre

Prove di Campionato Nazionale

per Categoria dal	22 maggio
per Formula dal	25 giugno
per Livelli dal	01 novembre

Le deroghe di data, per l'effettuazione di gare ufficiali dovranno essere richieste per iscritto al Nazionale, che provvederà a rilasciare eventuale autorizzazione.