UISP - Unione Italiana Sport Per Tutti - PROGRAMMA LIBERO - GARE DI CATEGORIA

CATEGORIA PROFESSIONAL SENIORES ***GIUDICE*** _____

CAMPIONATO / TROFEO _____ ***DATA*** _____

N.°	SALTI	TROTTOLE	PASSAGGI	SEQ. COREOGRAFICA	DIFF.	STILE	TOT.
	Max 8 salti per la cat.Femminile e 9 salti per la cat.maschile, escluso i salti di collegamento da 1 rotazione nelle combinazioni. Max 3 Combinazioni di salti composte al max da 5 salti, inclusi i salti di collegamento. OBBLIGATORIO inserire un Axel (singolo, doppio o triplo) che può essere eseguito anche in combinazione. Axel, Doppi o Tripli non possono essere presentati più di 2 volte. Se presentati 2 volte, una deve essere in combinazione.	Si possono eseguire max 2 trottole Una delle quali deve essere una combinazione (massimo 5 posizioni) e deve includere una abbassata. L'altra trottola può essere combinata, se combinata non può superare le 5 posizioni.	Obbligatoria una SERIE DI PASSI a scelta fra diagonale, linea retta, cerchio, serpentina. Può comprendere 1 salto max 1 rotazione, permessa una fermata, è permesso pattinare sul percorso già eseguito (è consentito retrocedere). La sequenza di passi deve iniziare da una posizione ferma.	Obbligatorio inserire una Sequenza Coreografica. La sequenza deve iniziare da una posizione ferma e deve coprire tutta la pista da lato corto a lato corto. Non è previsto un percorso da eseguire.			

Durata programma da 4' e 15" a 4' e 30" per le categorie Femminili / 4' e 30" +/-10 secondi per le categorie Maschili.
Lo stile potrà variare da +5 decimi a -10 decimi rispetto a quello della difficoltà senza considerare eventuali penalizzazioni
Violazione Reg.to Costumi - Nel 2° punteggio da 2 a 10 decimi nel 2° punteggio
Inginocchiarsi o sdraiarsi per più di una volta nell'intero programma o per più di 5 secondi - Nel 2° punteggio 5 decimi.
Selezione musicale non corretta per quanto riguarda parti musicali cantate con contenuto volgare o irriguardoso - Penalizzazione nel 2° punteggio da 5 a 10 decimi
Difficoltà omessa (ovvero non presentata, neanche tentata) - 1° e 2° punteggio 5 decimi.
Difficoltà aggiunta (fare una difficoltà al di sopra delle limitazioni date) - 2° punteggio 5 decimi.
Tempo inferiore al minimo richiesto, per ogni 10 sec in meno 0,2 nel 1° e 2° punteggio.
Eseguire più di 3 salti dello stesso tipo (comprese le combinazioni) - 1° punteggio 3 decimi
ATTENZIONE: l'inserimento di esercizi a corpo libero tipici della ginnastica artistica (backflip, ruote, verticali, ponti, ecc) è permesso UNA SOLA VOLTA