

Singolo Maschile e Femminile * Esercizi Obbligatori *

GIOVANISSIMI - MINIS (2005):

Par. 1: Left Forward Outside

Par. 2: Right Forward Inside

Par. 1: Curva avanti Esterna sinistra

Par. 2: Curva avanti Interna destra

GIOVANISSIMI - MINIS (2004):

Par. 2: Left Forward Inside

Par. 3: Right Backward Outside

Par. 2: Curva avanti Interna sinistra

Par. 3: Curva indietro Esterna destra

PULCINI – MINIS (2003):

Par. 3: Right Backward Outside

Par. 9: Right Forward Inside Three

Par. 3: Curva indietro esterna destra

Par. 9: Tre avanti interno destra

ORSETTI – ESPOIR (2002 – 2001):

Par. 19 a/b: Forward Inside Brackets

Par. 12 a: Backward Outside Double Three

Par. 14 a: Forward Outside Loop

Par. 19 a/b: Contro tre avanti interno

Par. 12 a: Doppio tre indietro esterno

Par. 14 a: Boccola avanti esterna

RAGAZZI (2000 – 1999) in/and/e AZZURRI (1998 – 1997):

Par. 28 a/b: Forward Outside Change Double Three

Par. 19 a/b: Forward Inside Brackets

Par. 14 a: Forward Outside Loop

Par. 28 a/b: Esse doppio tre avanti est.

Par. 19 a/b: Contro tre avanti interno

Par. 14 a: Boccola avanti esterna

MASTER (1996 and older/e precedenti):

Par. 22 a/b: Forward Outside Counters
Par. 28 a/b: Forward Outside Change Double Three
Par. 30 a/b: Forward Outside Change Loop

Par. 22 a/b: Controvolta Avanti sterna
Par. 28 a/b: Esse doppio tre avanti esterno
Par. 30 a/b: Esse boccola avanti esterna

UNDER 16 (2000/1999) CADET :

Par. 21 a/b: Forward Inside Rocker
Par. 28 a/b: Forward Outside Change Double Three
Par. 16 a: Backward Outside Loop

Par. 21 a/b: Volta Avanti interna
Par. 28 a/b: Esse doppio tre avanti esterno
Par. 16 a: Boccola indietro esterna

UNDER 16 (1998/1997) Youth

Par. 21 a/b: Forward Inside Rocker
Par. 36 a/b: Forward Outside Paragraph Double Three
Par. 17a: Backward inside loop

Par. 21 a/b: Volta Avanti interna
Par. 36 a/b: Otto doppio tre avanti esterno
Par. 17a: Boccola indietro interna

OVER 16 (1996/1995/1994/...):

Par. 23 a/b: Forward inside Counters
Par. 37 a/b: Backward Outside Paragraph Double Three
Par. 38 a/b: Forward Outside Pragraph Loop

Par. 23 a/b: Controvolta Avanti interna
Par. 37 a/b: Otto doppio tre indietro esterno
Par. 38 a/b: Otto boccola avanti esterna

Per qualsiasi informazione telefonare a: 339.1321735

Lega Regionale UISP Pattinaggio
Settore Artistico
Maurizio Cocchi