

**30° Trofeo Internazionale “SPORT E TURISMO”  
10- 13 Settembre 2015  
RENCE - SLOVENIA  
SINGOLO M/F – ESERCIZI OBBLIGATORI E LIBERO**

**CIRCOLARE**

La Lega Nazionale Pattinaggio UISP organizza un incontro Internazionale di Pattinaggio Artistico a Rotelle. La manifestazione si svolgerà a Rence (Slovenia).

Le società **direttamente o tramite la propria Lega Regionale** possono iscrivere i loro atleti inviando una mail all'indirizzo [candida.cocchi@tin.it](mailto:candida.cocchi@tin.it)

indicando tutti i dati dell'atleta (nome,cognome,data di nascita, categoria e specialità).

Un atleta che partecipa sia sugli obbligatori sia sul libero gareggia anche per la combinata

**Qualora il numero dei partecipanti sia eccessivo avranno la precedenza gli atleti che hanno partecipato ai Momenti d'Insieme 2015.**

**CATEGORIE**

Categorie Singolo:

Giovanissimi F/M (Minis 2007)

Giovanissimi F/M (Minis 2006)

Giovanissimi F/M (Minis 2005)

Pulcini F/M (Minis 2004)

Orsetti F/M (Espoir 2003)

Orsetti F/M (Espoir 2002)

Under 16 F/M (Cadet 2000/1999)

Under 16 F/M (Youth 1998/1997)

Over 16 F/M (Junior e Senior 1996-1995-1994 e prec.)

con in più le seguenti categorie UISP di singolo con programma di difficoltà limitato:

Ragazzi F/M 2000 – 1999

Azzurri F/M 1998 - 1997

Master F/M 1996 e prec.

TUTTE LE NOTIZIE RELATIVE ALLA LOGISTICA SARANNO COMUNICATE AL RICEVIMENTO DELLE STESSE DA PARTE DELLA SOCIETA' ORGANIZZATRICE.

SARA' ORGANIZZATO UN PULLMAN CON PARTENZE DA FIRENZE E BOLOGNA.

TUTTI GLI INTERESSATI AL VIAGGIO IN PULLMAN (ATLETI – ALLENATORI – ACCOMPAGNATORI) SONO INVIA-TATI A COMUNICARLO PER ORGANIZZARE AL MEGLIO LA TRASFERTA.

Oltre alle partecipazioni degli atleti è necessario comunicare prima possibile eventuali accompagnatori.

I genitori e gli accompagnatori alloggeranno in albergo diverso dagli atleti, per i tecnici, compatibilmente con le disponibilità, si cercherà di farli alloggiare con gli atleti.

Gli atleti alloggeranno tutti in un unico albergo con gli accompagnatori della Rappresentativa.

Pista di gara: Rence – Slovenia ( 20 x 40 – parquet in legno)

Gare: Singolo Maschile e Femminile:  
esercizi Obbligatori – esercizi Liberi (solo programma lungo);  
classifiche separate per obbligatori, liberi e combinata;

## **ALLEGATO “A”**

### **SINGOLO MASCHILE E FEMMINILE ESERCIZI LIBERI**

#### **Programma Libero**

- Salti dello stesso genere (tipo e rotazione), con l'eccezione dei salti da una rotazione o inferiori, possono essere eseguiti non più di 3 volte all'interno del programma.
- Tutte le combinazioni di salti dovranno essere differenti.
- Devono essere inserite almeno due trottolo, delle quali una deve essere una combinazione.
- Tutte le trottolo devono aver distribuito equamente le trottolo all'interno del programma, questo significa che **tra due (2) elementi trottolo dovranno essere inseriti almeno altri due differenti elementi (almeno una serie di passi e un elemento salto)**. Una penalizzazione di 0,5 in generale nel punteggio B verrà attribuita dal PdG per programmi con trottolo non ben distribuite.

Per la valutazione e le penalizzazioni fare riferimento ai regolamenti Cipa e Cipa 2015.

Si fa presente che la penalizzazione per cadute nel Programma Lungo, come da regolamentazione CIPA-CEPA 2015, sarà come per lo Short Program pari **2 decimi per ogni caduta** da applicare al punteggio B.

#### **GIOVANISSIMI (MINIS 2007-2006):**

Potranno inserire nel programma:

##### **Salti:**

Max salti da una rotazione.

Max tre (3) combinazioni da 2 a 5 salti, scelti tra quelli sopra consentiti.

##### **Trottolo:**

Si potranno inserire solamente trottolo verticali e abbassate.

Sono consentite combinazioni fra le trottolo suddette.

##### **Passi:**

Dovrà essere inserita, minimo, una serie di passi a scelta dell'atleta a cerchio, o a serpentina, o in linea retta o in diagonale.

Dovrà essere inserita una serie di Angeli (Spirali-Arabesque) con due (2) o più posizioni, utilizzando pienamente il lato lungo della pista (minimo  $\frac{3}{4}$  della lunghezza) e nell'esecuzione dei lobi almeno metà della larghezza della pista. La serie dovrà essere eseguita a serpentina (minimo due lobi).

**GIOVANISSIMI (MINIS 2005) E PULCINI (MINIS 2004):**

Potranno inserire nel programma:

**Salti:**

Max salti da una rotazione + Axel, doppio Toeloop e doppio Salchow.

Sarà permesso inserire un massimo di **dieci (10)** salti in totale (salti da un giro inclusi) con i quali max due (2) combinazioni da 2 a 5 salti, scelti tra quelli sopra consentiti.

Nel Programma Libero dovrà essere inserito almeno un elemento Toe Loop, singolo e/o doppio, eseguito come salto singolo o in una combinazione. Una penalizzazione di 0,2 nel punteggio A verrà attribuita dal PdG per Toe Loop "aperti" (punta e spalle più di un quarto).

**Trottole:**

Si potranno inserire al **massimo tre (3) elementi trottola** scelti tra trottola verticali, abbassate, ad angelo (proibite, broken ankle, rovesciata e tacco). Combinazioni di trottola sono permesse tra le trottola sopra elencate.

Una delle trottola inserite DOVRA' essere una trottola verticale individuale o una combinazione di trottola verticali (solo trottola verticali).

**Passi:**

Dovrà essere inserita, minimo, una serie di passi a scelta dell'atleta a cerchio, o serpentina, o in linea retta o in diagonale. **Nella serie di passi dovrà essere inserito uno o più passi "Loop Step" (sequenza di due o più tre eseguiti con la gamba libera in posizione di avvistamento) E una sequenza di tre (3) Contro Tre.**

Una buona esecuzione del Loop Step (gamba ben in avvistamento bassa e chiusa) riceverà un bonus di +0,2 punti nel punteggio "A" dal PdG.

Dovrà essere inserita una **serie di Angeli (Spirali-Arabesque)** con minimo due (2) posizioni, utilizzando pienamente il lato lungo della pista e nell'esecuzione dei lobi almeno metà della larghezza della pista.

La serie dovrà essere eseguita a serpentina (minimo due lobi).

**Una controllata estrema flessibilità (posizione della gamba libera a più di 150° rispetto al pavimento per almeno due (2) secondi), almeno in una posizione, verrà premiata dal PdG con un bonus di +0,2 punti nel punteggio A.**

Il programma dovrà attenersi alla Rule 132 in precedenza descritta riguardante il "programma libero ben bilanciato".

**ORSETTI (ESPOIR 2003 2002):**

Potranno inserire nel programma:

**Salti:**

Max salti da due rotazioni (non sono consentiti doppio axel o tripli)  
Sarà permesso inserire un **massimo di dodici (12) salti in totale (salti da un giro inclusi)**, con i quali Max **DUE** (2) combinazioni da 2 a 5 salti, scelti tra quelli sopra consentiti.

Nel Programma Libero dovrà essere inserito almeno un elemento Toe Loop, singolo e/o doppio, eseguito come salto singolo o in una combinazione. Una penalizzazione di 0,2 nel punteggio A verrà attribuita dal PdG per Toe Loop "aperti" (Puntata e spalle più di un quarto).

**Trottole:**

Si potranno inserire al **massimo tre (3) elementi trottola** scelti tra trottola verticali, abbassate, ed ad angelo (proibita soltanto la Broken Ankle).  
Combinazioni di trottola, scelte tra quelle sopra indicate, sono libere.  
Una delle trottola inserite DOVRA' essere una trottola abbassata individuale o una combinazione di trottola abbassate (solo trottola abbassate).  
Es. Se eseguo tre combinazioni di trottola, non potrò inserire ulteriori combinazioni o trottola individuali in quanto inserito con le tre combinazioni il massimo permesso.

**Passi:**

Dovrà essere inserita, minimo, una serie di passi a scelta dell'atleta a cerchio, o serpentina, o in linea retta o in diagonale. **Nella serie di passi dovrà essere inserito uno o più passi "Loop Step" (sequenza di due o più tre eseguiti con la gamba libera in posizione di avvvitamento) E una sequenza di tre (3) Contro Tre.**

**Una buona esecuzione del Loop Step (gamba ben in avvvitamento bassa e chiusa) riceverà un bonus di +0,2 punti nel punteggio "A" dal PdG.**

Dovrà essere inserita una **serie di Angeli (Spirali□Arabesque)** con minimo due (2) posizioni, utilizzando pienamente il lato lungo della pista e nell'esecuzione dei lobi almeno metà della larghezza della pista.

La serie dovrà essere eseguita a serpentina (minimo due lobi).

**Una controllata estrema flessibilità (posizione della gamba libera a più di 150° rispetto al pavimento per almeno due (2) secondi), almeno in una posizione, verrà premiata dal PdG con un bonus di +0,2 punti nel punteggio A.**

Il programma dovrà attenersi alla Rule 132 in precedenza descritta riguardante il **"programma libero ben bilanciato"**.

### **UNDER 16 (CADET 2001/2000)**

Il programma Lungo dovrà contenere almeno una (1) serie di passi in diagonale e/o cerchio e/o serpentina.

Potranno essere inseriti massimo 6 ELEMENTI SALTO. Elemento salto è un Salto individuale o una combinazione di salti (CEPA Book 2014 - rule 134).

Nel Programma Libero dovrà essere inserito almeno un elemento Toe Loop, singolo e/o doppio e/o triplo, eseguito come salto singolo o in una combinazione.

Una penalizzazione di 0,2 nel punteggio A verrà attribuita dal PdG per Toe Loop "aperti" (Puntata e spalle più di un quarto).

Non è permessa l'esecuzione della trottola Broken ankle.

Il programma dovrà attenersi alla Rule 132 in precedenza descritta riguardante il "programma libero ben bilanciato".

### **UNDER 16 (YOUTH 1999/1998)**

### **OVER 16 (JUNIORE SENIOR 1997/1996/1995 E PREC.)**

Il programma Lungo dovrà contenere almeno due (2) serie di passi differenti scelte tra in diagonale e/o cerchio e/o serpentina

Nella Cat. Under 16 (Youth 1998/1997 non è permessa l'esecuzione della trottola Broken ankle.

Il programma dovrà attenersi alla Rule 132 in precedenza descritta riguardante il "programma libero ben bilanciato".

### **RAGAZZI (2001/2000) AZZURRI (1999/1998)**

- Gli elementi salti e trottole sono liberi (no broken ankle).
- Potranno eseguire salti non superiori a 2 giri di rotazione.
- Potranno eseguire un massimo di 3 combinazioni di salti da 2 a 5 salti.
- L'entrata e l'uscita delle trottole è libera.
- Dovranno inserire nel programma una serie di passi a serpentina da un lato corto al lato corto opposto utilizzando tutta la lunghezza della pista.

### **MASTER (1997 E PREC.)**

- Gli elementi salti e trottole sono liberi.
- Potranno eseguire salti non superiori a 2 giri di rotazione.
- Potranno eseguire un massimo di 3 combinazioni di salti da 2 a 5 salti.
- L'entrata e l'uscita delle trottole è libera.
- Dovranno inserire nel programma una serie di passi a serpentina da un lato corto al lato corto opposto utilizzando tutta la lunghezza della pista.

**La durata delle esecuzioni è quella delle corrispondenti categorie C.E.P.A. e/o UISP**

**Il regolamento in vigore è quello C.E.P.A. 2015**

**SINGOLO MASCHILE E FEMMINILE ESERCIZI  
OBBLIGATORI**

**OBBLIGATORI**

**GIOVANISSIMI - MINIS (2007):**

*Par. 1: Left Forward Outside*  
*Par. 2: Right Forward Inside*

Par. 1: Curva avanti Esterna sinistra  
Par. 2: Curva avanti Interna destra

**GIOVANISSIMI - MINIS (2006):**

*Par. 1: Left Forward Outside*  
*Par. 2: Right Forward Inside*

Par. 1: Curva avanti Esterna sinistra  
Par. 2: Curva avanti Interna destra

**GIOVANISSIMI - MINIS (2005):**

*Par. 2: Left Forward Inside*  
*Par. 3: Right Backward Outside*

Par. 2: Curva avanti Interna sinistra  
Par. 3: Curva indietro Esterna destra

**PULCINI – MINIS (2004):**

*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 (2003 – 2002):**

*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 (2001 – 2000) in/and/e AZZURRI (1999 – 1998):**

*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 (1997 and older/e precedenti):**

*Par. 22 a/b: Forward Outside Counters*

Par. 22 a/b: Controvolta Avanti sterna

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

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

*Par. 30 a/b: Forward Outside Change Loop*

Par. 30 a/b: Esse boccola avanti esterna

**UNDER 16 (2000/1999) CADET :**

*Par. 21 a/b: Forward Inside Rocker*

Par. 21 a/b: Volta Avanti interna

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

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

*Par. 16 a: Backward Outside Loop*

Par. 16 a: Boccola indietro esterna

**UNDER 16 (1998/1997) Youth**

*Par. 21 a/b: Forward Inside Rocker*

Par. 21 a/b: Volta Avanti interna

*Par. 36 a/b: Forward Outside Paragraph Double Three*

Par. 36 a/b: Otto doppio tre avanti esterno

*Par. 17a: Backward inside loop*

Par. 17a: Boccola indietro interna

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

*Par. 23 a/b: Forward inside Counters*

Par. 23 a/b: Controvolta Avanti interna

*Par. 37 a/b: Backward Outside Paragraph Double Three*

Par. 37 a/b: Otto doppio tre indietro esterno

*Par. 38 a/b: Forward Outside Pragraph Loop*

Par. 38 a/b: Otto boccola avanti esterna

## **ALLEGATO “B”**

### **Programma di Viaggio**

Giovedì 10 Settembre 2015	14,00 ritrovo presso l'area di Servizio Firenze Nord - Autostrada A1 15,45 ritrovo Bologna - Via di Saliceto ( Tangenziale – uscita 6 direzione Bologna – Via Corticella – la prima a sinistra Via di Saliceto ) Arrivo previsto in Slovenia per le ore 20,00 Il ritrovo per gli atleti e gli accompagnatori che raggiungeranno la località con mezzi propri è previsto presso il Ristorante KOGOJ Bilje 149/A – 5292 RENČE Cena e arrivo negli alberghi prenotati dall'organizzazione ( diversi per atleti e accompagnatori )	
Venerdì 11 Settembre 2015	09,00 – 11,30 14,00 – 19,00	Prova esercizi obbligatori Gara esercizi obbligatori
Sabato 12 Settembre 2015	09,00 – 11,30 14,30 – 20,00	Prova esercizi liberi Gara esercizi liberi al termine Cerimonia di chiusura e premiazioni
Domenica 13 Settembre 2015	08,30	Visita alle Grotte di Postumia Rientro a Bologna-per le ore 20,00 ca. Rientro a Firenze per le ore 21,30 circa

Durante le varie serate genitori e accompagnatori potranno recarsi in visita alla città di Nova Gorica e ai suoi Casinò.

La quota di partecipazione comprende viaggio, pensione completa dalla cena di Giovedì e fino al pranzo della domenica presso le Grotte di Postumia.

La località può essere raggiunta anche con mezzi propri, in tal caso dalla quota di partecipazione verrà detratta la quota del pullman.

A tutti gli atleti verrà consegnata una maglietta della Rappresentativa Nazionale Uisp.

Tutti i partecipanti dovranno essere muniti dell'idonea documentazione per gli spostamenti interni fra nazioni della Comunità Europea e per gli atleti anche **certificato medico di idoneità sportiva non scaduto**.

Per qualsiasi informazione logistica o su quote di partecipazione contattare direttamente il n. 339.1321735 Sig. Cocchi

*Lega Nazionale Pattinaggio  
Maurizio Cocchi*