

# FedExpa

Federación Extremeña de Patinaje

## **BASES DE COMPETICIÓN Y REGLAMENTO TÉCNICO PATINAJE ARTÍSTICO TEMPORADA 2026**

## **INDICE**

1. TASAS FEDERATIVAS
2. CALENDARIO OFICIAL 2026
3. NORMAS GENERALES
4. BASES DE COMPETICIÓN
5. NIVELES
6. CATEGORÍA NACIONAL
7. ELEMENTOS TÉCNICOS
8. TABLA DE VALORES

## 1.- TASAS FEDERATIVAS TEMPORADA 2026

### 1. INSCRIPCIONES CLUBES / TEMPORADA

Todas las modalidades ----- 40 €

### 2. LICENCIAS DEPORTISTAS, ENTRENADORES Y DELEGADOS

TIPO DE LICENCIA	IMPORTE		
	MUTUALIDAD	AFILIACION	TOTAL
Deportistas nacidos en 2012 y posterior	24,75 €	15,25 €	<b>40,00 €</b>
Deportistas nacidos en 2011 y anterior	34,65 €	15,35 €	<b>50,00 €</b>
Técnicos	14,85 €	35,15 €	<b>50,00 €</b>
Delegados/as	14,85 €	35,15 €	<b>50,00 €</b>
Jueces / Arbitros	14,85 €	35,15 €	<b>50,00 €</b>
Segunda y sucesivas Licencias para un mismo Afiliado misma temporada	0 €	20,00 €	<b>20,00 €</b>

- Estas serán las cuotas a liquidar en esta FEDEXPA; los patinadores o clubes que intervengan en Campeonatos de España deberán liquidar a la Federación Española de Patinaje la cuota que en su momento dicte dicha Federación.
- Las cuotas tendrán que hacerse efectivas en el momento de presentar las fichas debidamente cumplimentadas por el club en la Federación Extremeña.
- Los/as deportistas que se federan **POR PRIMERA VEZ** en esta federación deberán presentar obligatoriamente copia del DNI.
- Todos los trámites y presentación de documentos a realizar por los clubes se harán a través de la intranet de la Federación Extremeña de Patinaje.

### CUADRO DE CATEGORÍAS POR EDAD INDIVIDUAL MASCULINO Y FEMENINO (CATEGORÍAS NACIONALES Y AUTONÓMICA)

Temporada	SENIOR	JUNIOR	JUVENIL	CADETE	INFANTIL	ALEVIN	BENJAMIN	MINI
2026	2007 y anteriores	2009 2008	2010	2012 2011	2014 2013	2016 2015	2018 2017	2019 y posteriores

## 2.- CALENDARIO OFICIAL 2026

COMPETICION	FECHA
<b>PRIMERA PRUEBA:</b> NIVELES 1 al 4	21 FEBRERO
<b>PRIMERA PRUEBA:</b> NIVELES 5 al 9 y NACIONALES (Discos Corto y Largo)	7 MARZO
<b>SEGUNDA PRUEBA:</b> NIVELES 5 al 9 y NACIONALES (Discos Corto y Largo)	11 ABRIL
<b>SEGUNDA PRUEBA:</b> NIVELES 1 al 4 y NACIONALES (Discos Corto y Largo)	25 ABRIL
<b>CAMPEONATO AUTONOMICO</b> CATEGORÍAS NACIONALES Cadete, Juvenil, Junior, Senior y Solo Danza <b>TROFEO DIPUTACION DE BADAJOZ</b> NIVELES 5 al 9 y NACIONALES Benjamín, Alevín e Infantil (Disco Corto)	9 MAYO
<b>CAMPEONATO AUTONOMICO</b> CATEGORÍAS NACIONALES Benjamín, Alevín e Infantil <b>TROFEO DIPUTACION DE BADAJOZ</b> NIVELES 1 al 4 y NACIONALES Cadete, Juvenil, Junior, Senior (Disco Corto)	27 JUNIO
<b>TECNIFICACION NUEVOS VALORES</b>	SEPTIEMBRE (FECHA POR DETERMINAR)
<b>TERCERA PRUEBA:</b> NIVELES 1 al 4	17 OCTUBRE
<b>TERCERA PRUEBA:</b> NIVELES 5 al 9 y NACIONALES (Disco Corto)	24 OCTUBRE
<b>TROFEO DIPUTACION DE CACERES</b> NIVELES 1 al 4	7 NOVIEMBRE
<b>TROFEO DIPUTACION DE CACERES</b> NIVELES 5 al 9 y NACIONALES (Disco Corto)	28 NOVIEMBRE

(\*) Para designar las sedes de las pruebas oficiales de esta federación se exigirá que la instalación deportiva posea como mínimo los siguientes requisitos:

- a) Superficie lisa, dura y apta para la práctica del patinaje. En caso de dudas se comprobará este requisito "in situ" por personal de esta federación.
- b) Medidas mínimas de pista de 40 X 20
- c) Vestuarios para los/as patinadores/as.
- d) Aseos públicos.
- e) Graderío o zona acotada de asientos para acompañantes

### **3.- NORMAS GENERALES TEMPORADA 2026**

#### **CLUBES**

Todos los clubes cuyo objeto sea la práctica del patinaje artístico y danza, o aquellos que constituyan una sección dedicada a este deporte, deberán observar las siguientes normas de carácter obligatorio:

1. Durante toda la temporada, los clubes de patinaje artístico, o aquellas entidades que tengan sección dedicada a esta especialidad, podrán tramitar en la Federación Extremeña de Patinaje, las licencias correspondientes a sus patinadores.  
Ningún patinador podrá tomar parte en competiciones oficiales si no está en posesión de la correspondiente licencia en vigor.
2. Poseer, como mínimo, un entrenador de patinaje artístico acreditado en esta federación y con licencia vigente, cuya renovación y expedición será anual.
3. Todos los delegados de club deberán estar en posesión de la correspondiente licencia diligenciada por la FEDEXPA y cuya renovación será anual. Este requisito es condición indispensable para poder efectuar todo tipo de reclamaciones en cualquiera de las pruebas que se realicen.
4. En el caso de patinadores que tengan licencia como "individual" y que quieran participar en competiciones de la modalidad de parejas (mixtas o danza), deberán tramitar nueva licencia indicando en la misma la nueva modalidad.

## ENTRENADORES/AS

1. Sólo se expedirá licencia de Entrenador/a previa presentación del Título Oficial de Entrenador/a, mínimo Nivel I.
2. Los clubes, además del entrenador/a oficial, pueden tener tantos otros como crean conveniente, a los cuales deberán de proveer también de la preceptiva licencia.
3. En el acta de cualquier prueba o competición de carácter oficial pueden figurar cualquiera de los entrenadores/as de un club, en un número máximo de dos entrenadores/as.
4. Los entrenadores/as no podrán hablar con los jueces durante la celebración de una prueba.
5. Un patinador/a con licencia federativa en vigor y en posesión de la licencia de entrenador puede actuar como entrenador/a de su propio club y, previa conformidad de éste, en cualquier otro club.
6. En los campeonatos o competiciones de carácter oficial convocadas por la FEDEXPA podrá estar presente a pie de pista DOS ENTRENADORES/AS a la hora de ejecutar un ejercicio un/a patinador/a.
7. Los entrenadores/as podrán dirigirse a sus patinadores/as durante los calentamientos previos a la competición, siempre de forma respetuosa y sin proferir gritos que alteren el normal desarrollo de la actividad. Toda conducta contraria a esta norma podrá ser sancionada con arreglo a lo establecido en el reglamento disciplinario de esta federación.

## **DELEGADOS/AS DE CLUB**

En los campeonatos o competiciones de carácter oficial convocadas por la FEDEXPA deberán estar presentes los delegados de cada uno de los clubes participantes que tendrán los siguientes derechos y obligaciones:

### **Derechos:**

1. Recibir toda la información disponible del campeonato, siempre que ésta pueda ser facilitada.
2. Ser consultado sobre cualquier variación del programa establecido.
3. Denunciar cualquier irregularidad que crea conveniente a lo largo del transcurso del campeonato al juez-árbitro.
4. Firmar el acta del campeonato una vez finalizada la competición y manifestar su conformidad con la misma o su protesta por cualquier situación que crea fuera de la normativa vigente. Para esto último deberá de limitarse a firmar el acta de competición una vez estampada la palabra "**protesto**".  
Posteriormente el club en cuestión deberá concretar y manifestar los motivos del **protesto** mediante carta dirigida al Comité de Competición de la FEDEXPA, firmada por el mismo delegado y con el visto bueno del presidente del club o de la sección, la cual deberá ser presentada dentro de los **dos días** hábiles siguientes al término de la competición.

### **Obligaciones:**

1. Representar y atender a sus patinadores en el transcurso del campeonato.
2. Llevar las fichas federativas del entrenador, de sus patinadores y la suya propia 30 minutos antes de comenzar el campeonato a la mesa de jueces. Todas estas credenciales quedarán retenidas hasta la finalización de la competición y se haya efectuado la firma del acta por parte del delegado.
3. Comunicar rápidamente la baja de cualquiera de sus patinadores de su club, antes del comienzo de la competición a la mesa de jueces.
4. Nada más que él/ella se podrá dirigir, en cualquier situación, al juez-árbitro o a un miembro del Comité, solicitando del mismo las aclaraciones pertinentes sobre las posibles dudas referidas al desarrollo de la competición. Se excluyen de tales derechos la petición de aclaraciones sobre puntuaciones particulares del jurado calificador.
5. Durante el desarrollo de las pruebas, en pista solo podrán estar los/as técnicos con ficha federativa en activo. Los/as delegados/as deberán ubicarse fuera de pista.

## JUECES/ZAS

1. Las pruebas oficiales estarán juzgadas por un/a juez/a-árbitro y un número de jueces suficiente para llevar a cabo el sistema de puntuaciones.
2. Se solicitará a la RFEP el número de jueces/zas necesario para cubrir el necesario no cubierto con jueces de FEDEXPA.
3. No podrán ejercer de juez los patinadores con licencia en vigor ese año (aunque en esa competición no compitan), entrenadores ni delegados de clubs.
4. En el caso de que alguna prueba, el/la juez/a-árbitro no hiciera acto de presencia, será suplido por el/la juez/a de mayor antigüedad, que, además puntuará para evitar posibles empates.
5. Todo/a juez/a que sea avisado con una antelación mínima de quince días, para actuar como tal en una prueba, no podrá negarse a ello, salvo causa de fuerza mayor debidamente justificada; de lo contrario se le podrá dar de baja en la lista de aquel año, y en caso de persistencia de su actitud, desposeerle de su credencial de juez.
6. Una vez convocado/a para la prueba, el/la juez/a deberá personarse en la instalación deportiva el día de la convocatoria con una antelación mínima de 30 minutos al inicio de la misma.
7. En la pista y durante el transcurso de una prueba sólo podrán permanecer en ella el jurado, el concursante que en ese momento actúe y los elementos o personas para el desarrollo de la misma, que el/la juez/a-árbitro determine.
8. Al terminar la competición o al finalizar cada nivel si es posible, el/la juez/a arbitro, tendrá que firmar las clasificaciones y, si es necesario, comprobar los PDF 's en pista. También firmará el acta junto a los delegados de club.
9. Si a consecuencia de las condiciones atmosféricas la superficie de la pista quedara parcialmente inutilizada, corresponderá únicamente al juez/a-árbitro la decisión de proseguir o suspender la prueba, previa la presentación en pista de los clubs participantes.
10. En caso de suspensión de alguna prueba, la FEDEXPA notificará con la debida antelación la nueva fecha de celebración de la misma, así como las instrucciones que tenga a bien determinar el/la juez/a-árbitro de la referida prueba.

## COMPETICIONES Y EXHIBICIONES

1. Los clubes federados podrán organizar cuantos concursos, exhibiciones, pruebas, campeonatos sociales o interclubes, como consideren necesarios, para una mejor difusión y mayor promoción del patinaje artístico. Para poder celebrar estas actividades es **OBLIGATORIO remitir a la FEDEXPA** un correo electrónico a la dirección [fedexpa.secretaria@gmail.com](mailto:fedexpa.secretaria@gmail.com), con una antelación mínima de 5 días a la celebración del evento, donde deberá detallarse día, horario y nombre de los/as jueces que vayan a participar, siempre y cuando estos últimos no hayan sido solicitados a esta federación. En el caso de incumplir esta obligatoriedad, se pondrá en conocimiento del Comité Nacional de Patinaje Artístico de la RFEP, sin perjuicio de adoptar las medidas que correspondan según el Reglamento Disciplinario de la FEDEXPA.

No obstante, **para la realización de aquellos eventos de CARÁCTER INTERNACIONAL**, deberán cumplir los requisitos establecidos en las circulares emitidas por la RFEP números SG-1/2017 y SG-3/2017.

2. En las competiciones oficiales organizadas por la FEDEXPA, únicamente podrán formular reclamaciones los **delegados** de los clubes con licencia en vigor y los **patinadores independientes**, firmando el acta de competición después de estampada la palabra **protesto**.
3. En competiciones oficiales organizadas por la FEDEXPA, los/as patinadores/as podrán ir acompañados por Entrenadores en posesión de la licencia en vigor.
4. En toda competición el equipo de megafonía, el sitio del locutor y la mesa de calculadores deben estar aislados del público y participantes.
5. Toda intromisión en la Mesa de Jueces, por persona no autorizada o que no haya sido requerida por la misma, será motivo de sanción por parte del Comité de Competición de la FEDEXPA, que procederá en consecuencia.

## INCOMPATIBILIDADES

1. No podrán ejercer el cargo de entrenador/a bajo ningún concepto aquellos que en una competición ejerzan como jueces/zas o juez/a-árbitro, cuando actúen en la misma patinadores/as a los que entrenen.
2. No podrán ejercer de juez/a o juez/a-árbitro bajo ningún concepto:
  - A) Aquellos que ejerzan en una competición como entrenadores/as de patinadores/as que participen en pruebas autorizadas por la FEDEXPA
  - B) Aquellos patinadores/as con licencia en vigor, siempre que participen en la competición otros patinadores/as pertenecientes al mismo club donde entrena.
  - C) Los delegados de los clubes en funciones, siempre que participen en la competición patinadores/as del club al que representan.

## **4. - BASES DE COMPETICION**

1. La temporada empezará el día de celebración de la primera prueba oficial, donde se abrirá el ranking oficial, y finalizará el día de la última prueba oficial de 2026.
2. Todos/as los/as patinadores/as deberán poseer licencia federativa del año en curso para poder participar en los campeonatos y trofeos oficiales.
3. Durante el desarrollo de las pruebas, en pista solo podrán estar los/as entrenadores/as con ficha federativa en activo. Los/as delegados/as deberán ubicarse fuera de pista.
4. Ningún/a entrenador/a podrá dirigirse a los jueces, durante la competición, precompetición o postcompetición. Cualquier duda que se tenga respecto a la competición se tendrá que enviar email a la federación y se dará respuesta a través de dicha federación.
5. **Pruebas de Nivel:**
  - a) Siempre se podrá subir de nivel, pero nunca bajar. EJEMPLO: Si un patinador hace una prueba de nivel 3, al siguiente no podría participar en nivel 2, pero si en nivel 4.
  - b) Los/as patinadores/as, una vez inscritos, serán distribuidos por edades (categorías) dentro de cada nivel (del 1 al 9), teniendo en cuenta lo siguiente:
    - I. Para integrar un mismo grupo de edad (categoría) se deberá contar con un mínimo de tres patinadores/as.
    - II. Las categorías de un mismo nivel que no posean el mínimo de tres patinadores/as se unirá a la categoría inmediatamente superior. En el caso de no poder obtener el número mínimo establecido en categoría superior o superiores, pasarán a unirse a la categoría o categorías inferiores. La unión entre categorías formará el denominado "Grupo de Categorías" con el nombre de las mismas.
    - III. La unión solo se podrá dar entre dos grupos diferenciados de las siguientes categorías:
      - a. Grupo de las categorías Mini, Benjamín, Alevín e Infantil.
      - b. Grupo de las categorías Cadetes, Juvenil, Junior y Senior.En el caso de no darse la posibilidad de poder constituir un grupo de patinadores según las circunstancias anteriores se participaría de forma individual por parte del patinador/a que corresponda.

- c) En cada Prueba de Nivel se hará entrega de un diploma acreditativo a los tres primeros puestos clasificados de las categorías o grupos de categorías de cada Nivel.

## 6. Trofeos Diputación de Badajoz y Diputación de Cáceres:

- a) Los Trofeos Diputación están vinculados con las Pruebas de Nivel, por lo que la puntuación obtenida en los mismos computará para el ranking de la temporada, tal y como se detalla en el punto 7 regulador del ranking.
- b) Se realizará entrega de premios a los tres primeros puestos clasificados de las categorías o grupos de categorías de cada Nivel.

## 7. Normativa Reguladora del Ranking.

Estará formado por cada uno de los niveles del 1 al 9:

- a) Computará para el Ranking de la temporada 2026 las tres (3) pruebas oficiales de niveles y los dos (2) Trofeos Diputación (Badajoz y Cáceres), lo que hace un total de 5 competiciones oficiales.
- b) Cada patinador/a puede participar en el número de pruebas que desee, haciéndose la media entre todas las competiciones realizadas a la hora de computar la clasificación final en el ranking.
- c) Para aquellos/as patinadores/as que, durante la temporada, suban de nivel habiendo participado en pruebas anteriores en un nivel inferior, se computará los resultados obtenidos para el nivel o niveles en los cuales haya participado. EJEMPLO: Si se participa en las dos primeras pruebas en el Nivel 1 y con posterioridad sube de nivel, al final obtendrá de cara al Ranking dos resultados, el obtenido en el Nivel 1 y el obtenido en el Nivel superior de nueva inscripción.
- d) Premios:
  - 1) Al finalizar la temporada se hará entrega de premios a los/as tres mejores clasificados/as por categorías dentro de cada nivel.
  - 2) Para establecer la clasificación por categorías en un mismo nivel, dicha categoría deberá contar con un mínimo de tres patinadores/as.
  - 3) Las categorías de un mismo nivel que no posean el mínimo de tres patinadores/as se unirá a la categoría inmediatamente superior. En el caso de no poder obtener el número mínimo establecido en categoría superior o superiores, pasarán a unirse a la categoría o categorías

inferiores. La unión entre categorías formará el denominado “Grupo de Categorías” con el nombre de las mismas.

4) La unión solo se podrá dar entre dos grupos diferenciados de las siguientes categorías:

- Grupo de las categorías Mini, Benjamín, Alevín e Infantil.
- Grupo de las categorías Cadetes, Juvenil, Junior y Senior.

e) La clasificación final se dará a conocer en el plazo de 15 días hábiles desde la finalización de la última de las pruebas puntuables.

8. **Para poder participar en el Campeonato Autonómico, los/as patinadores/as deberán tener como mínimo la ficha federativa con 4 meses de antelación a la celebración del mismo, siempre que no se quite una plaza del Campeonato de España a un patinador empadronado en Extremadura.**
9. **Para poder participar en los Campeonatos de España, los/as patinadores/as Nacionales deberán participar en el Campeonato Autonómico a celebrarse en la fecha establecida y, previamente, haber participado en dos pruebas oficiales, además de lo establecido en el punto 6. CATEGORIA NACIONAL de este Reglamento (Pág. 20)**
10. En cualquier caso, será el/la juez arbitro quien decida si un/a patinador/a tiene el nivel para poder participar en el campeonato de España, y la federación lo comunicara al entrenador/a pertinente.
11. Se cobrará para cada una de las pruebas convocadas (Pruebas de Nivel, Trofeos Diputación Badajoz y Cáceres, y Campeonato Autonómico) una **cuota de inscripción por patinador/a**, que se empleará en el pago de los jueces de la prueba, **según el nivel en el que se inscriba**:
- a) **NIVEL 1 a NIVEL 6**: 15 euros.
  - b) **NIVEL 7 a NIVEL 9**: 20 euros.
  - c) **CATEGORÍAS NACIONALES**: 25 euros
12. El **plazo de inscripción para las pruebas finalizará 15 días naturales antes de su celebración**. No se admitirá ninguna inscripción pasada ese plazo, por lo que los clubes deberán atender a las fechas que se ponen en el calendario de competiciones.

13. El último día para dar de baja o modificar la inscripción es el lunes de la semana de la prueba. En el caso que desde el martes hasta el día de la prueba se den de baja patinadores/as de un club, la federación **no devolverá cuotas de inscripción por dichos patinadores**
14. La cantidad a abonar por los clubes se basará en la inscripción que hubieran realizado en el plazo estipulado y deberá hacerse efectiva mediante los medios de pago establecidos en el programa informático de la Federación Extremeña de Patinaje.
15. Las inscripciones deberán realizarse a través de la aplicación que se habilitará para cada una de las pruebas en programa de gestión de esta federación.
16. La justificación del abono de la cuota de inscripción se realizará en el momento de la tramitación a través del programa de gestión de competiciones federativo.
17. No se permitirá participar a los patinadores cuyo nombre no figure en la inscripción efectuada a través del programa de gestión de competiciones federativo.
18. Las tarifas por arbitraje de los jueces durante la temporada 2026 serán las siguientes:

Juez-árbitro, jueces:

**70 euros por media jornada**

**120 euros por jornada completa**

#### **NOTAS:**

- Los precios anteriores son por cada juez. Por media jornada se entiende un máximo de 5 horas de competición y por jornada completa hasta 10 horas de competición.
- **A los importes establecidos se les aplicará una retención por IRPF del 15%.**

#### 19. **MÚSICA**

Las músicas deberán adjuntarse a la **hora de realizar la inscripción del patinador/a a través del programa de gestión de competiciones federativo, en el apartado específico que se habilita en la misma**. Se recomienda llevar el día de la prueba la música en un pendrive en caso de existencia de fallos a la hora de la descarga desde la web.

La música puede ser vocal, siempre que no se utilice lenguaje ofensivo.

## 20. VESTUARIO

El vestuario tendrá que estar de acuerdo con la música, pero sin causar vergüenza al patinador, a los jueces o a los espectadores.

Se penalizará los maillots en los que haya:

- Apariencia de desnudez o excesiva tela de color carne.
- Medias de corte francés.
- Símbolos religiosos o políticos.
- No están permitidos ningún accesorio (tirantes, corbatas, etc) cuando se usen durante el programa.
- La pintura, en cualquier parte del cuerpo, será considerada Show y no se permitirá.
- Elementos que puedan desprenderse del maillot y pueda causar perjuicio a los/as patinadores/as durante el desarrollo de las pruebas o produzcan deterioro a la instalación deportiva.

Los maillots de todos los niveles serán penalizados si no cumplen los requisitos anteriores.

## 5.- NIVELES

### NIVEL 1 (1'30" ±5")

- Ocho sin cruzar.
- Equilibrio a escoger del grupo A, en línea recta.
- Una figura a escoger del grupo A.
- Pirueta con dos pies (**mínimo 2 vueltas**).
- Patada a la luna

### NIVEL 2 (1'30" ±5")

- Ocho cruzado adelante.
- Picadillo
- Un equilibrio a escoger del grupo A, con cambio de filo (de exterior a interior de interior a exterior).
- Una figura a escoger, del grupo A o B.
- Pirueta con dos pies (mínimo 3 vueltas)
- **Components:** Skating Skills y Performance

### NIVEL 3 (2'00"±5")

- Ocho cruzado adelante.
- Ocho cruzado atrás.
- Salto del tres (waltz).
- Un equilibrio a escoger del grupo A o B con cambio de filo (ext/int o int/ext).
- Una figura a escoger, del grupo A o B.
- **Piruetas upright (mínimo 3 vueltas) No se permiten difficult positions.**
- **Components:** Skating Skills y Performance.

## **NIVEL 4 (2'00"±5")**

- 2 saltos de una rotación, como SJ.
  - No se puede hacer el mismo salto
- Combinación entre figura y equilibrio, mínimo 2 y máximo 3 posiciones. No se puede repetir posiciones.
- 2 solo spins. Posiciones permitidas upright. No se permiten difficult positions.
- Las piruetas deben ser diferentes.
- Step sequence máximo nivel A
- **Components:** Skating Skills y Performance.

## **NIVEL 5 (2'15" ±5")**

- Máximo de 5 saltos de una rotación (incluyendo los combinados).
  - Máximo 1 combinado **obligatorio**, de 2 a 4 saltos. Los saltos de enlace computarán en el total de saltos.
  - Se puede repetir un máximo de **un salto** y ejecutarlo un **máximo de dos** veces (si se hacen dos, uno deberá ser en combinado).
- Combinación entre figura y equilibrio, mínimo 2 y máximo 3 posiciones. No se pueden repetir posiciones.
- 2 piruetas de posiciones Upright. Se permiten difficult positions/variations.
  - **Una** debe ser **solo** spin y la otra **una** pirueta **combinada** de dos posiciones.
  - En alguna de las dos piruetas se tendrá que presentar **OBLIGATORIAMENTE una Up exterior adelante**, si no se presenta la última posición intentada quedará con asterisco (\*).
- Step sequence de máximo nivel B.
- **Components:** Skating Skills, Performance y Coreografía.

## NIVEL 6 (2'15"±5"):

- **Máximo 6 saltos, incluyendo el combinado.**
  - Los saltos permitidos son los de una rotación y axel.
  - Máximo 1 combinado **obligatorio**: de 2 a 4 saltos.
  - 1 Thoren como SJ **obligatorio**.
  - Salto Axel **obligatorio**; se puede presentar como SJ o CoJ.
  - Se puede repetir un **máximo de dos saltos** y ejecutarlos dos veces máximo; si se repite un salto, uno de ellos debe estar en el combinado.
- 2 piruetas:
  - **Una** debe ser **solo** spin **sit con travelling**
  - Una combo spin **OBLIGATORIAMENTE** una **Up exterior adelante**, si no se presenta esta posición intentada quedará con asterisco (\*). **O bien una camel como solo spin.**
- Step sequence de máximo nivel C.
- **Components**: Skating Skills, Performance y Coreografía.

## NIVEL 7 (2'15"±5")

- Máximo 6 saltos, incluyendo los combinados.
  - Los saltos permitidos son los de una rotación, **Axel (obligatorio)**, **doble toeloop y doble salchow**; el Axel puede presentarse solo o en combinado.
  - Máximo 1 combinado obligatorio: el combinado puede tener un máximo de 4 saltos.
  - Se puede **repetir** un máximo de **dos saltos** durante el programa, y ejecutarlo un máximo de dos veces (si se hacen dos saltos iguales, uno de los dos deberá ser en combinado)
  - Solo jump Lutz (**obligatorio**). **Si este no mantiene el filo de entrada y salida reglamentada el Qoe será OBLIGATORIO de -3 por parte de los jueces.**
- Presentar 2 piruetas:
  - **Una** combo spin de máximo 3 posiciones con **sit obligatoria** en cualquier filo (mínimo 2 vueltas)
  - **Una** pirueta **camel** en cualquier filo como solo spin (mínimo 3 vueltas).
- Step sequence de máximo nivel 1. (World Skate)
- **Components**: Skating Skills, Performance, Coreografía y transiciones.

## NIVEL 8 (2'15"±10")

- Máximo 6 saltos, incluyendo los combinados
  - Máximo 1 combinado obligatorio: el combinado puede tener un máximo de 2 a 4 saltos.
  - Se puede **repetir** un máximo de **un salto** durante el programa, y ejecutarlo un máximo de dos veces (si se hacen dos saltos iguales, uno de los dos deberá ser en combinado)
  - Se debe presentar **un doble como SJ**.
- Presentar 2 piruetas:
  - Una pirueta combinada de 2 a 4 posiciones, obligatorio incluir una camel y una sit (mínimo 2 rotaciones).
  - **Una** solo spin **camel**, esta deberá ser diferente a la Camel de la ComboSpin (mínimo 3 vueltas).
- Step sequence de máximo nivel 2 (World Skate).
- **Components:** Skating Skills, Performance, Coreografía y Transiciones.

## NIVEL 9

- Se basará en el reglamento del programa corto de World Skate acorde a la categoría correspondiente.
- Se deberá presentar planned program.

## ACLARACIONES:

- A partir del Nivel 7 se empleará el sistema de puntuación Rollart.
- Los saltos de una rotación en los niveles 7 y 8 **SI** que recibirán valor.
- Los/as patinadores/as suben a categoría nacional por decisión de los/as entrenadores/as y no bajarán de nivel en caso de no alcanzar los mínimos. Simplemente, no accederán al campeonato autonómico y, en consecuencia, no podrán optar al Campeonato de España.

## **6.- CATEGORIA NACIONAL:**

- REGLAMENTO WORLD SKATE.
  - Se deberá presentar el planned program.
  - Harán un disco corto y largo, dependiendo de donde se inscriban.
  - Components WS: Skating Skills, Transiciones, Performance y Coreografía
- Para poder participar en el Campeonato de España (si se cumple los requisitos nacionales si hubiera) es necesario realizar un mínimo de dos pruebas. Aparte, será obligatorio hacer corto y largo en el Campeonato autonómico para poder participar.
  - La inscripción de este nivel dependerá del entrenador/a, pero si no se cumplen los mínimos de puntuación durante dos competiciones no podrá acceder al Campeonato Autonómico, pero sí participar en sucesivas pruebas.
  - Una vez inscrito/a el/la patinador/a en categoría Nacional ya **NO SE PODRÁ BAJAR DE CATEGORÍA.**
- Mínimos para poder acceder al Campeonato Autonómico:

	<b>BENJAMIN</b>	<b>ALEVIN</b>	<b>INFANTIL</b>	<b>CADETE</b>	<b>JUVENIL</b>	<b>JÚNIOR</b>	<b>SÉNIOR</b>
<b>PUNTUACIÓN MÍNIMA</b>	14	18	32	45	50	50	55

- Reconocimientos:
  - Al finalizar la temporada se realizará un reconocimiento a los/as patinadores/as de categoría nacional que hayan participado en un mínimo de dos pruebas oficiales y en los dos Trofeos Diputación.

## **7.- ELEMENTOS TECNICOS**

### **7.1 OCHO Y PROGRESIVOS**

#### **◆ Ocho adelante sin cruzar**

Ocho a lo largo del eje longitudinal de la pista, ocupando el máximo de espacio posible y manteniendo una buena velocidad y posición. No es necesario cruzar.

El ocho tiene que ser seguido. Si se ejecutan saltos en medio del ocho (incluida la patada a la luna), estos no recibirán valor (serán asteriscados) y computarán en el total de saltos del programa.

#### **◆ Progresivos**

Los progresivos son los pasos cruzados que usamos para desplazarnos. Para que estén bien ejecutados, tendrán que cumplir los siguientes requisitos:

➤ Posición corporal correcta. Definiremos esta como:

Cabeza estirada, en posición armónica con los hombros y con los ojos sin mirar al suelo. Hombros en posición natural, con los brazos elevados y estirados un poco por debajo. Codos en semiflexión y brazos en posición de ele. Manos y dedos estirados. El tronco tiene que estar estirado, manteniendo la línea con la cabeza y las caderas. La pierna que patina tiene que estar flexionada de manera sostenida y la pierna libre se tiene que estirar y tener la punta también estirada.

➤ Inclinación corporal correcta, dirigida hacia el interior del círculo y sostenida (incorrecta si esta se dirige hacia fuera del círculo).

➤ Cruzar bien en los sentidos que se requieran por el nivel.

➤ No utilizar el freno para cruzar y tampoco para empujar.

➤ Velocidad, fluidez y dinámica del paso correctos. Capacidad para coger velocidad sin necesitar hacer muchos cruzados.

➤ Buena ocupación de la pista.

Es importante no abusar de movimientos coreográficos que dificulten que los juzgues valoren bien la posición corporal de los deportistas.

En caso de que se pida un ocho, se tiene que hacer todo el ocho seguido. Si se ejecutan saltos en medio del ocho (incluida la patada a la luna), estos no recibirán valor (serán asteriscados) y computarán en el total de saltos del programa.

## **7.2 EQUILIBRIOS Y FIGURAS**

Es importante que la posición requerida se demuestre con seguridad y sin titubear. Todas las figuras y equilibrios se pueden hacer tanto hacia delante como hacia atrás.

Para poder confirmar las figuras se tiene que mantener la posición correcta y mantenerla durante 5 segundos. En las combinaciones cada figura se tiene que mantener durante 3 segundos. En los equilibrios y figuras combinadas no se pueden repetir posiciones.

Si se hacen combinaciones, la figura de dos pies solo se puede poner en el final; en una combinación NO se podrá poner el pie libre en el suelo entre una figura/equilibrio y el otro. Se permite cambiar la dirección entre posiciones utilizando giros; así mismo en el caso de combinar 3 posiciones, se puede escoger entre 2 figuras y 1 equilibrio o 2 equilibrios y 1 figura (siempre dejando la de dos pies para el final).

Se permite realizar entradas difíciles. Las entradas difíciles que están permitidas son: choctaw, rocker, counter y travelling.

■ Tabla de figuras y equilibrios:

	EQUILIBRIOS	FIGURAS
<b>GRUPO A</b>	ANGEL	ENANO/AGACHADO
	FLOR	AVION
	ANCORA	AGUILA CULQUIER FILO
		CAÑON CON BAJADA Y SUBIDA A 1 PIE
<b>GRUPO B</b>	ANGEL LAYOVER	
	BANDERA TORSO	MUERTE DEL CISNE
	BANDERA VERTICAL	INA BAUER
	CHARLOTTE/ILLUSION	AGUILA CON DOS PIES EN HEEL
	RING	
	BIELLMAN	

■ Definición figuras y equilibrios:

**Flor**

Figura sobre un pie donde la pierna del suelo está estirada y el cuerpo en posición vertical. La pierna libre y los brazos pueden estar en una posición coreográfica.

**Angel**

Figura sobre un pie donde la pierna del suelo está estirada y el cuerpo inclinado adelante. La pierna libre se levanta (estirada) formando un ángulo mínimo de 90° con la pierna del suelo.

**Ancora**

Posición de ángel donde el patinador se coge el patín de la pierna libre con una mano. La espalda tiene que estar arqueada quedando por encima de la línea de las caderas. La rodilla y el pie de la pierna libre también tienen que estar por encima de las caderas.

## **Angel Layover**

Posición ángel donde el patinador hace una torsión del cuerpo de forma que los hombros quedan perpendiculares al suelo.

## **Bandera torso**

El patinador tiene que estar en posición split (abierta), con el cuerpo totalmente inclinado ninguno el lado.

## **Bandera vertical**

El cuerpo tiene que estar en posición split y la pierna libre se tiene que abrir y elevar estirada ninguno el lado, formando un ángulo de entre 150° y 180° con la pierna del suelo.

## **Charlotte /Illusion**

Posición split, pero con el cuerpo salido adelante y el hacia abajo, poniéndolo lo más cerca posible de la pierna que patina.

## **Ring vertical**

En posición vertical, la cabeza y los hombros se tienen que echar atrás, arqueando la espalda. La posición de la pierna libre es opcional.

## **Ring horizontal**

Posición camel con la pierna libre cogida, como si fuera un “donut”. El pie y la rodilla de la pierna libre tienen que estar a la misma altura que la cabeza y los hombros tienen que estar girados hasta que queden perpendiculares en el suelo.

## **Biellman**

La pierna libre sube por detrás de la cabeza y se sitúa estirada por encima de esta, lo más cerca posible del eje vertical.

## **Sillita / enanito / agachado**

Con las dos piernas en el suelo, el deportista se agacha hasta que las caderas están, como mínimo, a la altura de las rodillas.

## **Cañón**

La patinadora tiene que estar agachada sobre una pierna, que tiene que estar doblada de tal manera que la cadera esté como máximo tan alta como la rodilla (posición sit). La pierna libre tiene que estar estirada hacia delante. Si no se sube y baja en un pie, no se confirmará.

## **Avión**

Como la posición cañón, pero con la pierna libre doblada por el detrás de la pierna del suelo (posición sit behind).

## **Águila**

En posición vertical y con las piernas separadas, se ponen los dos patines con los talones para adentro de forma que las ruedas interiores y exteriores de ambos pies quedan en la misma línea. Las piernas se tienen que abrir de forma que los pies estén notablemente afuera respecto la línea de las caderas. Se puede hacer interior, exterior o con un pie en heel y siempre puede estar acompañada de movimientos coreográficos.

## **Cañón Sideways**

Posición cañón, pero con la pierna libre pasando estirada por detrás del patín portante. El cuerpo se tiene que inclinar paralelo en el suelo. Se tiene que subir y bajar a un pie, sino no se confirmará.

## **Ina Bauer**

Posición de águila donde los pies quedan claramente en dos líneas diferentes. Se puede hacer con 6 o 8 ruedas.

## **Aguila Heel**

Águila que se ejecuta levantando las puntas de los dos pies.

## ACLARACIONES EQUILIBRIOS Y FIGURAS

- Si no están confirmados no recibirán valor.
- Si una figura o equilibrio tiene que ser con cambio de hilo, y se hace en línea recta, o a la inversa, el elemento -esté confirmado o no- será asteriscado, pero nunca se penalizará.
- En las combinaciones, no se pueden repetir posiciones. La segunda vez que se haga una posición en una combinación, la posición repetida se asteriscará y no recibirá valor.
- Si solo queda una figura / equilibrio confirmado, esta se asteriscará y no recibirá valor ese elemento.
- Si se pide entrada difícil, y esta no está confirmada o no se ejecuta, se asteriscará todo el elemento.
- Si se pone el pie entre las posiciones de una combinación de figuras/equilibrios o si se pone una figura de dos pies entre las otras figuras/equilibrios de la combinación; esta quedará cortada, de forma que las posiciones que se realicen después de la figura de dos pies (no incluida) serán asteriscadas -estén confirmadas o no- y por tanto, no tendrán valor. Igualmente, todo el elemento quedará dentro de la misma caja.
- Si un patinador/a realiza figuras/equilibrios no permitidos en su nivel, será penalizado tantas veces como equilibrios/figuras no permitidas realice.

## 7.3 SALTOS

### ■ EN GENERAL:

Deben tener una **velocidad**, una **altura** y una **trayectoria apropiada**, marcando al aire una parábola, con una entrada, un desarrollo y una caída correcta. Los solo jumps (SJ) son los que se realizan aislados y los combo jumps (CoJ) son un mínimo de dos saltos en los que lo hilo de salida de un salto acontece lo hilo de entrada del siguiente salto.

Los saltos deben tener una fase de **recorrido** (desplazado previo), fase de **entrada** (preparación del salto), fase de **impulso** (despegue y rotación), fase de **vuelo**, y fase de **salida** (fase final).

Según la rotación que carencia a los saltos, los podemos clasificar en:

- Saltos “**under**”: los falta un cuarto o menos de rotación. El código será < y bajará el valor del salto un 30% por los saltos de una vuelta. Si hay una pequeña inestabilidad al aterrizar, no lo clasificaremos como under.
- Saltos “**\*half**”: los falta entre más de un cuarto y media rotación. El código será << y bajará el valor del salto un 50% en el caso de los saltos de una vuelta.
- Saltos “**\*downgraded**”: los falta más de media vuelta. El código será <<< y el valor que se dará al salto será lo del mismo salto, pero con una rotación menos.
- El mismo código se aplicará a los saltos “comidos” en la entrada -como el Toe o el Salchow- y a los saltos caídos directamente a dos pies sin cruzar.

## ■ DEFINICIÓN DE LOS SALTOS

### Patada la luna

Con la pierna izquierda/derecha patinando adelante y plana, se realiza un salto vertical y se apoya el freno de la pierna contraria delante del patín portante, para finalizar de nuevo con el pie portante inicial.

### Salto picado

Con la pierna derecha patinando en hilo exterior atrás y el cuerpo situado perpendicular en el pie que patina, se pica con el freno izquierdo a un patín de distancia del pie derecho y seguidamente se pica con el freno derecho junto al freno izquierdo, que en este momento dejará de estar en contacto con el suelo para acabar el salto haciendo una salida con el pie izquierdo con hilo exterior adelante.

### Salto del tres

Con la pierna izquierda patinando en hilo exterior adelante, se realiza un salto de media vuelta en sentido antihorario. La salida se realiza con la pierna derecha, hilo exterior atrás.

## **Toe**

Con la pierna derecha patinando en hilo exterior atrás, la pierna izquierda pasa detrás de la derecha y se pone el freno para coger impulso y saltar en sentido antihorario. La picadura del salto tiene que ser cerrada, con el brazo izquierdo delante. Se puede abrir el freno un máximo de un cuarto de vuelta. La salida también se realiza en hilo exterior atrás, sobre la pierna derecha.

## **Salcow**

Con la pierna izquierda patinando en hilo interior atrás, se alarga la pierna derecha y se hace uno rondo para coger impulso y saltar en sentido antihorario. Está permitido apoyar el freno de la pierna izquierda para saltar. La salida se realiza con la pierna derecha, con hilo exterior atrás.

## **Loop**

Con la pierna derecha patinando en hilo exterior atrás, se realiza un salto en dirección antihorario, para hacer la salida con la misma pierna, en hilo exterior atrás. Se permite apoyar el freno para saltar. Se tiene que cruzar la pierna izquierda por ante la derecha en la fase de vuelo.

## **Flip**

Con la pierna izquierda patinando en hilo interior atrás, se apoya el freno derecho al detrás de esta para coger impulso y saltar en sentido antihorario. El hilo de salida será exterior atrás, con la pierna derecha en el suelo. Se tiene que cruzar la pierna izquierda por ante la derecha en la fase de vuelo.

## **Thoren**

Con la pierna izquierda patinando en hilo interior atrás, se apoya el freno derecho detrás de esta para coger impulso y saltar en sentido antihorario. El hilo de salida será exterior atrás, con la pierna derecha en el suelo. Se tiene que cruzar la pierna izquierda por ante la derecha en la fase de vuelo.

## Lutz

Con la pierna izquierda en hilo exterior atrás, se pasa la pierna derecha hacia el detrás de la izquierda y apoya el freno de la pierna derecha para coger impulso y hacer un salto en sentido antihorario. La salida se realiza en hilo exterior atrás de la pierna derecha. Se tiene que cruzar la pierna izquierda por ante la derecha en la fase de vuelo.

Para confirmar un lutz, se tienen que cumplir las siguientes características:

- ★ Clara ejecución en hilo exterior atrás en la preparación, antes de la picadura del freno.
- ★ La picada se tiene que hacer detrás del pie que patina. El dibujo tiene que ser de “contra-rocking”.
- ★ La inclinación del cuerpo tiene que ser exterior o como mínimo perpendicular al suelo durante el impacto, y no puede ir hacia el interior del salto.

Si hay planned program, y no se cumplen estos requisitos, y está declarado como lutz, será llamará como “no edge” y se indicará con el símbolo “!”. Entonces su valor será el 70% del valor del salto. Pero si no está declarado se llamará como flip.

## Axel

Con la pierna izquierda en hilo exterior adelante, se realiza un salto de una rotación y media en sentido antihorario. Se tiene que cruzar la pierna izquierda por ante la derecha en la fase de vuelo. La salida se realizará con la pierna derecha, con hilo exterior atrás.

## ■ COMBINADOS

- I. Si se pone el pie accidentalmente entre dos saltos y hay una clara transferencia de peso de un pie al otro, se romperá el combinado y se considerará como dos elementos. Si se hace un doble tres en la caída de un salto también se cortará el combinado.

Ejemplo: 1Lo-1Th y pone el pie derecho a la caída - 1S → lo que saldrá al pdf es un combinado de 1Lo y 1Th y un salto solo, que será el 1S).

- II. Si el deportista realiza 1T<<< para salvar el combinado y poder seguir saltando; se contará como 1T<<<.
- III. Si hay algún salto obligatorio y no se intenta, pero se ocupan todos los elementos de salto del programa; se aplicará la penalización de elemento obligatorio no intentado y se asteriscara el último salto del programa.

## 7.4 PIRUETAS

### ■ EN GENERAL:

Hay dos tipos de piruetas, las Solo Spins o las Combo Spins. La **Solo Spin**, pirueta que se hace sola, es decir, con una sola posición, hilo y pie. Estas deben tener un mínimo de tres rotaciones, excepto en los casos en los que el propio reglamento indique el contrario. Y las **Combo Spin** (piruetas combinadas), pirueta en la que el patinador cambia, de pie y/o de posición y/o de hilo. Las Combo Spin deben tener un mínimo de dos rotaciones por posición.

Se tendrán en cuenta todas las fases: entrada, centrada, rotación y salida.

### ➤ **FASES:**

#### ■ Entrada:

La preparación de los spins, justo antes de la centrada, debe ser con velocidad constante, ritmo y sin paradas. Si se arrastra la pierna de manera que se para claramente la velocidad/ fluidez de la pirueta o si la entrada se hace a dos pies (excepto pirueta de dos pies), esta no será confirmada. Si se arrastra la pierna afectando a la fluidez, pero sin parar, esto afectara a los QOE's; si arrastrar la pierna no afecta la pirueta no pasara nada.

La entrada con **travelling** (desplazados): una vez iniciado, no está permitido arrastrar la pierna libre en ningún momento de la ejecución. La entrada está formada por pasos cruzados hacia

delante o hacia atrás, que en general acaban en un balanceo que da lugar a una sucesión de treses. El travelling forma parte de la pirueta.

- **Centrada:**

Se obtiene con un aumento de presión en el filo del pie del suelo. En ningún caso se pueden utilizar pivotes (pumpings) o treses para realizar la centrada y coger velocidad. La pirueta debe ser fluida al aumentar la presión.

- **Rotación:**

Una vez se obtiene el punto donde girar, el patinador/a realiza movimientos que le ayuden a adquirir más velocidad de rotación.

- **Salida:**

Se obtiene disminuyendo la velocidad y con la posición específica de la pirueta ejecutada. Tiene que ser fluida y puede realizarse sobre el mismo pie o con cambio. Si se realiza un cambio de pie, tiene que ser evidente que se hace de manera intencionada e integrada en la coreografía, en ningún caso puede parecer que hay carencia de control de la ejecución. Como la fase de preparación, la salida variará en función del tipo de espín y la exigencia coreográfica.

- **TIPOS:**

- **A dos pies**

El patinador/a gira en sentido antihorario, con el cuerpo en posición vertical y con los dos pies apoyados en el suelo. Habitualmente, el pie izquierdo está en interior atrás y el pie derecho tiene la presión sobre el talón. Se permite que las dos ruedas de delante del pie derecho estén elevadas. En ningún caso se permitirá que se utilice el freno para girar.

## Upright

El cuerpo está en posición vertical. La pierna que patina tiene que estar estirada o ligeramente doblada. Cuando se utiliza una Up para hacer la salida de una Spin, esta no será considerada una posición extra y por tanto no convertirá la pirueta en una combinada; excepto cuando la Up de salida se realice con una variación difícil reconocida o una posición artística clara, con las piernas en pirouette o cruzadas y los brazos en posición artística clara.

## Sit

Las caderas no pueden estar por encima de la rodilla de la pierna que patina. Siempre que se hagan suelas, se tendrán que verticalizar, es decir, tienen que pasar por posición alta y bajar. No se pueden centrar directamente abajo.

## Camel

El tronco y la cabeza no pueden estar por debajo de la cadera. La pierna libre también tiene que estar por encima de la cadera (tanto la rodilla, como el talón).

### ■ VARIACIONES DIFICILES:

*\* El bonus esta entre paréntesis al lado de cada variación difícil.*

- Entrada difícil (**+15% posición siguiente si esta confirmada**)
- Más de 6 rotaciones (a partir del nivel 3) (**20%**)
- Posiciones difíciles en UP
  - Forward (**10 puntos**), Layback (**10 puntos**), Split (**10 puntos + 50% valor base**), Biellman (**20 puntos + 80% valor base**), Torso sideways (**10 puntos + 40% valor base**), Heel (**50%**) y Heel Biellman (**30 puntos + 40% valor base**). La descripción de todas las posiciones difíciles se encuentra en el reglamento de World skate.

- Posiciones difíciles en Camel
  - Forward (**40%**), Layover (**20%**) y Sideways (**60%**). La descripción de todas las posiciones difíciles se encuentra en el reglamento de World skate.
- Posiciones difíciles en Sit
  - Forward (**40%**), Sideways (**60%**), Behind (**20%**) y Twist (**60%**). La descripción de todas las posiciones difíciles se encuentra en el reglamento de World skate.

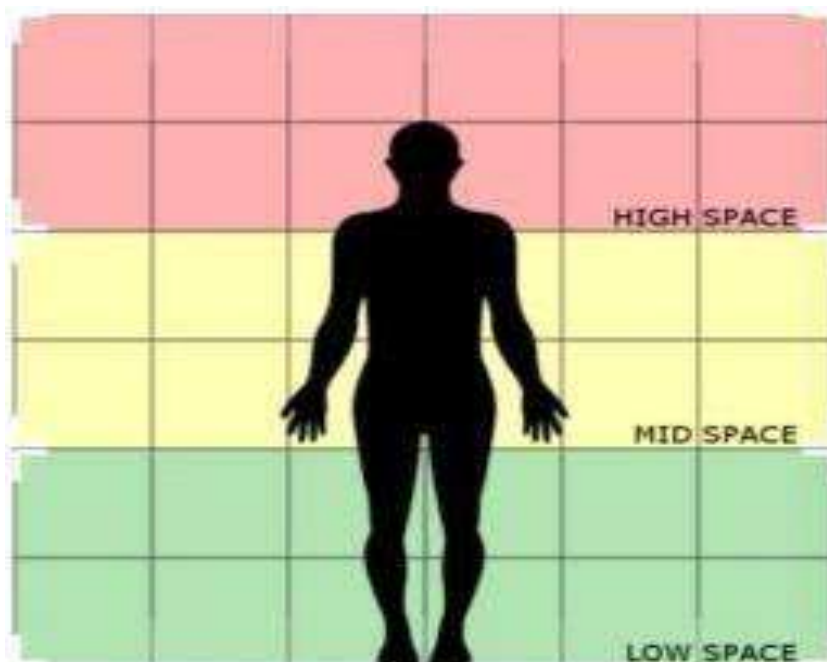
#### ■ ACLARACIONES PIRUETAS:

- ✓ Añadir movimientos que alteren el equilibrio, siempre que este permitido, aumentará la dificultad y será una feature positiva.
- ✓ No se confirma una pirueta si hay una caída antes de conseguir las vueltas requeridas por el nivel; si la posición no es la correcta o no se realiza el número mínimo de rotaciones (cada nivel puede variar)
- ✓ Si un patinador realiza más piruetas de las requeridas por el nivel o la repite, los jueces lo añadirán en el PDF pero estarán \* y no recibirán valor.
- ✓ Si en una pirueta combinada no todas las posiciones están confirmadas, el QOE máximo que recibirá esa pirueta es +1.
- ✓ Si en una combinada solo se confirma una posición, toda la pirueta irá \*.
- ✓ Si se pueden hacer dos piruetas combinadas en algún nivel, estas nunca podrán ser iguales (en el mismo orden); si se hiciera la misma la segunda pirueta iría \*.
- ✓ Si hay una pirueta obligatoria, y esta no se intenta y no hay ningún error del patinador (caída o pérdida de equilibrio), la última pirueta intentada será \*; porque era la última oportunidad que tenía el patinador/a de realizarla.

## **7.5 STEP SEQUENCE**

### **DEFINICIONES**

- Giros: dificultad técnica que incluye un cambio de dirección realizado sobre un único pie. Ejemplos: tres, bracket, loop, travelling (realizar mínimo dos rotaciones completas rápidas, etc.
- Pasos: dificultad técnica que puede ser ejecutada manteniendo la dirección inicial o cambiándola mientras se cambia de pie: mohawks, chasses, cross rolls, etc.
- Body movements: movimientos coreográficos de los brazos, tronco, jefe, pierna libre, etc que afecten claramente el equilibrio del deportista. Como mínimo se tienen que utilizar dos partes del cuerpo. Se definen diferentes tipos de movimientos, en función de las partes del cuerpo y las zonas implicadas:
  - Espacio alto: dos o más partes del cuerpo se encuentran en la zona alta del cuerpo
  - Espacio medio: dos o más partes del cuerpo se encuentran en la zona media
  - Espacio bajo: dos o más partes del cuerpo se encuentran en la zona baja del cuerpo.



## REQUERIMIENTOS BASICOS PARA CONSEGUIR UN LEVEL BASE:

- Hacer pasos (mohawks, chasses, cross Rolls, etc) o giros
- Ocupar ¾ partes de la pista, el dibujo es libre
- Se tiene que empezar de una posición parada

**\* TODOS LOS PASOS Y GIROS ESTAN EXPLICADOS EN EL REGLAMENTO DE LA WORLD SKATE (con todas sus características para ser considerado correcto)**

### ◆ NIVELES

NIVEL BASE	NIVEL A	NIVEL B	NIVEL C
Requerimientos básicos	1 tres 1 travelling 1 flat 2 body movements	3 giros (1 bracket obligatorio) 1 chassé 3 body movements	4 giros ( 1 contra o 1 rocker obligatorio) 1 mohawk 3 body movements

## ACLARACIONES PASOS:

- **Giros permitidos: tres, bracket, rocker, counter y travelling.** Todos los pasos o giros máximo se pueden realizar dos veces (por ejemplo: dos treses en exterior, dos travellings, dos chasses, etc).
- Máximo se puede presentar un giro más de los permitidos. Ejemplo: en nivel A, se podrán presentar máximo 2 giros.
- **Los BM y los pasos**, se contabilizará el **primer** intento, pero durante la secuencia se pueden presentar más veces, pero estos no contarán para nivel, aunque estén bien hechos.
- Solo se podrán realizar los pasos o giros del nivel requerido o el inferior.
- Todos los giros que se hagan de niveles superiores no se tendrán en cuenta para dar el nivel.
- Para conseguir los body movements requeridos en cada nivel, tendrán que ser de grupos

diferentes. Los movimientos ejecutados al principio o al final de la secuencia, en posición estática, no serán contados.

- Se pueden añadir movimientos coreográficos y paradas rápidas si es necesario.

## 7.6 QOE's

Los jueces darán un QOE por cada elemento técnico. Para dar el QOE, los jueces tendrán en cuenta las características positivas y negativas del elemento en cuestión

- **QOE positivo**

El QOE se asignará siguiendo la guía siguiente:

0: cuando el deportista consigue las características básicas del elemento.

+1: cuando se logran 1 o 2 features.

+2: cuando se logran 3 o 4 features.

+3: cuando se logran 5 o 6 features

Features positivas de cada elemento:

### 1. Ocho sin cruzar

- a) Intento de inclinación hacia el interior del círculo.
- b) Intento de flexión.
- c) Intento de cruzar que no afecte la fluidez.
- d) Buena posición corporal.
- e) Buena velocidad.
- f) Buena aceleración.
- g) Buena fluidez.
- h) Encajar los pasos con la estructura de la música

## 2. Progresivos

- a) Inclinación marcada hacia el interior del círculo.
- b) Buena flexión, sostenida y marcada.
- c) Buena extensión de las líneas corporales.
- d) Buena velocidad.
- e) Buena aceleración.
- f) Pocos pasos para coger mucha velocidad.
- g) Buena ocupación de la pista.
- h) Encajar los pasos con la estructura de la música

## 3. Figuras y Equilibrios

- a) Entrada difícil y/o inesperada.
- b) Pasas y movimientos de patinaje claros y reconocibles justo antes de empezar el elemento.
- c) Pasas y movimientos de patinaje claros y reconocibles entre un elemento y otro, en el caso de las combinadas.
- d) Muy buena fluidez y velocidad en la ejecución del elemento.
- e) Pulcritud y precisión.
- f) Demostrar un buen dominio de la flexibilidad.
- g) Buen control de las posiciones adquiridas e implicación de todo el cuerpo. Los movimientos tienen que afectar el equilibrio corporal.
- h) Creatividad y originalidad.
- i) Buena energía de ejecución.
- j) Movimientos claros.
- k) En caso de que se pida un cambio de hilo, demostrar un buen dominio del mismo.
- l) Encajar la ejecución del elemento con la estructura de la música

## 4. Saltos

- a) Buena parábola.
- b) Buena extensión al aterrizar y/o salida original y creativa.
- c) Despegue difícil y/o inesperado.
- d) Pasas y movimientos de patinaje claros y reconocibles justo antes del despegue.
- e) Posición artística difícil y artística en la fase de vuelo y/o inicio retrasado de la rotación.
- f) Muy buena fluidez y velocidad horizontal en el despegue y el aterrizaje.
- g) No mostrar esfuerzo o rigidez durante la ejecución del elemento (el salto tiene que parecer fácil).
- h) Encajar la ejecución del elemento con la estructura de la música

## 5. Piruetas

- a) Buena habilidad centrando la pirueta rápido.
- b) Buen control de la pirueta durante la ejecución (en todas sus fases).
- c) Buena velocidad y aceleración durante la ejecución.
- d) Entrada difícil.
- e) Variaciones difíciles.
- f) En las CoSp, número de rotaciones equilibrado en cada una de las posiciones.
- g) Número de rotaciones realizado mucho más alto del requerido por el reglamento.
- h) Encajar la ejecución con la música.
- i) Travelling difícil.
- j) Originalidad y espectacularidad

## 6. Pasos

- a) Filos profundos y claros.
- b) Pulcritud y precisión.
- c) Buen control e implicación de todo el cuerpo. Esto implica utilizar claramente los brazos, jefe, hombros, tronco, pierna libre, etc de manera combinada en, como mínimo, tres momentos de la secuencia. Los movimientos tienen que afectar el equilibrio corporal.
- d) Buena energía de ejecución.
- e) Buena velocidad y aceleración durante la ejecución.
- f) Encajar la ejecución con la música.
- g) Musicalidad.
- h) Creatividad y originalidad.
- i) Pattern (patrón o dibujo) difícil.
- j) Distribución lógica y uniforme de las pasas y giros a lo largo de la pista

### QOE negativo

La tabla que hay a continuación muestra los errores que implicarán bajadas en los QOE. A la banda izquierda, se verán los QOEs obligatorios según el error cometido. A la banda derecha, los errores por los cuales los jueces bajarán el QOE si se comete el error descrito.

Errores con QOE obligatorio	QOE	Errores con QOE variable	QOE
<b>Ocho sin cruzar</b>			
Caída	-3	Mala posición corporal	-1 a -3
		Mala ocupación de la pista	-2 a -3
		Falta de velocidad	-1 a -3
<b>Progresivo</b>			
Caída	-3	Mala posición corporal	-1 a -3
Usar el freno continuamente	-3	Mala ocupación de la pista	-2 a -3
Dejar de cruzar	-3	Cambios de inclinación	-1 a -3
Flexión no mantenida (si se requiere)	-2	Falta de velocidad	-1 a -3
		Carencia de fluidez	-1 a -3
<b>Equilibrios y figuras</b>			
Caída	-3	Malas posiciones	
Desequilibrios o imprecisiones en la mayor parte del elemento	-2	Falta de velocidad	-1 a -3
Mano o pie en el suelo para evitar la caída	-2	Poca fluidez	-1 a -3
Cambio de hilo (si es requerido por el nivel) mal ejecutado o plano	-3	En una combinación figuras, una posición no confirmada	-2
Si la entrada difícil es requerida por el nivel, pero no está bien ejecutada	-3		
<b>Saltos</b>			
Caída	-3	Under (<)	-1
Downgrade (<<<)	-3	Half (<<)	-2
Caída a dos pies o con el pie contrario	-3	Falta de velocidad o mala posición en la fase de vuelo	-1 a -3

Step out	-2 o -3	Luzt no edge	-1
Caída directa con el freno	-3	Preparación larga	-1
Poner las dos manos en el suelo	-3	Mal aterrizaje	-1 a -2
Luzt no edge (en el nivel 7)	-3	Despegue incorrecto	-1 a -2
		Carencia de fluidez y ritmo en los CoJ	-1 a -2
<b>Piruetas</b>			
Caída	-3	Mala posición o poca velocidad	-1 a -3
Subir la SIT con dos pies	-3	Cambio de pie mal ejecutado	-1 a -3
Sit sin verticalizar	-2 a -3	Pirueta desplazada	-2 a -3
Poner las dos manos en el suelo	-3	Tocar con la pierna libre o la mano en el suelo sin llegar a caer	-2 a -3
Pivotar	-2 a -3	Travelling mal hecho	-1
Arrastrar la pierna parando la fluidez de la entrada	-3	Freno para salir de la Sit	-2
		Mal control de la pirueta	-2
		Poner los dos pies entre posiciones para coger velocidad	-2
<b>Pasos</b>			
Caída	-3	Pobre en velocidad y filos	-1 a --2
		Tropezar	-1 a -2
		Distribución/pattern pobre	-2
		Falta de musicalidad	-1 a -3

- **Aclaraciones QOE**

- ◆ Ocho sin cruzar y progresivos

Se confirmará si se cumplen los requisitos básicos, y la calidad se valorará con el QOE.

- ◆ Figuras y equilibrios

Un único QOE.

- ◆ Saltos

- CoJ □ un QOE para cada salto.
- Si el salto es < el QOE no puede ser mayor de +1; y si el salto es << el QOE no puede ser mayor de 0.
- Si hay saltos con falta de rotación en un combinado, se verá afectado en el QOE el salto con falta de rotación y el siguiente.

- ◆ Piruetas

- CoSp □ un único QOE para toda la pirueta.
- Si una posición de la combinada no está confirmada nunca se pondrá más de 0

## **7.7 COMPONENTS / IMPRESIÓN ARTÍSTICA**

Con el nuevo sistema de competición, se quiere dar mucha importancia a tener una buena presencia a pista. Es importante que se trabaje bien y se le dé importancia en la hora de entrenar y de hacer los montajes coreográficos. Se definen cuatro componentes para puntuar la parte artística: skating skills, transiciones, performance y coreografía; dependiendo de cada nivel, valoraremos alguno de los cuatro components o todos.

### **1. Skating Skills**

En rasgos generales, las SS o habilidades de patinaje se definen como la capacidad/aptitud general de “patinar bien” que demuestra el deportista. Dentro de este apartado se tiene que tener en cuenta:

- ★ Calidad del patinaje: dominio del patín, seguridad de los filos y precisión en la hora de realizar el trabajo de pies, curvas controladas, filos claros y profundos, fluidez y pulcritud en la ejecución de los pasos, velocidad y movimientos de acuerdo con la música (que los movimientos que se

realicen a lo largo del programa tengan un sentido), en definitiva, que parezca sencillo aquello que no lo es.

★ Postura: mantener una buena postura/posición cuando se patina, cuando se realizan movimientos coreográficos, control de los mismos, tanto a las preparaciones de los saltos y de las piruetas ,como y durante la ejecución de estos. El patinador se tiene que impulsar correctamente a cada paso que realiza, marcando la flexión.

★ Uso correcto de las inclinaciones: imprescindible para conseguir una buena calidad de filos, fluidez de movimientos y para mantener el equilibrio.

★ Dificultad: variedad de giros y pasos, fluidez y seguridad a la ejecutarlos.

★ Direcciones: importando dominar el cambio de dirección y la utilización de las mismas a lo largo de todo el programa.

## 2. Transiciones

Movimientos que enlazan todos los elementos y que permiten utilizar el mínimo posible el paso cruzado sencillo (correr adelante y atrás). Se debe tener en cuenta:

★ Variación: de elementos de enlace (pasos y giros). Incluye multidireccionalidad, filos, águilas, etc.

★ Dificultad: utilización del cuerpo (cabeza, brazos, torso, piernas,...) en los filos, pasos y giros, mientras se interpreta la música.

★ Complejidad: trabajo de pies complejo, innovador y variado con posiciones y movimientos que enlazan con fluidez todos los elementos.

★ Continuidad (calidad): incluyendo las entradas y salidas de elementos técnicos. Es el uso del patinaje en un pie con filos con el cuerpo realzado y movimientos corporales (cabeza, brazos y piernas) según el establecido por la música.

### 3. Performance

Definiremos la performance como la capacidad de transmitir, con la cara y la teatralidad pero sobre todo, con el cuerpo. Es importante que los deportistas sepan qué representa su programa y trabajen la proyección del tema escogido.

- ★ Personalidad y habilidades teatrales: compromiso personal con la coreografía, que muestra al patinador como intérprete individual. Capacidad de cautivar, de transmitir una emoción a través de estados de ánimo.
- ★ Habilidades de movimiento: calidad de movimientos que enfatizan los aspectos tridimensionales y esculturales del cuerpo. Flexibilidad física y utilización del cuerpo en todos los rangos de movimientos posibles.
- ★ Intención Emocional: estética y energía de la interpretación en consonancia con la música. Expresividad e implicación personal con el programa.
- ★ Proyección: controlar el espacio, el tiempo y la energía para cautivar y conectar con consistencia con la performance a través de todo el programa. Confianza e implicación sin esfuerzo con la coreografía.

### 4. Coreografía

La coreografía es el programa que nos presentará el deportista. Hace falta que este sea consciente de la idea de su disco y del que tiene que explicar mientras lo patina, a través de movimientos significativos y haciendo buen uso del espacio. A banda, se tiene que cuidar la disposición de los elementos, así como el uso de un buen pattern, hacia todas las direcciones posibles, teniendo cura de las capacidades de nuestro patinador/a.

- ★ Diseño: disposición del programa, variedad de recorrido y ubicación. Distribución inteligente de todos los elementos del programa. Cambios de dirección a lo largo del programa: rotacional, lineal, circular... Uso limitado de largas preparaciones para realizar los elementos técnicos.
- ★ Intención coreográfica: capacidad de identificar la idea, la historia... Que los movimientos coreográficos vayan en consonancia con la música.

★ Dimensiones del cuerpo: geometría corporal y movimientos físicos en el espacio, con formas artísticas del cuerpo que complementen el programa y la música.

★ Relación musical: los movimientos coreográficos y técnicos que se realicen tienen que tener un sentido, tienen que estar relacionados con la música.

## 7.8 GUIA Y TABLAS PARA PUNTUAR

### ◆ NIVEL 1

No se evaluará ningún component, lo más importante es que los patinadores aprendan a patinar.

### ◆ DEL NIVEL 2 AL 4

Los componentes que se puntuarán son las habilidades de patinaje y la performance; y se evaluarán con notas del 4 al 6, con incrementos de 0,25 puntos.

NOTAS	HABILIDADES DEL PATINAJE	PERFORMANCE
4 - 4.25	Posición incorrecta; uso del freno; mala velocidad, mala calidad de los giros	No hay teatralidad; sin movimientos fuera del eje; poca relación musical
4.5 - 4.75	Poca velocidad; posición no del todo correcta; poca inclinación y flexión; la mayoría de giros son incorrectos o planos	Poca teatralidad; falta implicación y energía. Pocos movimientos corporales fuera del eje.
5 - 5.25	Postura y velocidad bastante correctas; intentos de flexión e inclinación. Algunos de los giros y pasos se hacen correctamente.	Algún intento de teatralidad y relación musical. Energía correcta en algunos momentos; y con pequeños movimientos fuera del eje.
5.5 - 5.75	Postura bastante correcta, buena velocidad, buenos intentos de flexión e inclinación. Los filos de los pasos y giros son bastante correctos.	Buen intento de teatralidad. Implicación musical y energía correcta la mayoría del programa. Movimientos fuera del eje.
6	Postura y velocidad correctas; flexión e inclinación sostenidas. Pasos y giros Correctos	Buena teatralidad y expresividad. Buena implicación musical. Bastantes movimientos corporales fuera del eje.

◆ **DEL NIVEL 5 AL 6**

Los componentes que se puntuarán son las habilidades de patinaje, la performance y la coreografía; y se evaluarán con notas del 4 al 7, con incrementos de 0,25 puntos.

NOTAS	HABILIDADES DEL PATINAJE	PERFORMANCE	COREOGRAFIA
4 - 4.25	Posición incorrecta; uso del freno; mala velocidad, mala calidad de los giros	No hay teatralidad; poca implicación; sin movimientos fuera del eje; poca relación musical	Elementos sin enlazar; muchos movimientos no encajan con la música. Mala distribución de los elementos
4.5 - 4.75	Poca velocidad; posición no del todo correcta; poca inclinación y flexión; la mayoría de giros son incorrectos o planos	Poca teatralidad; falta implicación y energía. Pocos movimientos corporales fuera del eje.	Pocos elementos relacionados con la música. Elementos técnicos centrados en una zona; no hay cambios de dirección
5 - 5.25	Postura y velocidad bastante correctas; intentos de flexión e inclinación. Algunos de los giros y pasos se hacen correctamente.	Algún intento de teatralidad y relación musical. Energía correcta en algunos momentos; y con pequeños movimientos fuera del eje.	Alguna secuencia relacionada con la música. Elementos técnicos concentrados en una zona. Pocos cambios de dirección.
5.5 - 5.75	Postura bastante correcta, buena velocidad, buenos intentos de flexión e inclinación. Los filos de los pasos y giros son bastante correctos.	Implicación y proyección básicos. Uso correcto de la energía. Líneas corporales correctas. Intento de teatralidad en varias ocasiones	Movimientos relacionados con la música. Uso pobre del espacio personal. Algún cambio de dirección.
6 - 6.25	Postura y velocidad correctas; flexión e inclinación sostenidas. Pasos y giros correctos	Buena teatralidad y expresividad. Buena implicación musical. Bastantes movimientos corporales fuera del eje.	Buenos movimientos relacionados con la música. Buenas variaciones del pattern y direcciones. Uso moderado del espacio personal.
6.5 - 6.75	Postura correcta y buena velocidad e inclinación; flexión mantenida. Patina correctamente en ambas direcciones. Los pasos y los giros son correctos.	Buena implicación y proyección. Uso de la energía y cambios de velocidad. Buenas posturas y líneas corporales. Buen intento de teatralidad e interpretación.	Buenos movimientos relacionados con la música, y variados. Pattern variado y con cambios de dirección. Buen uso del espacio personal.

7	<p>Buena postura, inclinación y flexión. Buena velocidad. Patinaje bueno en ambas direcciones y sentidos. Variación y calidad en la ejecución de pasos y giros.</p>	<p>Buenas habilidades para la proyección. Variación de energía según la música y el momento del programa. Buenas líneas corporales, y buen intento de teatralidad e interpretación.</p>	<p>Movimientos interesantes y buena caracterización musical. Variaciones del pattern, y buen uso del movimiento personal.</p>
---	---	---	---

◆ **CATEGORIA NACIONAL Y NIVELES 7, 8 Y 9**

Para niveles superiores, se regirá por la normativa de WS

**PENALIZACIONES**

➤ **CAIDAS:**

- Nivel 1: - 1 punto por caída
- **Nivel 2: - 5 puntos**
- Niveles del 3 al 7: - 10 puntos
- Categoría Nacional: WS (- 1 punto)

➤ **MÚSICA INAPROPIADA**

- Nivel Nivel 1: - 1 punto
- **Nivel 2: - 5 puntos**
- Niveles del 3 al 7: - 10 puntos
- Categoría Nacional: WS (- 1 punto)

➤ **ELEMENTO OBLIGATORIO NO INTENTADO**

- Nivel 1: - 1 punto
- **Nivel 2: - 5 puntos**
- Niveles del 3 al 7: - 10 puntos
- Categoría Nacional: WS (- 1 punto)

- **ARRODILLARSE O ESTIRARSE EN EL SUELO SOLO ESTÁ PERMITIDO UNA VEZ DURANTE TODO EL PROGRAMA U DURANTE UN MÁXIMO DE 5".**
  - Nivel 1: - 1 punto
  - **Nivel 2: - 5 puntos**
  - Niveles del 3 al 7: - 10 puntos
  - Categoría Nacional: WS (- 1 punto)
- **VESTUARIO**
  - Nivel 1: - 1 punto
  - **Nivel 2: - 5 puntos**
  - Niveles del 3 al 7: - 10 puntos
  - Categoría Nacional: WS (- 1 punto)
- **TIEMPO DEL PROGRAMA INFERIOR AL REQUERIDO**
  - Nivel 1: - 0,5 puntos por cada 10 segundos
  - Nivel 2: - 2,5 puntos
  - Niveles del 3 al 6: - 5 puntos
  - Categoría Nacional y niveles 7,8 y 9: WS (- 0,5 puntos)
- **ELEMENTO ILEGAL**
  - Nivel 1: -1 punto
  - Nivel 2: - 5 puntos
  - Niveles del 3 al 6: - 10 puntos
  - Categoría Nacional y niveles 7, 8 y 9: WS (-1 punto)
- **MÁS DE 10 SEGUNDOS EN REALIZAR EL PRIMER MOVIMIENTO**
  - Nivel 1: - 0,5 puntos
  - Nivel 2: - 2,5 puntos
  - Niveles del 3 al 6: - 5 puntos
  - Categoría Nacional y niveles 7,8 y 9: WS (- 0,5 puntos)

➤ **SALIRSE FUERA DE LA SUPERFICIE DESIGNADA PARA COMPETIR O TOCAR LA VALLA DEL LÍMITE DE LA PISTA DURANTE EL PROGRAMA**

- Nivel 1: - 0,5 puntos
- Nivel 2: - 2,5 puntos
- Niveles del 3 al 6: - 5 puntos
- Categoría Nacional y niveles 7,8 y 9: WS (- 0,5 puntos)

## 8.- TABLA DE VALORES

<b>Progresivos</b>	<b>Codigo</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>Base</b>	<b>-1</b>	<b>-2</b>	<b>-3</b>
Vuit endavant sense creuar	VE	2	1	0,7	3	-0,7	-1	-2
No Progressius	NPg				0			
Progressius Endavant	PgF	3	2	1	5	-1	-2	-3
Progressius Endarrere	PgB	3	2	1	6	-1	-2	-3
<b>Equilibrios</b>	<b>Codigo</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>Base</b>	<b>-1</b>	<b>-2</b>	<b>-3</b>
No Equilibri - No Figura	NEQ				0			
Flor	Fr	0,9	0,7	0,5	1	-0,5	-0,7	-0,9
Àngel	An	1	0,7	0,5	1,5	-0,5	-0,7	-1
Àncora	Ac	1	0,7	0,5	2	-0,5	-0,7	-1
Àngel Layover	AnLay	2	1	0,7	3	-0,7	-1	-2
Bandera torso	Bt	2,5	1,5	1	4	-1	-1,5	-2,5
Bandera vertical	Bv	2,5	1,5	1	4,5	-1	-1,5	-2,5
Charlotte/Illusion	Ch	2,5	1,5	1	4,5	-1	-1,5	-1,5
Ring vertical	Rv	3	2	1	5	-1	-2	-3
Ring horitzontal	Rh	3	2	1	5	-1	-2	-3
Biellman	Bie	3	2	1	6	-1	-2	-3
<b>Figuras</b>	<b>Codigo</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>Base</b>	<b>-1</b>	<b>-2</b>	<b>-3</b>
Cadireta	Cd	0,9	0,7	0,5	1	-0,5	-0,7	-0,9
Avió	Av	1	0,7	0,5	1,5	-0,5	-0,7	-1
Canó	Cn	1	0,7	0,5	2	-0,5	-0,7	-1
Àguila	Ag	1,5	1	0,7	2,5	-0,7	-1	-1,5
Canó Sideways	CnSw	2,5	1,5	1	4	-1	-1,5	-2,5
Ina Bauer	InB	2,5	1,5	1	4	-1	-1,5	-2,5
Àguila heel (2 peus)	AgHe	3	2	1	5	-1	-2	-3

Jumps	Codigo	3	2	1	Base	<	<<	-1	-2	-3		<	<<	
No Jump	NJ				0							VALOR COMBO		
Patada a la luna	LI	1,5	1	0,7	2			-0,7	-1	-1,5	0	0	0	
Salto piacado	Pi	2	1	0,7	3			-0,7	-1	-2	0	0	0	
Salto de tres o waltz	W	3	2	1	4	2,8	0	-1	-2	-3	4,1	0	0	
Toeloop	T	3	2	1	6	4,2	3	-1	-2	-3	6,1	4,3	3,1	
Salchow	S	3	2	1	6	4,2	3	-1	-2	-3	6,1	4,3	3,1	
Flip	F	4	2	1	8	5,6	4	-1	-2	-4	8,6	6	4,3	
Lutz	Lz	4	2	1	9	6,3	4,5	-1	-2	-4	9,6	6,7	4,8	
Loop	Lo	4	2	1	9	6,3	4,5	-1	-2	-4	9,6	6,7	4,8	
Thoren	Th	4	2	1	9	6,3	4,5	-1	-2	-4	9,6	6,7	4,8	
Áxel	A	4	3	2	13	9,1	6,5	-2	-3	-4	14	9,8	7	
2 Toeloop	2T	4	3	2	17	11,9	8,5	-2	-3	-4	18,5	13	9,3	
2 Salchow	2S	4	3	2	17	11,9	8,5	-2	-3	-4	18,5	13	9,3	
2 Flip	2F	5	4	2	20	14	10	-2	-4	-5	22,8	16	11,4	
2 Lutz	2Lz	5	4	2	22	15,4	11	-2	-4	-5	25,1	17,6	12,5	
2 Loop	2Lo	5	4	2	22	15,4	11	-2	-4	-5	25,1	17,6	12,5	
2 Thoren	2Th	5	4	2	22	15,4	11	-2	-4	-5	25,1	17,6	12,5	

Spins	Codigo	3	2	1	Base	-1	-2	-3
No Spin	NS				0			
Pirueta 2 peus	Tf	2	1	0,7	3	-0,7	-1	-2
Upright Spin	U	3	2	1	5	-1	-2	-3
Upright Spin Forward Outside	Ud	3	2	1	6	-1	-2	-3
Sit Spin	S	3	2	1	8	-1	-2	-3
Camel Spin Backward	CBD	6	4	2	10	-2	-4	-6
Camel Spin Forward	CFD	6	4	2	12	-2	-4	-6
Broken Spin	Br	6	4	2	18	-2	-4	-6
Heel Spin Backward	HBD	9	6	3	20	-3	-6	-9
Heel Spin Forward	HFD	9	6	3	25	-3	-6	-9
Inverted Spin	In	9	6	3	28	-3	-6	-9

Pasos	Codigo	3	2	1	Base	-1	-2	-3
No Step Seq	NSt				0			
Step Seq Nivell base	StNB	2	1	0,7	3	-0,7	-1	-2
Step Seq Nivell A	StNA	4	2	1	8	-1	-2	-4
Step Seq Nivell B	StNB	4	3	2	13	-2	-3	-4
Step Seq Nivell C	StNC	4	3	2	18	-2	-3	-4