



**BASES DE COMPETICIÓN
Y
REGLAMENTO TÉCNICO
PATINAJE ARTÍSTICO
TEMPORADA 2024**

ÍNDICE

1. TASAS FEDERATIVAS
2. CALENDARIO OFICIAL 2024
3. NORMAS GENERALES
4. BASES DE COMPETICIÓN
5. NIVELES
6. ELEMENTOS TECNICOS
7. TABLA DE VALORES

1.- TASAS FEDERATIVAS TEMPORADA 2024

1. INSCRIPCIONES CLUBES / TEMPORADA

Todas las modalidades ----- 40 €

2. LICENCIAS DEPORTISTAS, ENTRENADORES Y DELEGADOS

TIPO DE LICENCIA	IMPORTE		
	MUTUALIDAD	AFILIACIÓN	TOTAL
Deportistas nacidos en 2011 y posterior	22,50 €	17,50 €	40,00 €
Deportistas nacidos en 2010 y anterior	31,50 €	18,50 €	50,00 €
Técnicos	13,50 €	36,50 €	50,00 €
Delegados/as	13,50 €	36,50 €	50,00 €
Jueces / Árbitros	13,50 €	36,50 €	50,00 €
Segunda y sucesivas Licencias para un mismo Afiliado misma temporada	0 €	20,00 €	20,00 €

- Estas serán las cuotas a liquidar en esta FEXPA; 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 deportistas que se federen **POR PRIMERA VEZ** 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
2024	2005 y anteriores	2006 2007	2008	2009- 2010	2011 2012	2013- 2014	2015 y posteriores
	19 años o más	17-18 años	16 años	14-15 años	12-13 años	10-11 años	9 años o menos

2.- CALENDARIO OFICIAL 2024

DIA	MES	COMPETICIÓN	LOCALIDAD
13	ABRIL	1º PRUEBA OFICIAL INICIACION CAMPEONATO AUTONOMICO CATEGORIAS NACIONALES	MERIDA
15	JUNIO	2ª PRUEBA OFICIAL INICIACION Y CATEGORIAS NACIONALES	MERIDA
13	JULIO	3ª PRUEBA OFICIAL INICIACION Y CATEGORIAS NACIONALES	JEREZ DE LOS CABALLEROS
19	OCTUBRE	4ª PRUEBA OFICIAL INICIACION Y CATEGORIAS NACIONALES	VALVERDE DE LEGANES
16	NOVIEMBRE	5ª PRUEBA OFICIAL INICIACION Y CATEGORIAS NACIONALES	POR DETERMINAR
15	DICIEMBRE	GALA ENTREGA DE PREMIOS RANKING 2024	POR DETERMINAR

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

- 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.
- Medidas mínimas de pista de 40 X 20
- Vestuarios para los/as patinadores/as.
- Aseos públicos.
- Graderío o zona acotada de asientos para acompañantes.

3.- NORMAS GENERALES TEMPORADA 2024

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 credencial 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 ó 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 oficial, pueden tener tantos otros como crean conveniente, a los cuales deberán proveer también de la preceptiva licencia.
3. En el acta de cualquier prueba o competición de carácter oficial pueden figurar cualquiera de los entrenadores de un club.
4. Los entrenadores no podrán hablar con los jueces durante la celebración de una prueba.
5. Un patinador con licencia federativa en vigor y en posesión de la licencia de entrenador puede actuar como entrenador 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 solo podrá estar presente a pie de pista UN/A ENTRENADOR/A a la hora de ejecutar un ejercicio un/a patinador/a.**

DELEGADOS 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 ó 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 calculadores.

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

1. Las pruebas oficiales serán juzgadas por un juez-árbitro y un número de jueces suficiente para llevar a cabo el sistema de puntuación.
2. Se solicitará a la RFEP el número de jueces 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 y delegados de clubes con ficha vigente.
4. En el caso de que alguna prueba, el juez-árbitro no hiciera acto de presencia, será suplido por el juez de mayor antigüedad, que, además puntuará para evitar posibles empates.
5. Todo juez 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, desposeer de su credencial de juez.

6. 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 juez-árbitro determine.
7. Al terminar la competición o al finalizar cada nivel si es posible, el juez arbitro - referee, 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 y federativos.
8. Si a consecuencia de las condiciones atmosféricas la superficie de la pista quedará parcialmente inutilizada, corresponderá únicamente al juez-árbitro la decisión de proseguir o suspender la prueba, previa la presentación en pista de los clubes participantes.
9. 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 juez-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 fpextremadura@gmail.com, con una antelación mínima de 15 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 Monitores y/o 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 bajo ningún concepto aquellos que en una competición ejerzan como jueces o juez-árbitro, cuando actúen en la misma patinadores/as a los que entrenen.
2. No podrán ejercer de juez ó juez-árbitro bajo ningún concepto:
 - A) Aquellos que ejerzan en una competición como entrenadores de patinadores que participen en pruebas autorizadas por la FEDEXPA.
 - B) Aquellos patinadores con licencia en vigor, siempre que participen en la competición otros patinadores pertenecientes al mismo club donde entrenan.
 - C) Los delegados de los clubes en funciones, siempre que participen en la competición son patinadores del club al que representan.

4.- BASES DE COMPETICIÓN

1. El ranking oficial se abrirá en la fecha de inicio de la primera prueba oficial y finalizará el día 30 de noviembre de 2024.
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 técnicos 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 por email a la federación y se dará respuesta a través de dicha federación.
5. Para poder completar el ranking, los deportistas tendrán que hacer un mínimo de 3 competiciones en el mismo nivel.
6. Siempre se podrá subir de nivel, pero nunca bajar. EJEMPLO: Si un patinador hace un trofeo de nivel III, al siguiente no podría participar en nivel II, pero si en nivel IV.
7. El día 30 de noviembre saldrá el ranking definitivo, con los resultados de todos/as los/as patinadores/as.
8. Para poder participar en los Campeonatos de España, los/as patinadores/as Nacionales de las categorías de ALEVÍN A SENIOR deberán participar en el Campeonato Autonómico correspondiente y obtener los mínimos que se exijan para clasificarse.
9. En cualquier caso, será el/la juez árbitro quien decida si un/a patinador/a tiene el nivel para poder participar en el campeonato de España, y la federación lo comunicará al entrenador/a pertinente.

10. Se cobrará 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**:
 - **NIVEL 1 a NIVEL 4: 15 euros.**
 - **NIVEL 5 a NIVEL 6: 20 euros.**
 - **CATEGORÍAS NACIONALES: 25 euros**
11. 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.
12. El último día para dar de baja o modificar la inscripción es el miércoles de la semana de la prueba. En el caso que desde el jueves 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**
13. La cantidad a abonar por los clubes se basará en la inscripción que hubieran realizado en el plazo estipulado y deberá hacerse efectiva mediante transferencia bancaria al número de cuenta de esta federación: **ES84-0078-0049-6740-1000-4897.**
14. Las inscripciones deberán realizarse a través de la aplicación que se habilitará para cada una de las pruebas en la intranet de esta federación.
15. La justificación del abono de la cuota de inscripción deberá remitirse al correo electrónico federativo fpextremadura@gmail.com.
16. No se permitirá participar a los patinadores cuyo nombre no figure en la inscripción efectuada a través de la intranet de esta federación.

17. Las tarifas por arbitraje de los jueces durante la temporada 2024 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%

18. MÚSICA

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

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

19. 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.

Los maillots de los niveles 1 al 5 no serán penalizados. Del nivel 6 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.
- Salto picado
- Un equilibrio a escoger del grupo A, con cambio de filo (de exterior a interior o de interior a exterior).
- Una figura a escoger, del grupo A o B.
- Pirueta con dos pies (mínimo 3 vueltas).
- **Components:** Skating Skills i Performance.

Nivel 3 (2'00-±5")

- Ocho cruzando adelante.
- Ocho cruzado atrás.
- Salto del tres (waltz).
- Una figura a escoger del grupo B.
- Un equilibrio a escoger, del grupo A o B, en línea recta o en cambio de filo.
- Pirueta Upright (mínimo 3 vueltas)
- **Components:** Skating Skills i Performance

Nivel 4 (2'00"±5")

- Dos saltos de una rotación, como SJ.
- Combinación entre figura y equilibrio, mínimo 2 y máximo 3 posiciones. No se puede repetir posiciones.
- Dos piruetas. Las dos presentados como SOLO SPIN. Mínimo 3 rotaciones.
 - Posiciones permitidas: Dos pies o Upright. Pueden ser las dos Up o una Up y la otra a dos pies.
- 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, 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 saltos iguales, uno de los dos deberá ser en combinado).
- Combinación entre figura y equilibrio, mínimo 2 y máximo 3 posiciones. No se pueden repetir posiciones.
- Piruetas: todas las posiciones deben ser Upright.
 - **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 (2'30"±5")

Dará acceso a NACIONAL o CATEGORÍA B (los jueces decidirán quien pasa ese nivel en las pruebas oficiales).

- Máximo 8 saltos, incluyendo los combinados.
 - Los saltos permitidos son los de una rotación y **Axel (obligatorio)**; este último puede presentarse solo o en combinado.
 - Máximo 2 combinados: un combinado puede tener un máximo de 4 saltos y el otro un máximo de 3 saltos. Los combinados tienen que ser diferentes.
 - 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)
- Equilibrio con entrada difícil.
- Presentar 3 piruetas:
 - **Una** pirueta **sit con travelling** en cualquier filo (mínimo 3 vueltas)
 - **Una** pirueta **combinada de dos posiciones en upright**.
 - **Una** pirueta **camel** en cualquier filo (mínimo 3 vueltas).
- Step sequence de máximo nivel C.
- **Components:** Skating Skills, Performance i Coreografía

CATEGORÍA NACIONAL B (3:15 ±5")

Se deberá presentar el planner program

- Máximo 10 saltos, incluyendo los combinados. Los saltos permitidos son los saltos de una rotación, Axel, 2Salcow y 2Toeloop.
 - El salto **AXEL** es **OBLIGATORIO**, puede presentarse en solo jump o en combinado.
 - Se debe presentar **un salto DOBLE** (2S o 2T) **como solo jump**; si solo se presenta uno y es en combinado este será asteriscado (*).
 - Máximo dos combinados, con un máximo de cuatro saltos por combinado.
 - Se puede **repetir** un máximo de dos saltos durante el programa, y ejecutarlo un máximo de dos veces (uno de los dos saltos deberá ser en combinado).
- Mínimo 1 y máximo 2 piruetas; como mínimo una debe ser combinada.
 - Posiciones permitidas: Up, Camel y Sit.
 - Una posición SIT es obligatoria en una de las dos piruetas.
 - Las CoSp: si solo se presenta una puede tener 3 posiciones y si las dos piruetas presentadas son combinadas, una de las combinadas sera de 3 y la otra de 2 posiciones..
 - En caso de hacer dos CoSp, esta no puede ser la misma, ni presentar el mismo cambio.
- Step sequence de máximo nivel 1 de WS.
- **Components WS**: Skating Skills, Transiciones, Performance y Coreografía

CATEGORÍA NACIONAL:

- REGLAMENTO WORLD SKATE.
- Se deberá presentar el planner program.
- Harán un disco corto y largo, dependiendo de donde se inscriban.
- **Components WS**: Skating Skills, Transiciones, Performance y Coreografía

5.2. ELEMENTOS TECNICOS

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.

- Requisitos mínimos para confirmar el ocho:
 - Buena ocupación de la pista
 - La calidad se valora con los QOE's

◆ 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, y en posición de ele. 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 e igual que la punta.
- 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 jueces 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.

- Requisitos mínimos para confirmar los progresivos:
 - Buena ocupación de la pista
 - La calidad se valora con los QOE's

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
GRUPO A	ANGEL FLOR ANCORA	ENANO/AGACHADO AVIÓN AGUILA CUALQUIER FILO CAÑÓN CON BAJADA Y SUBIDA A UN PIE
GRUPO B	ANGEL LAYOVER BANDERA TORSO BANDERA VERTICAL CHARLOTTE/ILLUSION RING BIELMAN	MUERTE DEL CISNE INA BAUER ÁGUILA CON DOS PIES EN HEEL

■ Definición figuras y equilibrios:

I. **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.

II. **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.

III. **Ancora**

Posición de ángel donde el patinador 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. En el áncora el ombligo tiene que mirar al suelo.

IV. **Angel Layover**

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

V. **Bandera torso**

El patinador tiene que estar en posición split (abierta), con el cuerpo inclinado hacia al lado. Se tiene que ver que el cuerpo busca estar perpendicular al suelo.

VI. **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.

VII. **Charlotte /Illusion**

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

VIII. **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.

IX. **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.

X. Bielman

La pierna libre sube por detrás de la cabeza y se sitúa estirada por encima de esta, lo más cerca posible del eje vertical. En esta posición el ombligo estará mirando hacia delante.

XI. Sillita / enanito / agachado

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

XII. 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.

XIII. Avión

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

XIV. 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.

XV. Cañón Sideways

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

XVI. Ina Bauer

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

XVII. 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 filo, y se hace en línea recta, o a la inversa, el elemento -esté confirmado o no- irá con un asterisco, 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.
- ✓ En las combinaciones, si solo queda una figura / equilibrio confirmada, 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 permitidos realice.

3 SALTOS

■ EN GENERAL:

Tienen que 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 tienen que tener una fase de **recorrido** (desplazamiento 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 le dará salto será el 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

I. 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.

II. Salto picado

Con la pierna derecha patinando en filo 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.

III. Salto del tres

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

IV. Toe

Con la pierna derecha patinando en filo exterior atrás, la pierna izquierda pasa detrás de la derecha y se pone el freno para coger impulso y saltar en sentido antihorario. La picada 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 filo exterior atrás, sobre la pierna derecha.

V. Salchow

Con la pierna izquierda patinando en filo interior atrás, se alarga la pierna derecha y se hace un 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 filo exterior atrás.

VI. Loop

Con la pierna derecha patinando en filo exterior atrás, se realiza un salto en dirección anti-horario, para hacer la salida con la misma pierna, en filo 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.

VII. Flip

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

VIII. 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 filo 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.

IX. Lutz

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

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

- ★ Clara ejecución en filo exterior atrás en la preparación, antes de la picada 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.

Si hay planned program, y no se cumplen estos requisitos, y está declarado como lutz, será llamado 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.

X. Axel

Con la pierna izquierda en filo exterior adelante, se realiza un salto de una rotación y media en sentido antihorario. Se tiene que cruzar la pierna izquierda en la fase de vuelo. La salida se realizará con la pierna derecha, con filo 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; se aplicará la penalización de elemento obligatorio no intentado y se asteriscará el último salto del programa.

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, filo y pie. Estas tienen que 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 filo. Las Combo Spin tienen que 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 las 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 afectará a los QOE's; sí arrastrar la pierna no afecta la pirueta no pasara nada.

La entrada con **traveling** (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 traveling forma parte de la spin.

- 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 spin 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 spin 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 DIFÍCILES (*El bonus está entre paréntesis al lado de cada variación difícil*):

✓ Entrada difícil (**+15% posición siguiente si está 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:

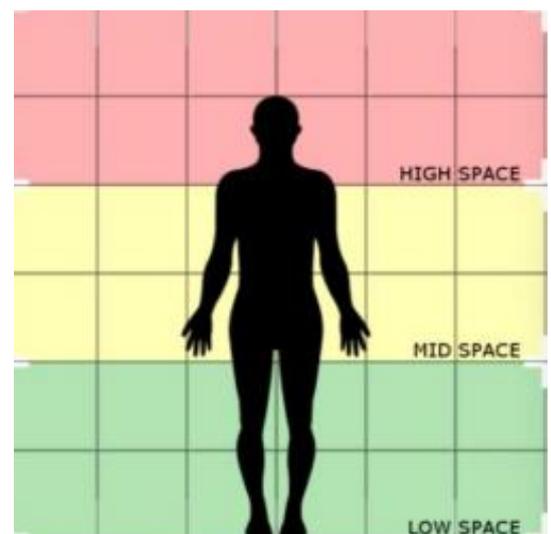
✓ Añadir movimientos que alteren el equilibrio, siempre que esté permitido, aumentará la dificultad y será una feature positiva.

- ✓ 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 ira *.
- ✓ 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.

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 BÁSICOS PARA CONSEGUIR UN NIVEL BASE:**

- Hacer pasos (mohawks, chases, cross Rolls, etc) o giros (tres, bracket, loop, counter, etc).
- Ocupar $\frac{3}{4}$ partes de la pista, el dibujo es libre.
- Se tiene que empezar de una posición parada.

TODOS LOS PASOS Y GIROS ESTÁN 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	Chasse Cross Flat	Swing Tres Mohawk	Traveling Cross in front Choctaw

◆ **ACLARACIONES PASOS:**

- Solo se podrán realizar los pasos o giros del nivel requerido o el inferior. Todos los pasos o giros máximo se pueden realizar dos veces (por ejemplo: dos treses en exterior, dos swings, etc).
- Todos los giros que se hagan de niveles superiores no se tendrán en cuenta para dar el nivel.
- Se pueden añadir movimientos coreográficos y paradas rápidas si es necesario.

5.6 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***

1. Intento de inclinación hacia el interior del círculo
2. Intento de flexión.
3. Intento de cruzar que no afecte la fluidez.
4. Buena posición corporal
5. Buena velocidad
6. Buena aceleración
7. Buena fluidez.
8. Encajar los pasos con la estructura de la música.

2) ***Progresivos***

1. Inclinación marcada hacia el interior del círculo.
2. Buena flexión, sostenida y marcada.
3. Buena extensión de las líneas corporales.
4. Buena velocidad.
5. Buena aceleración.
6. Pocos pasos para coger mucha velocidad.
7. Buena ocupación de la pista.
8. Encajar los pasos con la estructura de la música.

3) ***Figuras y equilibrios***

1. Entrada difícil y/o inesperada.
2. Pasas y movimientos de patinaje claros y reconocibles justo antes de empezar el elemento.
3. Pasas y movimientos de patinaje claros y reconocibles entre un elemento y otro, en el caso de las combinadas.
4. Muy buena fluidez y velocidad en la ejecución del elemento.
5. Pulcritud y precisión.
6. Demostrar un buen dominio de la flexibilidad.
7. Buen control de las posiciones adquiridas e implicación de todo el cuerpo. Los movimientos tienen que afectar el equilibrio corporal.
8. Creatividad y originalidad.
9. Buena energía de ejecución.
10. Movimientos claros.
11. En caso de que se pida un cambio de filo, demostrar un buen dominio del mismo.
12. Encajar la ejecución del elemento con la estructura de la música.

4) **Saltos**

1. Buena parábola.
2. Buena extensión al aterrizar y/o salida original y creativa.
3. Despegue difícil y/o inesperado.
4. Pasos y movimientos de patinaje claros y reconocibles justo antes del despegue.
5. Posición artística difícil y artística en la fase de vuelo y/o inicio retrasado de la rotación.
6. Muy buena fluidez y velocidad horizontal en el despegue y el aterrizaje.
7. No mostrar esfuerzo o rigidez durante la ejecución del elemento (el salto tiene que parecer fácil).
8. Encajar la ejecución del elemento con la estructura de la música.

5) **Piruetas**

1. Buena habilidad centrando la pirueta rápido.
2. Buen control de la pirueta durante la ejecución (en todas sus fases).
3. Buena velocidad y aceleración durante la ejecución.
4. Entrada difícil.
5. Variaciones difíciles.
6. En las CoSp, número de rotaciones equilibrado en cada una de las posiciones.
7. Número de rotaciones realizadas mucho más alto del requerido por el reglamento.
8. Encajar la ejecución con la música.
9. Travelling difícil.
10. Originalidad y espectacularidad.

6) Pasos

1. Filos profundos y claros.
2. Pulcritud y precisión.
3. 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.
4. Buena energía de ejecución.
5. Buena velocidad y aceleración durante la ejecución.
6. Encajar la ejecución con la música.
7. Musicalidad.
8. Creatividad y originalidad.
9. Pattern (patrón o dibujo) difícil.
10. Distribución lógica y uniforme de los pasos 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 QOE's 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 obligatori	QOE	Errores con QOE variable	QOE
Ocho sin cruzar			
Caída	-3	Mala posición corporal	-1 a -3
		Mala ocupación de la pista	-2 a -3
		Falta de velocidad	-1 a -3
Progresivo			
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
Equilibrios y figuras			

Caída	-3	Malas posiciones	-1 a -3
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		
Salto			
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
		Despegue incorrecto	-1 a -2
		Carencia de fluidez y ritmo en los CoJ	-1 a -2
Piruetas			
Caída	- 3	Mala posición o poca velocidad	-1 a -3
Subir la baja 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
Pasos			
Caída	-3	Pobre en velocidad y filos	-1 a -2
		Tropezar	-1 a -2
		Distribución/pattern pobre	-2
		Falta de musicalidad	-1 a -3

5.7 COMPONENTS / IMPRESIÓN ARTÍSTICA

Con el nuevo sistema de competición, se quiere dar mucha importancia a tener una buena presencia en la pista. Es importante que se trabaje bien y se le dé importancia a 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 componentes 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, cómo 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 fillos, fluidez de movimientos y para mantener el equilibrio.

★ Dificultad: variedad de giros y pasos, fluidez y seguridad al 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 tiene que tener en cuenta:

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

★ Dificultad: utilización del cuerpo (cabeza, brazos, torso, piernas,...) en los fillos, 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 fillos 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 patina, a través de movimientos significativos y haciendo buen uso del espacio. A banda, se tiene que cuidar la distribución 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.

■ GUÍA Y TABLAS PARA PUNTUAR

◆ CATEGORÍA NACIONAL O CATEGORÍA B

Para niveles superiores, se regirá por la normativa de WS.

◆ NIVEL 1

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

◆ DEL NIVEL 2 AL 4

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

	<i>HABILIDADES DEL PATINAJE</i>	<i>PERFORMANCE</i>
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.	Algun 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 puntúan 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.

	<i>HABILIDADES DEL PATINAJE</i>	<i>PERFORMANCE</i>	<i>COREOGRAFÍA</i>
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 básicas. 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	Buena postura, inclinación y flexión. Buena velocidad. Patinaje bueno en ambas direcciones y sentidos. Variación y calidad en la ejecución de pasos y giros.	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.	Movimientos interesantes y buena caracterización musical. Variaciones del pattern, y buen uso del movimiento personal.

5.8. PENALIZACIONES

- CAÍDAS:
 - Nivel 1: - 1 punto por caída
 - Niveles 2 al 6: - 10 puntos
 - Categoría B o Categoría Nacional: - 1 punto

- Música inapropiada
 - Nivel Nivel 1: - 1 punto
 - Niveles del 2 al 6: - 10 puntos
 - Categoría B o Categoría Nacional: - 1 punto

- Elemento obligatorio no intentado
 - Nivel 1: - 1 punto
 - Niveles del 2 al 6: - 10 puntos
 - Categoría B o Categoría Nacional: - 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
 - Niveles del 2 al 6: - 10 puntos
 - Categoría B o Categoría Nacional: - 1 punto

- VESTUARIO
 - Del nivel 1 al 5 **NO** se penalizará
 - Nivel 6 : - 10 puntos
 - Categoría B o Categoría Nacional: - 1 punto

6.- TABLA DE VALORES

PROGRESSIUS								
Progressius	Codi	3	2	1	Base	-1	-2	-3
Vuit endavant sense creuar	VE	2,0	1,0	0,7	3,0	-0,7	-1,0	-2,0
No Progressius	NPg				0,0			
Progressius Endavant	PgF	3,0	2,0	1,0	5,0	-1,0	-2,0	-3,0
Progressius Endarrere	PgB	3,0	2,0	1,0	6,0	-1,0	-2,0	-3,0
Progressius Combinats	PgC	3,0	2,0	1,0	7,0	-1,0	-2,0	-3,0

FIGURES I EQUILIBRIS								
Equilibris	Codi	3	2	1	Base	-1	-2	-3
No Equilibri - No Figura	NEQ				0,0			
Flor	Fr	1,2	1,0	0,7	1,5	-0,7	-1,0	-1,2
Àngel	An	1,5	1,0	0,7	2,0	-0,7	-1,0	-1,5
Àncora	Ac	1,5	1,0	0,7	2,5	-0,7	-1,0	-1,5
Àngel Layover	AnLay	2,0	1,0	0,7	3,0	-0,7	-1,0	-2,0
Bandera torso	Bt	2,5	1,5	1,0	4,0	-1,0	-1,5	-2,5
Bandera vertical	Bv	2,5	1,5	1,0	4,5	-1,0	-1,5	-2,5
Charlotte/Illusion	Ch	2,5	1,5	1,0	4,5	-1,0	-1,5	-1,5
Ring vertical	Rv	3,0	2,0	1,0	5,0	-1,0	-2,0	-3,0
Ring horitzontal	Rh	3,0	2,0	1,0	5,0	-1,0	-2,0	-3,0
Biellman	Bie	3,0	2,0	1,0	6,0	-1,0	-2,0	-3,0
Figures	Codi	3	2	1	Base	-1	-2	-3
Cadireta	Cd	1,2	1,0	0,7	1,5	-0,7	-1,0	-1,2
Avió	Av	1,5	1,0	0,7	2,0	-0,7	-1,0	-1,5
Canó	Cn	1,5	1,0	0,7	2,5	-0,7	-1,0	-1,5
Àguila	Ag	2,0	1,0	0,7	3,0	-0,7	-1,0	-2,0
Canó Sideways	CnSw	2,5	1,5	1,0	4,0	-1,0	-1,5	-2,5
Ina Bauer	InB	2,5	1,5	1,0	4,0	-1,0	-1,5	-2,5
Àguila heel (2 peus)	AgHe	3,0	2,0	1,0	5,0	-1,0	-2,0	-3,0

JUMPS													
											Combo		
Jumps	Codi	3	2	1	Base	<	<<	-1	-2	-3		<	<<
No Jump	NJ				0,0								
Patada a la lluna	LI	1,5	1,0	0,7	2,0			-0,7	-1,0	-1,5	0,0	0,0	0,0
Salt picat	Pi	2,0	1,0	0,7	3,0			-0,7	-1,0	-2,0	0,0	0,0	0,0
Salt de tres o waltz	W	3,0	2,0	1,0	4,0	2,8	0,0	-1,0	-2,0	-3,0	4,1	0,0	0,0
Toeloop	T	3,0	2,0	1,0	6,0	4,2	3,0	-1,0	-2,0	-3,0	6,1	4,3	3,1
Salchow	S	3,0	2,0	1,0	6,0	4,2	3,0	-1,0	-2,0	-3,0	6,1	4,3	3,1
Flip	F	4,0	2,0	1,0	8,0	5,6	4,0	-1,0	-2,0	-4,0	8,6	6,0	4,3
Lutz	Lz	4,0	2,0	1,0	9,0	6,3	4,5	-1,0	-2,0	-4,0	9,6	6,7	4,8
Loop	Lo	4,0	2,0	1,0	9,0	6,3	4,5	-1,0	-2,0	-4,0	9,6	6,7	4,8
Thoren	Th	4,0	2,0	1,0	9,0	6,3	4,5	-1,0	-2,0	-4,0	9,6	6,7	4,8
Åxel	A	4,0	3,0	2,0	13,0	9,1	6,5	-2,0	-3,0	-4,0	14,0	9,8	7,0
2 Toeloop	2T	4,0	3,0	2,0	17,0	11,9	8,5	-2,0	-3,0	-4,0	18,5	13,0	9,3
2 Salchow	2S	4,0	3,0	2,0	17,0	11,9	8,5	-2,0	-3,0	-4,0	18,5	13,0	9,3
2 Flip	2F	5,0	4,0	2,0	20,0	14,0	10,0	-2,0	-4,0	-5,0	22,8	16,0	11,4
2 Lutz	2Lz	5,0	4,0	2,0	22,0	15,4	11,0	-2,0	-4,0	-5,0	25,1	17,6	12,5
2 Loop	2Lo	5,0	4,0	2,0	22,0	15,4	11,0	-2,0	-4,0	-5,0	25,1	17,6	12,5
2 Thoren	2Th	5,0	4,0	2,0	22,0	15,4	11,0	-2,0	-4,0	-5,0	25,1	17,6	12,5

SPINS									
Spins	Codi	3	2	1	Base	-1	-2	-3	
No Spin	NS				0,0				
Pirueta 2 peus	Tf	2,0	1,0	0,7	3,0	-0,7	-1,0	-2,0	
Upright Spin	U	3,0	2,0	1,0	5,0	-1,0	-2,0	-3,0	
Sit Spin	S	3,0	2,0	1,0	8,0	-1,0	-2,0	-3,0	
Camel Spin	C	6,0	4,0	2,0	10,0	-2,0	-4,0	-6,0	
Broken Spin	Br	6,0	4,0	2,0	16,0	-2,0	-4,0	-6,0	
Heel Spin	H	9,0	6,0	3,0	20,0	-3,0	-6,0	-9,0	
Inverted Spin	In	9,0	6,0	3,0	27,0	-3,0	-6,0	-9,0	