

Patinage Artistique sur Roulettes

# Trophée Cévenol

ANDUZE

09 et 10 avril 2022

Gymnase JEAN LOUIS MAURIN

Halle des Sports, 14 Rue du Luxembourg  
30140 ANDUZE



Fédération Française  
**Roller  
& Skateboard**  
Club affilié



<b>DATES :</b>	<b>SAMEDI 09 AVRIL et DIMANCHE 10 AVRIL 2022</b>	
<b>LIEU :</b>	GYMNASE JEAN LOUIS MAURIN 14 rue du Luxembourg 30140 ANDUZE (à coté du parking SUPER U)	
<b>PISTE /Roues :</b>	Piste 40 x 20 Piste rugueuse - Granito	
<b>SPECIALITES :</b>	<b>Patinage Artistique solo</b> La compétition est ouverte aux <u>clubs de toutes les ligues</u> .  Catégories proposées : <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>catégorie BABY</b> (non jugée)</li> <li>• <b>Catégorie NOVICES (règlement en annexe)</b></li> <li>• <b>catégorie PROMO / DN</b></li> </ul> Patinage de Groupe/ Show souhaitant réaliser une présentation (non jugé)	
<b>TARIF</b> <b>ENGAGEMENT:</b>	Solo : 13,- € - Gratuit pour les catégories non jugées	

Le gymnase est mis à notre disposition par la ville d'Anduze et nous nous sommes engagés à respecter les lieux. C'est pourquoi nous vous demandons de vérifier le matériel et notamment les freins, avant la compétition. Les freins de couleur noir, bleu ou en mauvais état, ne seront pas acceptés.

**Il est interdit de manger dans le gymnase (espace piste ou mezzanine).** Nous mettrons à votre disposition un lieu en extérieur pour vous restaurer avec tables et chaises.

Le dimanche 10 avril est aussi une journée de vote (premier tour des élections présidentielles) . Le planning sera établi pour vous assurer un départ possible vers 15H00 au plus tard si vous souhaitez rentrer avant la fermeture des bureaux de vote.

Mesures sanitaires : port du masque en intérieur et Pass vaccinal seront demandés au public et aux patineurs pour l'accès au gymnase, sauf modification des mesures sanitaires en vigueur au moment de la compétition.

LE TROPHEE CEVENOL SERA REMIS EN JEU PAR LE ROLLER SKATING ALESIEN. : règlement en annexe

# REGLEMENTS

## CATEGORIE : BABY

<b>Musique</b> : 1'30 à 2'00 avec parole autorisée	<b>PROGRAMME LIBRE</b>  Catégorie non jugée, Ne seront admis en Baby que les patineurs ayant moins de 6 ans le jour de la compétition.
---	---

## CATEGORIE : NOVICES

<b>NIVEAU 1</b>	* Epreuve Technique
<b>NIVEAU 2</b>	* Epreuve Danse
<b>NIVEAU 3</b>	Contenu : Règlement NOVICES, ligue Occitanie en annexe

## CATEGORIE : CHALLENGES

<b>Challenge régional</b>	* Epreuve Technique
<b>NIVEAU 1</b>	* Epreuve Pas
<b>NIVEAU 2</b>	* Epreuve Danse
	Contenu : Règlement CHALLENGES 2022 fédération <a href="https://art.ffroller.fr/reglementation-challenge">https://art.ffroller.fr/reglementation-challenge</a>

## CATEGORIE : NATIONAL

<b>PROMO</b>	* Artistique
<b>DN</b>	* Danse
	Contenu : Règlement National 2022 fédération

## TROPHÉE CEVENOL

Le trophée sera remis en fin de compétition au club participant ayant acquis le meilleur score aux points.

Pour chaque catégorie de la compétition, le classement d'un patineur permettra d'attribuer à son club un nombre de points comme suit :

- \* 10 points pour la première place du podium
- \* 8 points pour la seconde place du podium
- \* 6 points pour la troisième place du podium
- \* 2 points pour les places suivantes

<b>MUSIQUES :</b>	<p style="text-align: center;"><b>Fichiers MP3 compressés à déposer sur le site fédéral</b></p> <p style="text-align: center;"><a href="https://art.ffroller.fr/calendrier-regional-76">https://art.ffroller.fr/calendrier-regional-76</a></p> <p>Nota : les musiques challenge seront compressées en un seul fichier</p> <p>En cas de modification : adresser vos fichiers à <a href="mailto:contact@roller-skating-alesien.fr">contact@roller-skating-alesien.fr</a></p> <p>Format de fichier : <i>NOM Prénom CATEGORIE NOM DU CLUB</i>.mp3</p> <p><u>Exemple</u> : DUPONT Martine ART-PROMO-SEN RSA.mp3</p>
<b>ENGAGEMENTS :</b>	<p style="text-align: center;"><b>En ligne sur le module résultat avant le 20/03/22</b></p> <p style="text-align: center;">sur <a href="https://art.ffroller.fr/calendrier-regional-76">https://art.ffroller.fr/calendrier-regional-76</a></p> <p style="text-align: center;"><b>Règlement par virement ( IBAN ci-dessous) en précisant le club payeur</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ou chèque à l'ordre du ROLLER SKATING ALESIEN</b></p> <p style="text-align: center;">Envoyé à Muriel LEBLANC, Présidente du RSA, 3 chemin du Rieu 30350 MARUEJOLS LES GARDON</p> <p style="text-align: center;">Les paiements doivent nous parvenir au plus tard la veille de la compétition.</p> <p style="text-align: center;">Les inscriptions sans règlements ne seront pas prises en compte.</p> <p style="text-align: center;">Remboursements uniquement sur présentation d'un certificat médical</p>

CONTACTS :

Information technique, règlement : Christelle DECONS par mail à [artistique@roller-skating-alesien.fr](mailto:artistique@roller-skating-alesien.fr)

Pour toute autre demande : Muriel LEBLANC au 06 50 29 91 78 ou par mail [contact@roller-skating-alesien.fr](mailto:contact@roller-skating-alesien.fr)

Le planning sera établi par :

Aurélien PIERRE, Manager référent compétition ([oreliep@hotmail.com](mailto:oreliep@hotmail.com))

**Merci de respecter les dates limites d'engagement afin que nous puissions organiser au mieux l'évènement.**

**En espérant vous voir nombreux pour cette compétition !!**

Muriel LEBLANC,

# SE RESTAURER

Stand de restauration sur place, snacking.

Petit déjeuner le Dimanche sur réservation au plus tard la veille: 5 €

# SE LOGER

Anduze étant une ville touristique, on y trouve beaucoup de chambres d'hôtes, hôtels, location airbnb...

A voir La bambouseraie, le musée du Désert, les grottes de Trabuc, le train à vapeur des Cévennes

[www.mairie-anduze.com/découvrir-anduze/tourisme](http://www.mairie-anduze.com/découvrir-anduze/tourisme) [www.cevennes-tourisme.com](http://www.cevennes-tourisme.com)

Office de Tourisme d'Anduze - Plan de Brie - 30140 ANDUZE Tel : 04 66 61 98 17

mail : [contact@cevennesgrandsud.com](mailto:contact@cevennesgrandsud.com) et site : [www.anduze-tourisme.com](http://www.anduze-tourisme.com)

# VENIR A ANDUZE



**De Nîmes** : voie rapide direction Alès, sortie Anduze -> Maruejols les Gardon -> Lezan -> Attuech -> Anduze (1 H de Nîmes)

**De Montpellier** : Autoroute, sortie Lunel.-> Sommières-> Quissac-> Anduze (1 H de Lunel) ou autoroute jusque Nîmes

REGLEMENTATION REGIONALE 2  
CATEGORIES NOVICES

---

2021/2022

Réglementation Novices



CPA OCCITANIE

Saison 2021/2022

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

## Contenu

NOVICE 1 6 ans et plus .....	4
TECHNIQUE.....	4
NOVICE 2 6 ans et plus.....	5
TECHNIQUE.....	5
NOVICE 3 6 ans et plus.....	6
TECHNIQUE.....	6
EPREUVE DE DANSE.....	9
Danse Imposée .....	10
SEQUENCE CHOREGRAPHIQUE .....	11
Déboulés.....	11
Choréo Step.....	13
Annexe 1 : Serpentine NOVICE 1&2 – chassés avant.....	17
Annexe 2 : Serpentine NOVICE 3 - Chassés avant – Courus avant .....	18

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

## Les Catégories d'Âges 2021/2022

### Les catégories NOVICES

Catégorie d'âge licence	2017 et < U6	2016 U7	2015 U8	2014 U9	2013 U10	2012 U11	2011 U12	2010 U13	2009 U14	2008 U15	2007 U16	2006 U17	2005 U18	2004 U19	2003 et > Senior
Catégorie			<b>A</b>			<b>B</b>		<b>C</b>			<b>D</b>				
	Baby		Poussin Super Mini			Mini		Espoir		Cadet		Junior		Senior	

#### CATEGORIE BABY :

Ne pourront être inscrits en catégorie BABY que les patineurs U7 ayant moins de 6 ans le jour de la compétition.



# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## NOVICE 1 6 ans et plus

### TECHNIQUE

#### GENERALITES

- Possibilité de présenter deux fois le même saut sur 2 blocs différents
- Saut exécuté non répertorié : Nul
- La réception ne se fait pas sur 2 pied d'abord : QOE = -3
- Saut appel 1 pied : QOE = -3
- Bloc de pirouette 1 tour minimum

GRILLE DE SAUT		
	DESCRIPTION	NOTE DE Base
2 Blocs de sauts 1 bloc de Pirouette	Bond en patinage avant	0,15
	½ tour sur 2 pieds	0,20
	Compas	0,15

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## NOVICE 2 6 ans et plus

### TECHNIQUE

#### GENERALITES

- Possibilité de présenter deux fois le même saut sur 2 blocs différents
- Saut exécuté non répertorié : Nul
- La réception ne se fait pas sur 2 pied d'abord = QOE = -3
- Saut appel 1 pied : QOE = -3
- Bloc de pirouette
  - 1 tour minimum compas/ canadienne
  - 2 tours minimum toupie
  - Sortie obligatoire en Hr pour la toupie

GRILLE DE SAUT		
	DESCRIPTION	NOTE DE DEPART
2 Blocs de sauts	Bond en arrière réception sur 1 pied	0.20
	Enchainements de 3 ½ tour, le dernier réception sur 1 pied	0.20/0.20/0.20
1 Bloc de pirouette	Toupie, compas, canadienne	0,30 - 0,15 - 0,20

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## NOVICE 3 6 ans et plus

### TECHNIQUE

#### GENERALITES

- Possibilité de présenter deux fois le même saut sur 2 blocs différents / obligation de présenter 2 sauts différents sur 3
- Saut exécuté non répertorié : Nul
- La réception ne se fait pas sur 2 pied d'abord = saut Nul (pour les 1/2 tours)
- Saut appel 1 pied = saut nul (pour les 1/2 tours)
- Bloc de pirouette
  - 2 tours minimum toupie/ pirouette Debout
  - Sortie obligatoire en Hr

### GRILLE DE SAUT

GRILLE DE SAUT		
	DESCRIPTION	NOTE DE DEPART
3 Blocs de saut  1 Bloc de pirouette	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enchainements de 3 ½ tour, la dernier/ réception sur 1 pied</li></ul>	<b>0.20/0.20/0.20</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Saut de trois</li></ul>	<b>0.30</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Salchow ou Boucle piquée</li></ul>	<b>0.60</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Toupie – pirouette debout</li></ul>	<b>0,30 - 0,50</b>

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## QOE positifs

Les juges doivent construire leurs QOE en fonction du guide de jugement suivant :

- 0 quand les caractéristiques de base de l'élément sont observées.
- +1 quand le patineur réalise 1 caractéristique
- +2 quand le patineur réalise 2 caractéristiques
- +3 quand le patineur réalise 3 - 4 caractéristiques

## Caractéristiques

La définition d'une caractéristique est qualité typique ou composante importante de l'élément technique.

SAUTS
<ul style="list-style-type: none"><li>• Très bonne hauteur et longueur.</li><li>• Très bonne extension en réception et/ou sortie originale et créative</li><li>• Très bonne fluidité au décollage et à la réception.</li><li>• Exécution de l'élément sans effort apparent.</li></ul>

## QOE négatifs

Le tableau suivant décrit dans la partie gauche les erreurs où les juges DOIVENT appliquer la valeur du tableau et dans la partie droite les erreurs où les juges vont seulement diminuer leurs QOE quand les erreurs décrites se produisent.

Erreurs où le QOE DOIT être appliqué	Valeurs	Erreurs où le QOE peut varier	Valeurs
<b>SAUTS</b>			
Dégradé (<<<)	-3	Pas de vitesse, pas de hauteur, pas de longueur, mauvaise position aérienne	-1 or -2
Chute	-3	Incomplet (<)	-1
Réception sur deux pieds	-3	En avant (<<)	-2
Retournement	-2 or -3	Appel techniquement incorrect	-1 or -2
Deux mains au sol en réception	-3	Mauvaise fluidité et mauvais rythme en combinaison de sauts	-1 or -2
Double trois ou demi boucle piqué après la réception	-2 ou -3	Mauvaise réception (mauvaise position / mauvaise carre / frein)	-1 or -2
		Une main ou la jambe libre au sol en réception	-1

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

PIROUETTES		
QOE Négatif		QOE Positif
<b>A appliquer obligatoirement même en cas de QOE positif</b>		0 élément réalisé +1 élément avec 1 caractéristique validée +2 éléments avec 2 caractéristiques validées +3 éléments avec 3 caractéristiques validées  <b>Caractéristiques (par ordre d'importance):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacité à centrer correctement la pirouette.</li> <li>• Bon contrôle de la pirouette lors de son exécution (entrée, rotation, sortie, changement de pied/position)</li> <li>• Bonne vitesse et accélération pendant l'exécution</li> <li>• Plus de tours que le minima</li> </ul>
Chute	-3	
Deux mains au sol pour éviter la chute	-3	
<b>A déduire de l'éventuel QOE positif</b>		
Mauvaise position, lenteur	-1 à -3	
Instabilité, décentrage	-2 ou -3	
Main ou jambe libre au sol pour éviter la chute	-2 ou -3	
A-coups avant la pirouette	-2	

SAUTS									
SAUT	3	2	1	BASE	<	<<	-1	-2	-3
Bond en patinage avant	0,3	0,2	0,1	0,15	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
1/2 tour sur 2 pied	0,3	0,2	0,1	0,2	0	0	-0,05	-0,1	-0,2
Bond en réception arrière sur 1 pied	0,3	0,2	0,1	0,2	0	0	-0,05	-0,1	-0,2
3 ½ tour, le dernier réception sur 1 pied	0,3	0,2	0,1	0,20/0,20/0,20	0	0	-0,1	-0,2	-0,25
Saut de trois	0,3	0,2	0,1	0,3	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Salchow ou boucle piquée	0,3	0,2	0,1	0,6	0,42	0,3	-0,1	-0,2	-0,3
PIROUETTE									
Compas	0,3	0,2	0,1	0,15	0	0	-0,05	-0,1	-0,15
Canadienne	0,3	0,2	0,1	0,2	0	0	-0,05	-0,1	-0,2
Toupie	0,3	0,2	0,1	0,3	0	0	-0,1	-0,2	-0,3
Pirouette Debout	0,3	0,2	0,1	0,5	0	0	-0,1	-0,2	-0,3

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

## EPREUVE DE DANSE

### EPREUVE DANSE

L'épreuve de Danse est un programme en musique de **1 min 30 à 2 min**

\*Danse imposée : **Tempos autorisés : 100-104-108-112**

\*Partie libre ( Déboulés / Choréo step) : Classic Medley ou Musique LIBRE

L'ordre des éléments est imposé :

1. Danse imposée
2. Séquence de déboulés
3. Choreo Step

Chaque élément technique recevable est crédité d'une valeur de base et une note de qualité d'exécution.

Deux critères « chorégraphie » et « performance » sont évalués tout au long de l'épreuve sur les critères suivants :

- Chorégraphie
  - Le schéma, l'espace au sol utilisé
  - L'utilisation multidimensionnelle de l'espace, la conception des mouvements
  - Tempo
- Performance
  - Capacité à se mouvoir (souplesse, habileté, utilisation de l'espace, variété de mouvements)
  - Intention chorégraphique (capacité à identifier le thème, l'histoire, l'idée, le personnage, cohérence avec la musique)

La qualité de patinage est évaluée tout au long de l'épreuve sur trois critères :

- La posture :
  - Stabilité
  - Bonne utilisation des inclinaisons
- La qualité des poussées :
  - Bonne utilisation de la flexion de cheville
  - Poussées complètes et efficaces
- Vitesse

L'épreuve de Danse consiste à réaliser 1/2 tour d'une séquence de Danse imposée.

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

## Danse Imposée

Le demi-tour de danse imposée comporte deux sections, chaque section sera évaluée séparément.

La danse est réalisée sur une musique officielle au choix. Elles sont téléchargeables depuis le site web de la fédération : [Répertoire des musiques Challenge](#)

Le premier pas du tour de danse imposée doit être à la gauche du jury. Dans le cas contraire, le jury interrompra la prestation et indiquera au patineur le point et le sens de départ.

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## SEQUENCE CHOREGRAPHIQUE

### Déboulés

Les valeurs des sections de danses imposées sont les suivantes :

Danse imposée	0	1	2	3	4	5
Danse niveau 1	0	0,4	0,8	1,6	2,4	3,2
Danse niveau 2	0	0,9	1,8	2,6	3,4	4,2
Danse niveau 3	0	1,4	2,8	3,6	4,4	5,2

Une erreur est définie par :

- La mauvaise exécution technique d'un pas  
ou
- La durée incorrecte de réalisation d'un pas  
ou
- La réalisation d'un pas en dehors du tempo  
ou
- Non répétition du premier pas de la danse à la fin du tour

LEVEL	0	1	2	3	4	5
Nombre d'erreurs	Plus de 8 erreurs	7 ou 8 erreurs	5 ou 6 erreurs	3 ou 4 erreurs	1 ou 2 erreurs	Aucune erreur

### Séquence de Déboulés

Un déboulé est une succession de retournements sur 2 pieds avec un rythme régulier ,  
Avec au minimum 2 tours de rotation.

Catégorie	Déboulés à réaliser
Novice Niveau 1	Déboulés d'1/2 tour, puis 3 pas maximum, puis déboulés d'1/2 tour dans l'autre sens
Novice Niveau 2	Déboulés d'1 tour, puis 3 pas maximum, puis déboulés d'1 tour dans l'autre sens
Novice Niveau 3	Déboulés de 2 tours, puis 3 pas maximum, puis déboulés de 2 tours dans l'autre sens

le score de la séquence de déboulé dépend du QOE appliqué par le Jury:

Déboulés	QOE			
	0	1	2	3
Novice Niveau 1	0	1,5	2	2,5
Novice Niveau 2	0	2	2,5	3
Novice Niveau 3	0	2,5	3	3,5

Dans le cas où l'un des déboulés n'est pas valide (rythme discontinu), le QOE est 0.

Si les déboulés sont correctement réalisés (rythme constant), le QOE est 1.

Si les deux déboulés sont correctement réalisés et qu'une position difficile est réalisée, le QOE est 2.

Si les deux déboulés sont tous deux correctement réalisés avec positions difficiles différentes, le QOE est 3.

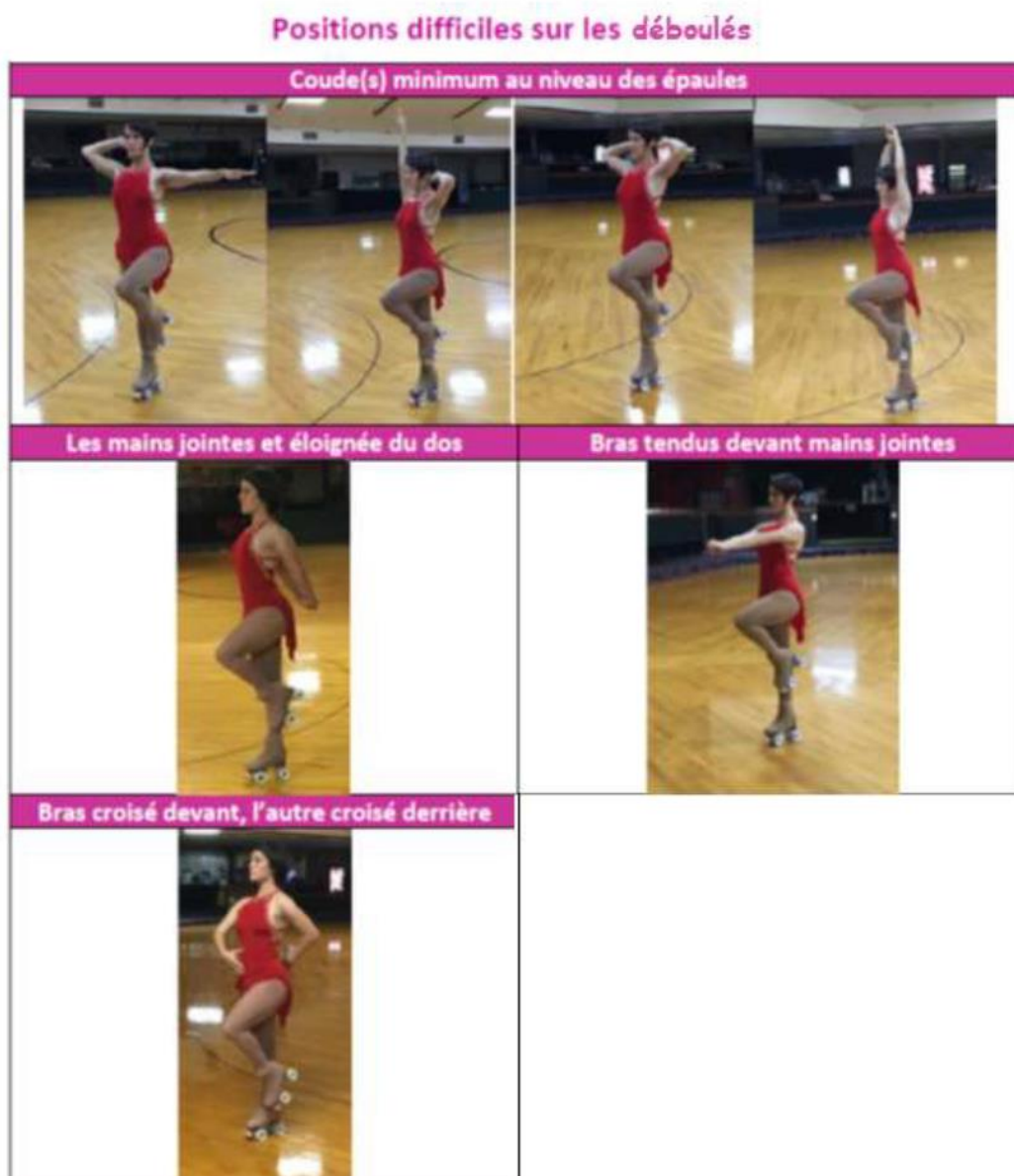
Les deux déboulés ne peuvent être de même sens.



# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

Pour les positions difficiles des déboulés seuls les bras sont considérés



# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## Choréo Step

### Choreo Step

- C'est une séquence d'éléments semi-imposés, qui permet aux patineurs de démontrer : capacité à patiner, créativité, capacité chorégraphique, originalité, musicalité, avec des mouvements du corps, en utilisant l'intégralité de l'espace personnel.
- Le choix des musiques est libre
  - La séquence doit commencer par une position arrêtée ou depuis un « stop and go ».
  - Il n'y a aucun schéma obligatoire à suivre.
  - Les arrêts supérieurs à 3 secondes ne sont pas autorisés pendant la séquence.
  - La choréo step doit contenir 2 attitudes imposées parmi :
    - Une attitude réalisée sur un pied La position doit être maintenue pendant au moins 3 secondes ou sur 10 mètres (cf. liste des attitudes autorisées sur 1 pied)
    - Une attitude réalisée sur deux pieds. La position doit être maintenue pendant au moins 3 secondes ou sur 10 mètres (cf. liste des attitudes autorisées sur 2 pieds)
  - Seules les attitudes autorisées sont prises en compte

Le niveau des attitudes présentées est défini en fonction du tableau ci-dessous :

NIVEAU	ATTITUDES
1	Les deux attitudes sont de niveau faible
2	L'une des attitudes est de niveau moyen
3	L'une des attitudes est de niveau fort
4	Les deux attitudes sont de niveau fort

	-3	-2	-1	Base	+1	+2	+3
Pas de valeur				0			
Niveau 1	0,7	0,8	0,9	1,0	1,1	1,2	1,3
Niveau 2	1,2	1,3	1,4	1,5	1,6	1,7	1,8
Niveau 3	1,4	1,6	1,8	2,0	2,2	2,4	2,6
Niveau 4	1,9	2,1	2,3	2,5	2,7	2,9	3,1

SEQUENCES D'ATTITUDES							
ASPECTS	MEDIOCRE	TRES FAIBLE	FAIBLE	CORRECT	BON	TRES BON	EXCELLENT
	-3	-2	-1	Base	+1	+2	+3
Entrée Sortie	Maladroit sans équilibre	Hésitant Peu de contrôle	Brutal	Sûr Stable	Sûr Lisse	Avec facilité	Sans couture
Carres	Très plates Chancelant	Plat Hésitant	Quelques carres plates Stabilité variable	Peu profondes Stable	Bonnes courbes sûr	Profond Confiant	Très profond Audace

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

## Attitudes autorisées sur 2 pieds

### PIVOT

Rotation sur le frein d'un patin tandis que l'autre patin trace un cercle

Difficulté : **FAIBLE**



### Fente

Le patineur roule sur 2 pied, un pied devant l'autre derrière; jambe de devant fléchie; celle de derrière tendue; peut être exécuter en courbe intérieure ou extérieure.

Difficulté : **FAIBLE**



### Accroupi

Equilibre sur 2 pieds - position assise : accroupi

Difficulté : **FAIBLE**



### AIGLE

Le patineur roule sur ses 2 pieds, les orteils tournés vers l'extérieur et les talons se font face. Les jambes sont en ouverture  
1/2 aigle Royal appuis sur 6 roues  
Aigle royal appuis sur 4 roues

Difficulté : **MOYENNE** 1/2 aigle R / **DIFFICILE** Aigle Royal



### AIGLE

Le patineur roule sur ses 2 pieds, les orteils tournés vers l'extérieur et les talons se font face. Les jambes sont en ouverture et tendues. Il peut être exécuté sur la courbe intérieure (appelé petit aigle) ou sur la courbe extérieure (appelé grand aigle).

Difficulté : **MOYENNE** (petit aigle) / **DIFFICILE** (grand aigle)



### CANADIENNE

Rotation en carre dehors autour d'un point fixe matérialisé par le frein. Les jambes sont fléchies et l'ouverture de hanche maximale.

Difficulté : **MOYENNE**



### Fente Ina Bauer

Le patineur roule en courbe avec les patins en parallèle. Il a la jambe arrière tendue en dedans, buste droit ou cambré.

Difficulté : **MOYENNE** / **DIFFICILE** (dos cambré)



# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

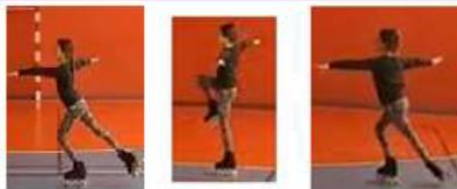
## Attitudes autorisées sur 1 pied

### Equilibres de bases

Equilibres sur un pied - Buste en position verticale

Planeur / Cigogne / Cygne

Difficulté : **FAIBLE**



### ARABESQUE

Le patineur roule en courbe sur une jambe tendue et la jambe est tendue derrière le corps à la hauteur des hanches minimum (au moins à un angle de 90°).



Difficulté : **FAIBLE** (buste face au sol) / **MOYENNE** (buste perpendiculaire au sol)

### PISTOLET

Le patineur roule en courbe avec les hanches plus basses que le genou porteur.

La position du dos peut être plutôt verticale, ou inclinée en avant plutôt parallèle à la jambe libre.

La descente est imposée sur un pied.



Difficulté : **FAIBLE** (dos droit) / **DIFFICILE** (dos en avant)

### CYGNE

Roule sur un pied jambe très fléchie en dedans (angle du genou inférieur à 90°), l'autre jambe tendue croisée derrière le pied porteur.



Difficulté : **MOYENNE**

### Y et I

Le patineur roule en courbe sur une jambe tendue et tient le pied de la jambe libre sur le côté. Les deux jambes sont tendues. L'angle est supérieur à 140°.



Difficulté : **MOYENNE** / **DIFFICILE** (attrapé avec la main inverse)

### Biellmann

Le patineur roule en courbe sur une jambe tendue. L'autre pied est ramené au-dessus de la tête en position Biellmann et peut être tenu avec une ou deux mains.



Difficulté : **DIFFICILE**

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

## Renversée

Le patineur roule en carre. La position arabesque est réalisée avec le dos face au sol.

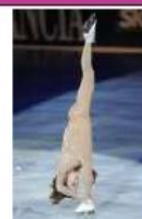
Difficulté : **DIFFICILE**



## Charlotte

Le patineur roule avec la jambe libre à la verticale et le dos incliné vers le bas en tenant la cheville du pied porteur.

Difficulté : **DIFFICILE**



## Albatros

Le patineur roule en carre avec la jambe placée latéralement et le pied libre plus haut que la hanche libre. Le dos est incliné en arrière.

Difficulté : **DIFFICILE**



## Anneau

Le patineur roule en carre en position Arabesque avec la jambe libre tenue. La position doit ressembler à un "donut", avec le pied et le genou de la jambe libre à la même hauteur que la tête. Les épaules doivent être tournées jusqu'à ce qu'elles soient perpendiculaires au sol.

Difficulté : **DIFFICILE**



## Pénalités

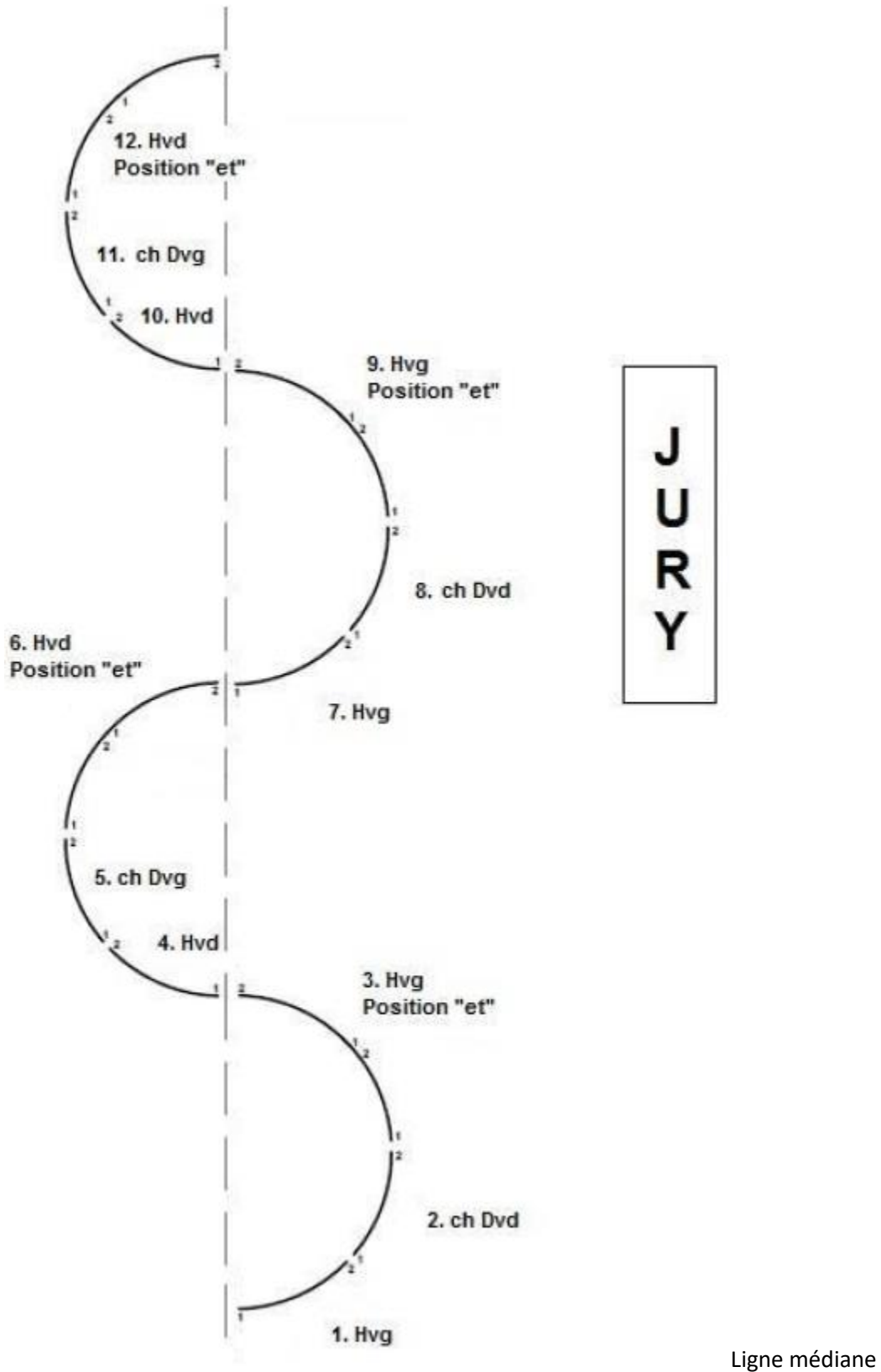
Déduction de 1 point par chute sur le score total.

Non prise en compte de la danse imposée dans le cas où le démarrage n'est pas démarré à la gauche du jury.

# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

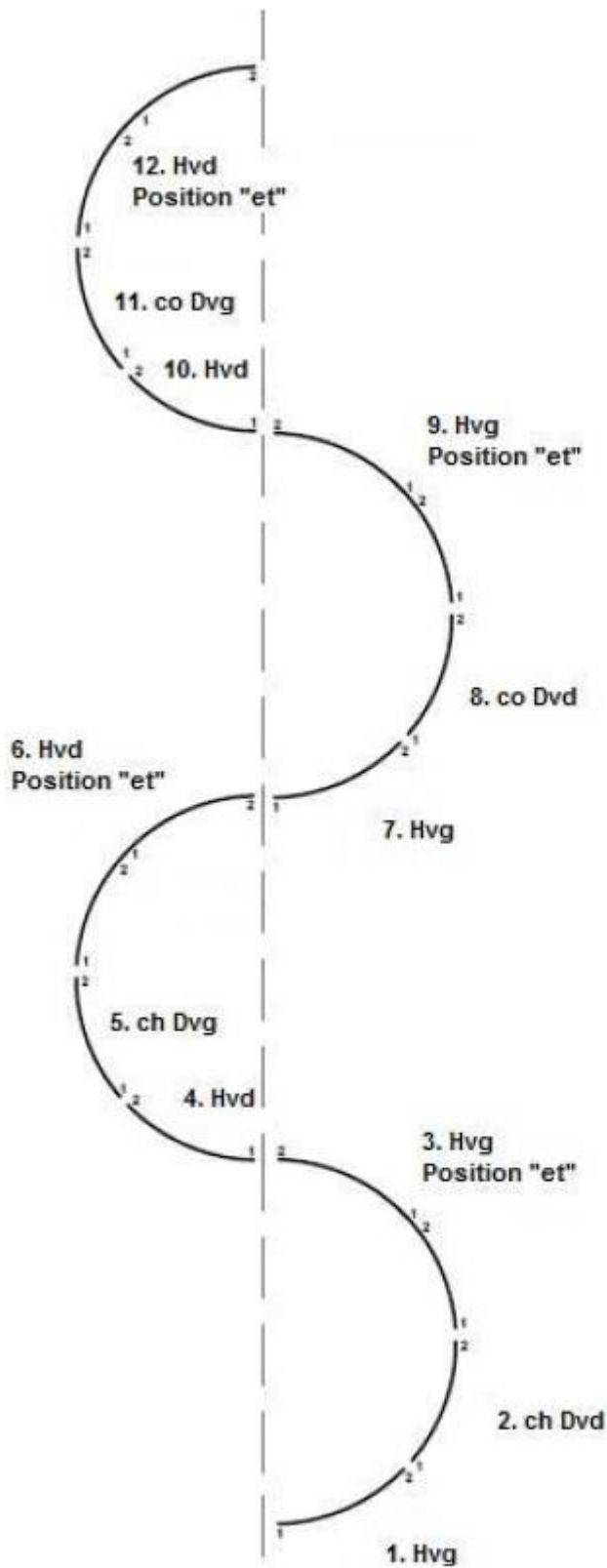
## Annexe 1 : Serpentine NOVICE 1&2 – chassés avant



# REGLEMENTATION REGIONALE 2021/2022 – CATEGORIES NOVICES

---

## Annexe 2 : Serpentine NOVICE 3 - Chassés avant – Courus avant



**J  
U  
R  
Y**

Ligne médiane