

**STUPNE OBTIAŽNOSTI (LEVELY), KATEGÓRIA SÓLO – SENIORI, JUNIORI, ŽIACTVO  
SEZÓNA 2011-2012**

**Počet požadovaných podmienok pre Levely: 2 pre Level 2, 3 pre Level 3, 4 pre Level 4**

<p><b>Krokové pasáže</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Jednoduchá rozmanitosť (Level 2), rozmanitosť (Level 3), komplexnosť (Level 4) obrátov a krokov počas celej krokovej pasáže (<b>povinné</b>)</li> <li>2) Otáčanie (obraty, kroky) v oboch smeroch (doľava a doprava) s rotáciou celého tela a celkovým pokrytím najmenej 1/3 kresby pre každý smer rotácie</li> <li>3) Využitie pohybu hornej časti tela <u>najmenej v 1/2 kresby krokovej pasáže</u></li> <li>4) Minimálne polovica kresby krokovej pasáže predvedená na jednej nohe</li> <li>5) <u>Dve rôzne kombinácie z troch zložitých obrátov (zvraty, protizvraty, protitrojky, twizzle, kľučky) predvedené rýchlo počas krokovej pasáže</u></li> </ol>
<p><b>Všetky piruety</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) 1 zložitá variácia v základnej polohe alebo (len pre kombinované piruety) v medzipolohe</li> <li>2) Druhá zložitá variácia v základnej polohe, ktorá musí byť <u>viditeľne odlišná od prvej variácie a:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• v piruetách v jednej polohe so zmenou nohy – na druhej nohe ako prvá</li> <li>• v kombinovaných piruetách bez zmeny nohy – v inej polohe ako prvá</li> <li>• v kombinovaných piruetách so zmenou nohy – na druhej nohe a v inej polohe ako prvá</li> </ul> </li> <li>3) Zmena nohy vykonaná skokom</li> <li>4) Zadný vjazd / Zložitá variácia vjazdu skokom do piruety/ Dopad na odrazovú nohu alebo zmena nohy pri dopade v skoku do nízkej piruety</li> <li>5) Jasná zmena hrany v nízkej (len zo zadnej vnútornej do prednej vonkajšej), v piruete vo váhe, <u>zaklonenej/uklonenej a Biellmannovej polohe</u></li> <li>6) Všetky tri základné polohy na každej nohe</li> <li>7) Pirueta v oboch smeroch nasledujúcich okamžite za sebou v nízkej piruete alebo v piruete vo váhe</li> <li>8) Najmenej 8 otočiek bez akejkoľvek zmeny polohy/variácie, nohy alebo hrany (váha, <u>zložitá nízka</u>, zaklonená, zložitá variácia vysokej) - počítajú sa jedenkrát pre piruetu</li> </ol> <p><b>Dodatočné podmienky pre zaklonenú/uklonenú piruetu:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>9) 1 <u>jasná</u> zmena polohy zo záklonu do úklonu alebo naopak, najmenej 3 otočky v každej polohe (počítajú sa aj vtedy ak je zaklonenka/uklonenka súčasťou akejkoľvek inej piruety)</li> <li>10) Biellmannovej poloha po zaklonenej/uklonenej piruete (KP – po 8 otočkách v zaklonenej/uklonenej piruete)</li> </ol> <p><b>Zadný vjazd a <u>vjazd skokom do piruety</u>, zmena hrany a akýkoľvek typ zložitej variácie v piruetách sa počítajú ako podmienka pre zvýšenie levelu len jedenkrát za program (v prvej piruete, v ktorej sa o ňu pretekár pokúsi).</b></p> <p><b>Pre kombinovanú piruetu so zmenou nohy sú povinné všetky tri základné polohy pre levely 2 – 4 v krátkom programe i voľnej jazde.</b></p> <p><b>Pre piruety so zmenou nohy je povinná aspoň jedna základná poloha na každej nohe pre levely 2 – 4 v krátkom programe i voľnej jazde.</b></p> <p><b>V akejkoľvek piruete so zmenou nohy maximálne množstvo podmienok dosiahnutých na jednej nohe je dva (2).</b></p>

## VYSVETLIVKY : STUPNE OBTIAŽNOSTI (LEVELY) PRE SÓLISTOV – KROKY, ŠPIRÁLY, PIRUETY, sezóna 2011-2012

### KROKOVÉ PASÁŽE

**Druhy obrátov (predvedené na jednej nohe):** trojky, twizzle, protitrojky, klučky, zvraty, protizvraty

**Druhy krokov (predvedené na jednej nohe kedykoľvek je to možné):** špičkové kroky, chassé, mohawky, choctaw, vlnovky (oblúky so zmenou hrany), cross-rolly, beh.

**Jednoduchá rozmanitosť:** Musí obsahovať najmenej **7** obrátov a **4** kroky. Žiadny z jednotlivých druhov sa nemôže počítať viac ako 2 krát.

**Rozmanitosť:** Musí obsahovať najmenej **9** obrátov a **4** kroky. Žiadny z jednotlivých druhov sa nemôže počítať viac ako 2 krát.

**Komplexnosť:** Musí obsahovať najmenej **5** rôznych druhov obrátov a **3** rôzne druhy krokov všetky predvedené najmenej 1krát v oboch smeroch.

**Využitie pohybov hornej časti tela** znamená viditeľné použitie akéhokoľvek pohybu paží, hlavy, trupu, ktorý má vplyv na rovnováhu hlavného ťažiska tela celkovo najmenej v  $\frac{1}{2}$  kresby krokovej pasáže.

**Dve kombinácie zložitých obrátov (zvraty, protizvraty, protitrojky, twizzle, kľučky) predvedené rýchlo počas krokovej pasáže sa považujú za rovnaké, ak pozostávajú z rovnakých obrátov vykonaných v rovnakom poradí a na rovnakých hranách.**

### PIRUETY

**Polohy:** Sú 3 základné polohy: **vo váhe** (voľná noha vzadu s kolenom vyššie ako úroveň bokov, avšak zaklonená/uklonená pirueta, Biellmanovej pirueta a podobné variácie sú stále považované za vysokú piruetu), **nízka** (horná časť korčuľujúcej/idúcej nohy je minimálne paralelné s ľadom), **vysoká** (akákoľvek poloha s vystretou alebo takmer vystretou korčuľujúcou/ idúcou nohou, ktorá nie je polohou vo váhe) a prechodné pozície / tzv. medzipolohy (všetky ostatné polohy).

**Kombinované piruety:** počet otočiek v prechodných polohách / medzipolohách sa započítava do celkového počtu otočiek; medzipoloha môže byť posúdená ako zložitá variácia v prípade, ak je splnená definícia zložitej variácie, ale zmena polohy môže byť jedine z jednej základnej polohy do inej základnej polohy.

**Pirueta v jednej polohe a skok do piruety:** prechodné polohy sú povolené, sú počítané do celkového počtu otočiek požadovaných pravidlami, ale nie sú platné ako podmienka pre zvýšenie levelu.

**Zmena hrany** môže byť zarátaná jedine vtedy, ak je predvedená v základnej nízkej polohe (zo zadnej vnútornej do prednej vonkajšej) alebo v polohe vo váhe. Aby sa zmena hrany mohla započítať, je potrebné predviesť najmenej 2 celé otočky na jednej hrane nasledované najmenej 2 celými otočkami na druhej hrane v rovnakej základnej polohe.

### Variácie v piruetách.

**Jednoduchá:** Jednoduchá variácia polohy je pohyb časti tela, nohy, ramena, ruky alebo hlavy, ktorý vylepšuje, ale nezmení základnú polohu ťažiska tela. Jednoduchá variácia NEZVYŠUJE level.

**Zložitá:** Zložitá variácia polohy je pohyb časti tela nohy, ramena, ruky alebo hlavy, ktorý vyžaduje viac fyzickej sily alebo ohybnosti a má vplyv na rovnováhu a základné ťažisko tela. Len tieto variácie môžu zvyšovať level.

### Poznámky:

- žiadny vjazd a vjazd skokom do piruety, zmena hrany a akýkoľvek typ zložitej variácie v piruetách sa počíta ako podmienka na zvýšenie levelu len jedenkrát za program (v prvej piruete, v ktorej sa o ňu pretekár/ka pokúsi. Vjazd normálnym *skokom do libely* sa nepočíta ako podmienka na zvýšenie levelu, ale počíta sa ako pokus;
- pre polohu *vo váhe*, *nízku* a *zaklonenú/uklonenú*: jasné zvýšenie rýchlosti rotácie po ustálení polohy je považované za zložitú variáciu;
- pirueta *vo váhe* zahŕňa aj polohu s vytočením hornej časti tela približne o 180° (poloha tvárou hore);
- v akejkolvek piruete jasný skok počas piruety s odrazom a dopadom na tú istú nohu (najmenej 2 otočky pred a po skoku v základnej polohe) bude považovaný za zložitú variáciu;
- aby zadný vjazd mohol byť zarátaný ako podmienka zvyšujúca level, vyžaduje sa predviesť najmenej 2 otočky na zadnej vonkajšej hrane.

**Piruety v oboch smeroch:** Predvedenie piruet s rotáciou v oboch smeroch (v smere a proti smeru hodinových ručičiek), ktoré nasledujú okamžite za sebou, budú považované za dodatočnú podmienku zvyšujúcu level vo všetkých leveloch v základných polohách nízkej a vo váhe. Požadované sú minimálne 3 otočky v každom smere. Pirueta s rotáciou v oboch smeroch (v smere a proti smeru hodinových ručičiek), ako je uvedené vyššie, sa posudzuje ako jedna pirueta.

**Zmena nohy:** Aby bola uznaná zmena nohy v piruete, požadujú sa najmenej 3 otočky pred a po zmene nohy.

### Piruety začínajúce skokom do piruety / Skoky do piruety:

V prípade "prekročenia" (namiesto skoku) v krátkom programe level nemôže byť vyšší ako 1, vo voľnej jazde sa toto nepočíta ako podmienka zvyšujúca level; v skoku do nízkej piruety "dopad na odrazovú nohu alebo zmena nohy pri dopade" sa počíta ako podmienka zvyšujúca level len v prípade dosiahnutia polohy nízkej piruety vo vzduchu.

Schválené VV SKrZ 27.07.2011