

## STUPNE OBTIAŽNOSTI (LEVELY), KATEGÓRIA SÓLO, SEZÓNA 2013-2014

**Počet požadovaných podmienok pre Levely: 1 pre Level 1, 2 pre Level 2, 3 pre Level 3, 4 pre Level 4**

<b>Krokové pasáže</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) <u>Minimálna rozmanitosť (Level 1)</u>, jednoduchá rozmanitosť (Level 2), rozmanitosť (Level 3), komplexnosť (Level 4) obrátov a krokov počas celej krokovej pasáže (<b>povinné</b>)</li> <li>2) Otáčanie (<del>obraty, kroky</del>) 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 najmenej v 1/3 kresby krokovej pasáže</li> <li>4) Dve rôzne kombinácie z 3 zložitých obrátov (zvraty, protizvraty, protitrojky, twizzle, kľučky) predvedené rýchlo <u>so zreteľným rytmom</u> počas krokovej pasáže</li> </ol>
<b>Všetky piruety</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Zložité variácie (počíta sa toľkokrát, koľkokrát sú predvedené s obmedzeniami špecifikovanými nižšie)</li> <li>2) Zmena nohy vykonaná skokom</li> <li>3) Skok počas piruety bez zmeny nohy</li> <li>4) Zložitá variácia vjazdu skokom do piruety/ Dopad na odrazovú nohu alebo zmena nohy pri dopade v skoku do nízkej piruety</li> <li>5) Zadný vjazd</li> <li>6) Jasná zmena hrany v nízkej (len zo zadnej vnútornej do prednej vonkajšej), v piruete vo váhe, zaklonenej/uklonenej a Biellmannovej polohe</li> <li>7) Všetky 3 základné polohy na každej nohe</li> <li>8) Pirueta v oboch smeroch nasledujúcich okamžite za sebou v nízkej piruete alebo v piruete vo váhe</li> <li>9) Jasný zrýchlenie v piruete vo váhe, v nízkej, zaklonenej/uklonenej alebo v Biellmannovej polohe.</li> <li>10) Najmenej 8 otočiek bez akejkoľvek zmeny polohy/variácie, nohy alebo hrany (váha, zaklonená/uklonená zložitá variácia akejkoľvek základnej polohy alebo len pre kombinované piruety nezakladnej polohy)</li> </ol> <p><b>Dodatočné podmienky pre zaklonenú/uklonenú piruetu:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11) 1 jasná zmena polohy zo záklonu do úklonu alebo naopak, najmenej 3 otočky v každej polohe (počíta sa aj vtedy ak je zaklonenka/uklonenka súčasťou akejkoľvek inej piruety)</li> <li>12) Biellmannovej poloha po zaklonenej/uklonenej piruete (KP – po 8 otočkách v zaklonenej/uklonenej piruete)</li> </ol> <p><b>Podmienky 2-9, 11, 12 sa počítajú iba jedenkrát za program (prvýkrát, kedy sa o ne pretekár/ka pokúsil/a). Podmienka 10 sa počíta iba jedenkrát za program (<u>v prvej piruete</u>, kde je úspešne predvedená; <u>ak je v tejto piruete predvedených 8 otočiek na každej nohe, môže sa počítať ktorákoľvek z nich podľa zásady v prospech pretekára</u>).</b></p> <p><b>Akákoľvek kategória zložitej variácie piruety v základnej polohe sa počíta iba jedenkrát za program (prvýkrát, kedy sa o ne pretekár/ka pokúsil/a). Zložitá variácia v nezakladnej polohe sa počíta jedenkrát za program len v kombinovanej piruete (prvýkrát, kedy sa o ňu pokúša).</b></p> <p><b>V akejkoľvek piruete so zmenou nohy maximálne množstvo podmienok dosiahnutých na jednej nohe je dva (2).</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 <u>1 – 4 v krátkom programe</u> i vo voľnej jazde.</b></p>

## VYSVETLIVKY: STUPNE OBTIAŽNOSTI (LEVELY) PRE SÓLISTOV, sezóna 2013-2014

### 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.

**Minimálna rozmanitosť:** Musí obsahovať najmenej 5 obrátov a 2 kroky. Žiadny z jednotlivých druhov sa nemôže počítať viac ako 2 krát.

**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 1/3 kresby krokovej pasáže.

**Dve kombinácie zložitých obrátov** (zvraty, protizvraty, protitrojky, twizzle, klučky) sa považujú za rovnaké, ak pozostávajú z rovnakých obrátov vykonaných v rovnakom poradí a na rovnakých hranách a na tej istej nohe.

### 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 mierne ohnutou korčuľujúcou/ idúcou nohou, ktorá nie je polohou vo váhe) a nezákladné polohy (všetky ostatné polohy predtým nazývané medzipolohy).

**Kombinované piruety:** počet otočiek v nezákladných polohách sa započítava do celkového počtu otočiek; nezákladná poloha 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:** nezákladné 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 obsahuje 2 celé otočky na jednej hrane a 2 celé otočky na druhej hrane v tej istej 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.

**Skoky do piruety / Vjazdy skokom do piruety:** v prípade „prekročenia“ v krátkom programe level nemôže byť vyšší ako 1, vo voľnej jazde sa nepočíta len podmienka na zvýšenie levelu; v skoku do nízkej piruety „dopad na odrazovú nohu alebo zmena nohy pri dopade“ sa počíta ako podmienka na zvýšenie levelu len v prípade, keď je dosiahnutá poloha vo vzduchu.

Vo voľnej jazde normálny/ obyčajný skok do libely neblokuje možnosť započítať zložitý vjazd skokom do piruety ako podmienku na zvýšenie levelu.

**Zadný vjazd:** aby sa mohol započítať ako podmienka na zvýšenie levelu, zadný vjazd vyžaduje najmenej 2 otočky na zadnej vonkajšej hrane.

**Piruety v oboch smeroch:** Predvedenie piruet v oboch smeroch (v smere a protismeru hodinových ručičiek), ktoré nasledujú okamžite za sebou, bude ocenené tak, že sa to započíta ako dodatočná podmienka pre zvýšenie levelu vo všetkých leveloch v základnej polohe nízkej a piruety vo váhe. Požadujú sa minimálne 3 otočky v každom smere. Pirueta predvedená v oboch smeroch (v smere a proti smeru hodinových ručičiek), ako je uvedené vyššie, sa považuje za jednu piruetu.

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