

Уровень выполнения	Программа	Пол, возраст	Время выполнения программ (мин. сек.)	Коэффициент компонентов	Перечень элементов, подлежащих исполнению в программе
МС	Короткая программа	Мужчины Женщины	до 2.30	0.5	<p>1. Одинарный, двойной или тройной прыжок Аксель.</p> <p>2. Любой прыжок в два и более оборотов, которому непосредственно предшествуют соединительные шаги и/или сравнимые движения произвольного катания.</p> <p>3. Каскад, состоящий из двух прыжков: двойного, тройного или четверного + двойного или тройного прыжков. Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков.</p> <p>4. Прыжок во вращение, только в одну позицию, без смены ноги (минимум пять оборотов).</p> <p>5. Вращение либела со сменой ноги или волчок со сменой ноги для мужчин, позиция должна отличаться от позиции прыжка во вращение (минимум пять оборотов на каждой ноге). Вращение «Заклон» вбок или назад для женщин и юниорок(минимум четыре оборота). Заход прыжком и смена ноги запрещены.</p> <p>6. Комбинированное вращение с только одной сменой ноги (минимум четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен.</p> <p>7. Дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений – любой. Оцениваются пять компонентов: Навыки катания. Переходы Представление программы. Хореография. Интерпретация. Снижение за каждое падение - 1.0 балл.</p>

МС	Произвольная программа	Мужчины	4.00 - 4.30	1,4	<p>1. Максимум семь прыжковых элементов, один из которых должен быть прыжок Аксель. Допускается не более трех каскадов или комбинаций прыжков: Только один каскад может состоять из трех прыжков, два других каскада могут состоять из двух прыжков. Комбинация прыжков может состоять только из двух прыжков: первым может быть любой прыжок с любым количеством оборотов + одинарный, двойной или тройной Аксель, выполненный без подскока. Любой прыжок в один оборот и только два любых прыжка в два и более оборотов могут быть исполнены два раза за программу. Повтор прыжка разрешен только в каскаде или комбинации.</p> <p>2. Максимум три вращения: - вращение в одной позиции без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен; - прыжок во вращение без смены ноги и позиции (минимум четыре оборота); - комбинированное вращение без смены / со сменой ноги (минимум пять оборотов /восемь оборотов в сумме).</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - любой; Оцениваются пять компонентов: Навыки катания. Переходы. Представление программы. Хореография. Интерпретация. Снижение за каждое падение - 1.0 балл. Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
		Женщины	4.00 (+/- 10 сек)	1,2	

КМС	Короткая программа	<p>Мужчины, юниоры (12-18год)</p> <p>Женщины, Юниорки (12-18год)</p>	до 2.30	0.5	<p>1. Одинарный, двойной или тройной прыжок Аксель.</p> <p>2. Любой прыжок в два и более оборотов, которому непосредственно предшествуют соединительные шаги и/или сравнимые движения произвольного катания.</p> <p>3. Каскад, состоящий из двух прыжков: Двойного, тройного или четверного + одинарного, двойного или тройного прыжков.</p> <p>Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков.</p> <p>4. Прыжок во вращение без смены ноги и позиции (минимум пять оборотов).</p> <p>5. Вращение «Либела» со сменой ноги или «Волчок» со сменой ноги для мужчин и юниоров, позиция должна отличаться от позиции прыжка во вращение (минимум четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен. Вращение «Заклон» вбок или назад для женщин и юниорок (минимум четыре оборота). Заход прыжком и смена ноги в «Заклоне» запрещены.</p> <p>6. Комбинированное вращение с только одной сменой ноги (минимум четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен.</p> <p>7. Дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений – любой.</p> <p>Оцениваются пять компонентов: Навыки катания. Переходы. Представление программы. Хореография. Интерпретация. Снижение за каждое падение - 1.0 балл.</p>
-----	--------------------	--	---------	-----	---

КМС	Произвольная программа	Мужчины, юниоры (12-18 год)	4.00 - 4.30	1,4	<p>1. Максимум шесть прыжковых элементов, один из которых должен быть прыжок Аксель. Допускается не более трех каскадов или комбинаций прыжков. Только один каскад может состоять из трех прыжков, два других каскада могут состоять из двух прыжков. Комбинация прыжков может состоять только из двух прыжков: первым может быть любой прыжок с любым количеством оборотов + одинарный или двойной Аксель, выполненный без подскока.</p> <p>Любой прыжок в один оборот и только два любых прыжка в два и более оборотов могут быть исполнены два раза за программу. Повтор прыжка разрешен только в каскаде или комбинации.</p> <p>2. Максимум три вращения: - вращение в одной позиции без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге); - прыжок во вращение без смены ноги и позиции (минимум четыре оборота); - комбинированное вращение без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или восемь оборотов в сумме).</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений – любой. Оцениваются пять компонентов: Навыки катания. Переходы. Представление программы. Хореография. Интерпретация.</p> <p>Снижение за каждое падение - 1.0 балл. Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
		Женщины, Юниорки (12-18 год)	3.30 - 4.00	1,2	

I спортивный разряд	Короткая программа	<p>Мужчины, юниоры (12-18год) Юноши (10-15 лет)</p> <p>Женщины, Юниорки (12-18год) Девушки (10-15 лет)</p>	до 2.15	0.5	<p>1. Одинарный или двойной Аксель.</p> <p>2. Любой прыжок в два и более оборотов, которому непосредственно предшествуют соединительные шаги и/или сравнимые движения произвольного катания;</p> <p>3. Каскад, состоящий из двух прыжков: Двойного + одинарного, двойного или тройного прыжков.</p> <p>Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков.</p> <p>4. Прыжок во вращение без смены ноги и позиции (минимум пять оборотов).</p> <p>5. Вращение «Либела» со сменой ноги или «Волчок» со сменой ноги, позиция должна отличаться от позиции прыжка во вращение (минимум четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен.</p> <p>6. Комбинированное вращение с только одной сменой ноги (минимум четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен.</p> <p>7. Дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений – не выше третьего. Оцениваются четыре компонента: Навыки катания. Переходы. Представление программы. Интерпретация.</p> <p>Снижение за каждое падение – 0,5 балла.</p>
---------------------	--------------------	--	---------	-----	---

<p>I спортивный разряд</p>	<p>Произвольная программа</p>	<p>Мужчины, юниоры (12-18год) юноши (10-15 лет) Женщины, юниорки (12-18год) девушки (10-15 лет)</p>	<p>3.30 (+/- 10 сек)</p>	<p>1.4</p>	<p>1. Максимум пять прыжковых элементов для женщин, юниорок и девушек и шесть прыжковых элементов для мужчин, юниоров и юношей, один из которых должен быть прыжок Аксель. Допускается не более двух каскадов или комбинаций прыжков: Один каскад может состоять из трех прыжков, другой из двух прыжков. Комбинация прыжков может состоять только из двух прыжков: первым может быть любой прыжок с любым количеством оборотов + одинарный или двойной Аксель, выполненный без подскока. Только два прыжка в один и более оборотов могут быть повторены в каскаде или комбинации.</p> <p>2. Максимум три вращения: - вращение в одной позиции без смены или со сменой ноги(минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком запрещен. - прыжок во вращение без смены ноги и позиции (минимум четыре оборота). - комбинированное вращение без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или восемь оборотов в сумме). Заход прыжком запрещен.</p> <p>3.Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4.Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - не выше третьего. Оцениваются четыре компонента: Навыки катания. Переходы. Представление программы. Интерпретация.</p> <p>Снижение за каждое падение - 0.5 баллов.</p> <p>Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
------------------------------------	-----------------------------------	--	-----------------------------------	------------	--

<p>II спортивный разряд</p>	<p>Произвольная программа</p>	<p>Мужчины, юниоры (12-18год) юноши (10-15 лет) Женщины, юниорки (12-18год) девушки (10-15 лет)</p>	<p>3.30 (+/- 10 сек)</p>	<p>1.6</p>	<p>1. Максимум пять прыжковых элементов, один из которых должен быть прыжок Аксель. Допускается не более двух каскадов или комбинаций прыжков. Каскад состоит только из двух прыжков. Комбинация прыжков может состоять только из двух прыжков: первым может быть любой прыжок с любым количеством оборотов + одинарный или двойной Аксель, выполненный без подскока. Только один прыжок в один и более оборотов может быть повторен в каскаде или комбинации.</p> <p>2. Максимум два вращения: - вращение в одной базовой позиции без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге); - комбинированное вращение с тремя базовыми позициями без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге). Вход прыжком в обоих вращениях разрешен.</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - не выше второго. Оцениваются три компонента: Навыки катания. Представление программы. Интерпретация.</p> <p>Снижение за каждое падение - 0.5 баллов.</p> <p>Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
-------------------------------------	-----------------------------------	--	-----------------------------------	------------	--

<p>I юношеский спортивный разряд</p>	<p>Произвольная программа</p>	<p>Мальчики, Девочки (10-13лет)</p>	<p>3.00 (+/- 10 сек)</p>	<p>1.4</p>	<p>1. Максимум четыре прыжковых элемента, один из которых должен быть прыжок Аксель. Допускается не более двух каскадов или комбинаций прыжков. Каскад состоит только из двух прыжков. Комбинация прыжков может состоять только из двух прыжков: первым может быть любой прыжок с любым количеством оборотов + одинарный Аксель, выполненный без подскока. Только один прыжок в один и более оборотов может быть повторен в каскаде или комбинации. Прыжки в три оборота запрещены.</p> <p>2. Максимум два вращения: - вращение в одной базовой позиции без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге); - комбинированное вращение с тремя базовыми позициями, без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге). Вход прыжком в обоих вращениях разрешен.</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - не выше второго. Оцениваются три компонента: Навыки катания. Представление программы. Интерпретация;</p> <p>Снижение за каждое падение - 0.5 баллов;</p> <p>Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
--	-----------------------------------	---	------------------------------	------------	--

<p>II юношеский спортивный разряд</p>	<p>Произвольная программа</p>	<p>Мальчики, Девочки (9-10лет)</p>	<p>2.30 (+/- 10 сек)</p>	<p>1.4</p>	<p>1. Максимум четыре прыжковых элемента. Допускается не более двух каскадов или комбинаций прыжков. Каскады могут состоять только из двух прыжков. Комбинация прыжков может состоять только из двух прыжков: первым может быть любой прыжок с любым количеством оборотов + одинарный или двойной Аксель, выполненный без подскока. Только один прыжок в один и более оборотов может быть повторен в каскаде или комбинации. Прыжки в три оборота запрещены.</p> <p>2. Максимум два вращения: - вращение в одной базовой позиции без смены или со сменой ноги (минимум три оборота или три оборота на каждой ноге); - комбинированное вращение с тремя базовыми позициями, без смены или со сменой ноги (минимум четыре оборота или четыре оборота на каждой ноге). Заход прыжком в обоих вращениях запрещен.</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - не выше первого. Оцениваются три компонента: Навыки катания. Представление программы. Интерпретация.</p> <p>Снижение за каждое падение - 0.5 баллов.</p> <p>Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
---	-----------------------------------	--	------------------------------	------------	--

<p>III юношеский спортивный разряд</p>	<p>Произвольная программа</p>	<p>Мальчики, Девочки (9-10лет)</p>	<p>2.00 (+/- 10 сек)</p>	<p>1.4</p>	<p>1. Максимум три прыжковых элемента. Допускается не более одного каскада. Каскад может состоять только из двух прыжков в один оборот. Только один прыжок в один оборот может быть повторен в каскаде. Запрещены прыжки в два и более оборотов.</p> <p>2. Максимум два вращения. - вращение в одной базовой позиции без смены или со сменой ноги (минимум три оборота или три оборота на каждой ноге); - комбинированное вращение без смены или со сменой ноги (минимум три оборота или три оборота на каждой ноге) или вращение в одной базовой позиции без смены или со сменой ноги (минимум три оборота или три оборота на каждой ноге), отличной от позиции первого вращения. Заход прыжком в обоих вращениях запрещен.</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее трех секунд или протяженностью не менее 10 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 15 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - не выше первого. Оцениваются три компонента: Навыки катания. Представление программы. Интерпретация.</p> <p>Снижение за каждое падение - 0.5 баллов.</p> <p>Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
--	-----------------------------------	--	------------------------------	------------	---

<p>Норматив «Юный фигурист»</p>	<p>Катание под музыку</p>	<p>Мальчики (9-10 лет)</p> <p>Девочки (9-10 лет)</p>	<p>2.00 (+/- 10 сек)</p>	<p>1.4</p>	<p>1. Три различных прыжка в один оборот, выполненных «сольно». Разрешен прыжок Перекидной. Запрещены: одинарный Аксель и прыжки в два и более оборотов.</p> <p>2. Максимум одно вращение в одной позиции (минимум два оборота). Допускаются: вращения на двух ногах, а также вращения в не-базовой позиции, такие вращения будут обозначаться аббревиатурой (USpB).</p> <p>3. Одна дорожка шагов с полным использованием спортивной площадки.</p> <p>4. Одна хореографическая последовательность, включающая в себя две спирали (на разных ногах), исполненные по длительности не менее двух (2) секунд или протяженностью не менее 6 метров. Вся последовательность должна длиться не менее 10 секунд с полным использованием спортивной площадки и соответствовать стилистике музыки.</p> <p>Уровни дорожки шагов и вращений - не выше базового.</p> <p>Оцениваются два компонента: Навыки катания. Представление программы.</p> <p>Снижение за каждое падение - 0.5 баллов.</p> <p>Требования для выполнения разряда: Необходимо исполнить все предписанные элементы со средней оценкой бригады судей не ниже чем -2 за каждый элемент.</p>
---	-------------------------------	--	------------------------------	------------	---