

# **Руководство по работе Технических Бригад**

**в сезоне 2020-2021 г.г.**

## **Одиночное катание**

**Для элементов, имеющих Уровень сложности,  
Уровень 1 дается в случаях наличия одной черты,  
Уровень 2 дается в случаях наличия двух черт,  
Уровень 3 – в случаях наличия трех черт, а  
Уровень 4 – в случаях наличия четырех черт из Списка.  
В случаях отсутствия черт присуждается Базовый Уровень.**

## **Процедура названия элементов**

В Короткой Программе и Произвольном Катании всюду, где это возможно, мы должны называть элементы, реально выполненные, а не элементы, которые требуется исполнить.

Любые неправильные/лишние элементы получают знак «\*», что приводит к элементу без стоимости.

### **Общее**

Каждый элемент в Короткой Программе и Произвольном Катании, начатый после предписанного времени (плюс разрешенные десять (10) секунд) не указывается Технической Бригадой и не имеет стоимости.

Падения на элементах и в любой части программы могут просматриваться только на нормальной скорости.

# Дорожки шагов

## Правила

<b>Общее</b>	Все дорожки шагов должны быть исполнены в соответствии с характером музыки. Разрешены короткие остановки в соответствии с музыкой. Дорожки шагов должны полностью использовать ледовую площадку. Повороты и шаги должны быть сбалансировано распределены по дорожке.
<b>Короткая программа</b>	Короткая Программа для <b>Мужчин и Юношей</b> и для <b>Женщин и Девушек</b> должна включать одну дорожку шагов с полным использованием ледовой площадки. Дорожка может включать любые прыжки не из Списка.
<b>Произвольное катание</b>	Хорошо сбалансированная программа Произвольного Катания должна включать одну дорожку шагов с полным использованием ледовой площадки. Прыжки также могут быть включены в дорожку шагов. Слишком короткие и едва видимые шаги не могут рассматриваться как отвечающие требованиям, предъявляемым к дорожке шагов.

## Черты Уровней Сложности

- 1) Минимальное разнообразие (Уровень 1), Простое разнообразие (Уровень 2), Разнообразие (Уровень 3), сложность (Уровень 4) сложных поворотов и шагов по всей дорожке (**обязательно**)
- 2) Вращение в обоих направлениях (направо и налево) с полным поворотом тела (хотя бы 1/3 рисунка  
в сумме в каждом направлении вращения)
- 3) Использование движений тела в течение хотя бы 1/3 рисунка
- 4) Две комбинации из 3х сложных поворотов на разных ногах, выполненные с непрерывным движением. Засчитывается только **первая попытка** исполнения на каждой ноге.

## Разъяснения

<b>Рисунок</b>	Предписанного рисунка более нет, но дорожка должна полностью использовать ледовую площадку. Она должна быть видимой и определяемой и выполняться с использованием почти всей ледовой поверхности (например, прямая, серпантин, круг, овал или похожая форма) Невыполнение этого описания приведет к дорожке без стоимости. В чертах 2 и 3 слово «рисунок» означает рисунок, действительно выполненный спортсменом.
<b>Начало и конец рисунка</b>	Это моменты, когда спортсмен начинает или завершает дорожку.
<b>Определение поворотов и шагов</b>	Повороты: твиззлы, скобки, петли, выкрутки, крюки, тройки. Шаги: на зубцах, шассе, моухоки, чоктау, перетяжки, кросс-роллы.

---

<b>Определение чоктау</b>	Чоктау это шаг с одной ноги на другую, в котором ребро выезда противоположно ребру въезда. Смена ноги происходит непосредственно с наружного ребра на внутреннее или наоборот и с хода вперед на ход назад или наоборот.
<b>Определение сложных поворотов и шагов</b>	Сложные повороты и шаги: твиззлы, скобки, петли, выкрюки, крюки, чоктау. Повороты и шаги должны исполняться на чистых ребрах. Если поворот «перепрыгнут», то он не считается исполненным.
<b>Минимальное разнообразие</b>	Должно включать хотя бы <b>5</b> сложных поворотов и шагов, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.
<b>Простое разнообразие</b>	Должно включать хотя бы <b>7</b> сложных поворотов и шагов, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.
<b>Разнообразие</b>	Должно включать хотя бы <b>9</b> сложных поворотов и шагов, ни один из типов не может быть засчитан более двух раз.
<b>Сложность</b>	Должна включать хотя бы <b>11</b> сложных поворотов и шагов. Ни один из типов не может быть засчитан более двух раз. 5 типов сложных поворотов и шагов должны быть выполнены в обоих направлениях (что означает вращение тела влево и вправо во время поворота).
<b>Нет минимального разнообразия, только минимальное разнообразие, простое разнообразие, разнообразие</b>	Если спортсмен не имеет в дорожке минимального разнообразия шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше Базового. Если спортсмен не имеет в дорожке простого разнообразия шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 1ого. Если спортсмен имеет в дорожке только простое разнообразие шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 2ого. Если спортсмен имеет в дорожке только разнообразие (но не сложность) шагов и поворотов, то Уровень дорожки не может быть выше 3его.
<b>Распределение</b>	Повороты и шаги должны быть распределены по дорожке. Не должно быть длинных секций без поворотов или шагов. При невыполнении этого условия Уровень не может быть выше Базового.
<b>Вращение в обоих направлениях</b>	Эта черта означает, что спортсмен вращается при помощи любых поворотов и шагов из Списка и не из Списка непрерывно в одном направлении хотя бы 1/3 дорожки, а потом непрерывно хотя бы 1/3 дорожки в другом направлении (по часовой стрелке и против часовой стрелки) или во время дорожки спортсмен вращается при помощи любых поворотов и шагов из Списка и не из Списка хотя бы 1/3 дорожки в сумме (не обязательно непрерывно) в одном направлении вращения и хотя бы 1/3 дорожки в сумме (не обязательно непрерывно) в другом направлении вращения (по часовой стрелке и против часовой стрелки). “Полный поворот тела” означает один полный оборот. Спортсмен не должен просто поворачиваться по пол-оборота вправо и влево.

<b>Использование движений тела</b>	“Использование движений тела” означает видимое использование в течение хотя бы 1/3 рисунка дорожки (в сумме) любых движений рук и/или головы и/или торса и/или бедер и/или ног, которые влияют на баланс главной части тела. «Влияют на баланс главной части тела» также можно понимать как «влияют на баланс тела в целом и влияют на баланс на коньке».
------------------------------------	---

<b>Две комбинации сложных поворотов на разных ногах</b>	Сложные повороты это крюки, выкрюки, скобы, твиззлы, петли. В комбинации: - тройки, перетяжки, прыжки/подпрыжки, смена ноги не разрешены; - хотя бы один поворот должен быть другого типа, чем два остальных; - ребро выезда из поворота является ребром въезда в следующий поворот; - свободная нога не должна касаться льда; - комбинации должны быть исполнены с непрерывным движением. Только <b>первая попытка</b> исполнения на каждой ноге может быть засчитана. Максимального числа поворотов на каждой ноге нет, но спортсмен должен успешно выполнить три (3) последовательных сложных поворота, чтобы комбинация была засчитана.
---	---

<b>Прыжок более чем в пол-оборота, исполненный в дорожке шагов</b>	Прыжки не из Списка, независимо от числа оборотов в них, могут включаться в дорожку шагов без всяких снижений и каких-либо других последствий. Прыжки из Списка с более, чем 0,5 оборотами будут проигнорированы в Короткой Программе как элемент, но заставят судей снизить GOE на единицу за «Включение прыжков из Списка более, чем в ½ об.». Прыжки из Списка могут быть включены в дорожку шагов в Произвольном Катании, будут названы и займут прыжковые ячейки. В любом случае эти прыжки не влияют на Уровень сложности дорожки.
--	--

# Хореографические Последовательности

## Правила

<b><i>Произвольное катание</i></b>	<p>Хореографическая Последовательность состоит из движений любого рода – таких как шаги, повороты, спирали, арабески, кораблики, движения Ина Бауэр, гидроблейдинг, любые прыжки максимум в 2 оборота, вращения и т.п. Элементы из Списка, включенные в Хореографическую Последовательность не называются и не занимают ячейку. Рисунок не предписан, но Последовательность должна быть явно видна.</p> <p>Техническая Бригада определяет Хореографическую Последовательность, которая начинается с первого движения и заканчивается приготовлением к следующему элементу (если эта последовательность не является последним элементом программы). Хореографическая Последовательность может быть выполнена до и после Дорожки Шагов. Хореографическая последовательность включена в Произвольное Катание взрослых. Этот элемент имеет фиксированную базовую стоимость и оценивается судьями только в GOE.</p>
------------------------------------	--

## Разъяснения

<b><i>Как называть Хореографическую Последовательность</i></b>	<p>Название должно быть “Хореографическая Последовательность подтверждена” (если Последовательность засчитана) или “Хореографическая Последовательность без стоимости” в противоположном случае.</p>
<b><i>Одинарные и двойные прыжки из Списка</i></b>	<p>Одинарные и двойные прыжки из Списка, включенные в Хореографическую Последовательность, не называются и не занимают ячеек элементов.</p>
<b><i>Прыжки с более, чем 2 оборотами</i></b>	<p>Прыжок с более, чем 2 оборотами называется и засчитывается. Хореографическая Последовательность заканчивается в момент исполнения этого прыжка.</p>
<b><i>Вращения</i></b>	<p>Любые вращения, включенные в Хореографическую Последовательность, не называются и не занимают ячеек элементов.</p>
<b><i>Рисунок</i></b>	<p>Разрешен любой рисунок, но Последовательность должна быть явно видимой.</p>
<b><i>Порядок Дорожки Шагов и Хореографической Последовательности</i></b>	<p>В Произвольном Катании среди взрослых порядок исполнения Дорожки Шагов и Хореографической Последовательности любой.</p>

# Вращения

## Правила

<b>Общее</b>	<p>Вращение, в котором нет ни одной базовой позиции с 2 оборотами, не получит Уровня и стоимости, однако вращение с менее чем тремя оборотами, рассматривается как движение, а не как вращение. Минимальное количество оборотов в позиции – два (2) без перерыва. В случае невыполнения этого требования позиция не засчитывается. Разрешены вариации позиции головы, рук или свободной ноги, также как изменения скорости.</p> <p><i>Позиции:</i> Имеются 3 базовые позиции: в либеле (свободная нога сзади, её колено выше уровня бедра, однако заклон, Бильман и другие подобные вариации всё же рассматриваются как вращения стоя), в волчке (верхняя часть занятой ноги по крайней мере параллельна льду), стоя (любая позиция с вытянутой или слегка согнутой занятой ногой, которая не является позицией либелы).</p> <p>Любая позиция, не являющаяся базовой, называется не-базовой.</p> <p><i>Вращение в Заклоне назад</i> есть вращение стоя, в котором голова и плечи наклонены назад, спина изогнута. Позиция свободной ноги произвольна. <i>Вращение в Заклоне в сторону</i> есть вращение стоя, в котором голова и плечи наклонены в сторону, верхняя часть корпуса изогнута. Позиция свободной ноги произвольна.</p> <p><i>В любом вращении</i> смена ребра может быть засчитана только, если она выполняется в базовой позиции.</p> <p>При смене ноги ей должны предшествовать и за ней должны следовать позиция вращения с не менее, чем тремя (3) оборотами. При невыполнении этого требования вращение будет иметь знак “V” в Произвольном катании и не будет иметь стоимости в Короткой Программе.</p> <p>Если спортсмен падает на заходе во вращение, то сразу после этого падения разрешается вращение или вращательное движение (с целью заполнения времени), которое не засчитывается как элемент.</p> <p><u>Если во время вращения имеется явный перенос веса, то этим вращение заканчивается, и называется только первая часть до переноса веса.</u></p> <p>Если центры вращения (до и после смены ноги) слишком далеко друг от друга и выполняется критерий «двух вращений» (наличие дуги выезда после 1ой части и дуги въезда во 2ую часть), только часть вращения до смены ноги называется и учитывается для черт Уровней сложности.</p> <p><i>Комбинации вращений:</i> должны включать как минимум две различные базовые позиции с 2 непрерывными об. в каждой из этих позиций в любом месте вращения; число об. в позициях, которые не являются базовыми, засчитывается в общее число об. Переход в не-базовую позицию не рассматривается как смена позиции. Смена ноги может быть выполнена в форме переступания/прыжка. Смена ноги и смена позиции могут быть выполнены в одно или в разное время.</p> <p><i>Вращение в одной позиции и Прыжок во вращение</i> (что означает <i>вращение с заходом прыжком и без смены ноги и позиции</i>): позиции, не являющиеся базовыми, разрешены, засчитываются в общее число оборотов, требуемое правилами, но черты Уровней сложности в этих позициях не засчитываются.</p> <p>Во вращениях в одной позиции и прыжках во вращение заключительная позиция стоя в конце вращения не рассматривается как новая позиция, независимо от числа оборотов, если в этой позиции не исполняется дополнительная черта (смена ребра, вариация позиции и т.д.).</p> <p>При начале вращения с прыжка не разрешено предварительное вращение на льду перед отрывом, и перешагивание отражается Технической Бригадой в Базовой Стоимости и Судьями в GOE.</p>
--------------	---

<p><b>Короткая Программа</b></p>	<p>Короткая Программа сезона <u>2020 – 2021</u> включает следующие 3 вращения:</p> <p>1) Прыжок во вращение:  <b>Взрослые:</b> прыжок во вращение с позицией приземления отличной от позиции вращения в одной позиции;  <b>Юниоры:</b> прыжок в <u>либелу</u>; разрешена любая позиция в воздухе.</p> <p>2) Вращение в одной позиции:  <b>Мужчины:</b> либела/волчок (позиция отлична от позиции приземления прыжка во вращение) с только одной сменой ноги;  <b>Юноши:</b> <u>волчок</u> с только одной сменой ноги;  <b>Женщины:</b> заклон назад/в сторону или вращение в волчке/в либеле без смены ноги (позиция отличается от позиции приземления прыжка во вращение).  <b>Девушки:</b> заклон назад/в сторону или вращение в <u>волчке</u> без смены ноги</p> <p>3) Комбинация вращений с только одной сменой ноги.</p> <p>Вращения должны иметь предписанное мин. кол-во оборотов: восемь (8) для прыжка во вращение и заклона и вращения в волчке/в либеле без смены ноги, шесть (6) оборотов на каждой ноге для вращения в одной позиции со сменой ноги и комбинации вращений; недостаточное количество оборотов должно быть отражено в оценках судей.  В комбинации вращений необходима смена ноги.  За исключением прыжков во вращение, вращения не могут начинаться с прыжка.</p>
----------------------------------	---

### Элементы короткой программы:

<p><b>Женщины: заклон назад/в сторону</b></p>	<p>Разрешена любая позиция при условии сохранения базовой позиции назад или/и в сторону в течение восьми (8) оборотов без подъема в вертикальное положение. Сложная вариация “Бильман” может быть рассмотрена как черта для увеличения Уровня только после успешного выполнения этих требуемых 8 оборотов в позиции заклона (назад или в сторону). Если в этой вариации “Бильман» спортсмен меняет ребро, явно увеличивает скорость и/или выполняет восемь (8) оборотов безо всяких изменений, могут быть присуждены дополнительные черты. <u>В Advanced Новисах спортсмен должен иметь 6 оборотов в позиции заклона назад или в сторону перед исполнением “Бильмана”.</u></p>
<p><b>Мужчины: вращение в одной позиции со сменой ноги</b></p>	<p><b>Мужчины и юноши:</b> Вращение должно включать только одну смену ноги, которая может быть выполнена в форме переступания или прыжка.  <b>Мужчины:</b> Спортсмен имеет право выбрать выполнение или позиции либелы или позиции волчка, но эта позиция должна быть отличной от позиции приземления прыжка во вращение.  <b>Юноши:</b> Разрешена только предписанная позиция либелы или волчка.  <b>Взрослые и юниоры:</b>  Вращение должно иметь хотя бы 3 оборота до и после смены ноги.</p>
<p><b>Комбинация вращений со сменой ноги</b></p>	<p>Комбинация вращений со сменой ноги должна включать минимум две различные базовые позиции с 2 оборотами в каждой из этих позиций. Для того, чтобы получить полную стоимость, комбинация вращений должна включать все три базовые позиции. Число оборотов в не-базовых позициях засчитывается в общее число оборотов. Переход в не-базовую позицию не рассматривается как смена позиции.  Разрешена только одна смена ноги с не менее, чем шестью (6) оборотами на каждой ноге. Смена ноги может быть выполнена в форме переступания или прыжка. Смена ноги и смена позиции могут быть выполнены одновременно или в разное время.</p>



<b>Прыжок во вращение</b>	<p>Название прыжка во вращение соответствует его позиции приземления.</p> <p><b>Взрослые:</b> Разрешен любой тип прыжка во вращение с позицией приземления отличной от позиции вращения в одной позиции.</p> <p><b>Юниоры:</b> разрешен только предписанная позиция приземления прыжка во вращение.</p> <p><b>Взрослые и юниоры:</b> Переступание должно учитываться судьями в GOE. Позиция в воздухе может отличаться от позиции приземления. Минимум восемь (8) оборотов в положении приземления. Не разрешено вращение на льду до отрыва. Необходимые восемь оборотов (8) могут быть выполнены в любой вариации позиции приземления.</p>
---------------------------	---

<b>Прыжок во вращение и вращение в одной позиции</b>	<p>Если у мужчин и женщин позиция приземления прыжка во вращение совпадает с позицией вращ. в одной позиции, то более позднее из этих двух вращений не засчитывается, но занимает «вращательную» ячейку.</p>
--	--

<b>Произвольное Катание</b>	<p>Хорошо сбалансированная Произвольная Программа для <b>мужчин, женщин, юношей и девушек</b> должна включать максимум 3 вращения, из которых одно должно быть комбинацией вращений, другое – прыжком во вращение или вращением с заходом прыжком и третье – вращением в одной позиции.</p> <p>Все вращения должны иметь различный характер (должны иметь различные сокращенные обозначения). Любое вращение с таким же сокращенным обозначением, что уже было использовано, будет удалено компьютером (но займет «вращательную» ячейку).</p> <p>Если никакое из исполненных вращений не имеет захода прыжком или не является вращением в одной позиции или не является комбинацией вращений, то неправильно исполненное вращение будет автоматически удалено компьютером.</p> <p>Вращения должны иметь требуемое минимальное количество оборотов: шесть (6) для прыжка во вращение и вращения в одной позиции и десять (10) для комбинации вращений; недостаточное количество оборотов должно быть отражено судьями в своих оценках. Это минимальное количество требуемых оборотов должно считаться от захода во вращение до выезда из него (кроме завершения вращения во вращении в одной позиции и прыжка во вращение). В комбинации вращений и вращении в одной позиции смена ноги – по выбору спортсмена. Количество различных позиций в комбинации вращений – любое.</p>
-----------------------------	--

## Черты Уровней Сложности

- 1) Сложная вариация (считается столько раз, сколько выполнено, с ограничениями, указанными ниже)
- 2) Смена ноги прыжком
- 3) Прыжок во время вращения без смены ноги
- 4) Сложная смена позиции на одной и той же ноге
- 5) Сложный заход во вращение или сложный выезд
- 6) Отчетливая смена ребра в волчке (только при переходе с заднего внутреннего на переднее наружное ребро), либеле, заклоне, «Бильмане» или сложной вариации позиции стоя
- 7) Все 3 базовые позиции на второй ноге
- 8) Вращение в обоих направлениях непосредственно друг за другом в волчке или либеле
- 9) Явное увеличение скорости в либеле, волчке, заклоне, «Бильмане» или сложной вариации позиции стоя (кроме вращения со скрещенными ногами)
- 10) Как минимум 8 оборотов без всяких смен поз./вариации, ноги и ребра (либела, заклон, сложная вариация любой базовой позиции или, для комбинаций только, не базовой позиции)
- 11) Сложная вариация захода прыжком в прыжках во вращение/вращениях с заходом прыжком (см. Разъяснения)

#### Дополнительные Черты для заклона:

12) Одна явная смена позиции заклона назад – в сторону или наоборот, хотя бы 2 оборота в каждой позиции (считается также, если позиция заклона является частью любого другого вращения)

13) Позиция Бильман после заклона (в Короткой Программе только после 8 оборотов в заклоне для взрослых/юниоров и 6 оборотов в заклоне для Advanced Новисов)

Черты 2 – 9, 11 – 13 засчитываются только один раз за программу (первый раз, когда их пытались исполнить). Черта 10 засчитывается только один раз за программу (в первом вращении, в котором она успешно выполнена; если в этом вращении 8 оборотов выполнены на обеих ногах, то можно взять любое из этих исполнений в пользу спортсмена).

Каждая категория сложных вариаций вращения в базовой позиции засчитывается один раз за программу (первый раз, когда ее пытаются использовать). Сложная вариация в небазовой позиции засчитывается один раз за программу в комбинации вращений (первый раз, когда ее пытаются исполнить).

Для любого вращения со сменой ноги максимальное число Черт, которые можно получить за вращение на одной ноге, равно двум (2).

## Разъяснения

### Позиции

<b>Вращение без смены позиции</b>	“Вращение без смены позиции”, в которое включена другая базовая позиция с более чем двумя (2) оборотами, не удовлетворяет требованиям к вращению “без смены позиции” и будет названо “комбинацией”. Однако завершающая позиция стоя в конце вращения (завершение вращения) не рассматривается как новая позиция независимо от числа оборотов, если в этой позиции не исполняется дополнительная черта (смена ребра, вариация позиции и т.д.).
<b>Меньше 2 оборотов в базовых позициях (комбинация вращений)</b>	В Короткой Программе комбинация вращений с только одной базовой позицией с хотя бы 2 оборотами и менее 2 оборотов во всех других позициях, не получит Уровня. В Произвольном Катании явно видимая попытка исполнения комбинации вращений, которая приводит к вращению с только 1 базовой позицией с не менее чем 2 оборотами, будет названа Технической Бригадой как комбинация вращений без стоимости.
<b>Наличие всех трех базовых позиций на второй ноге</b>	Чтобы все три базовые позиции засчитать как черту, они должны быть исполнены на второй ноге. Черта может быть присуждена только, если её исполнение не прерывается сменой ноги и не может быть присуждена после второй смены ноги.
<b>Комбинация вращений с только двумя базовыми позициями</b>	Комбинация вращений со сменой и без смены ноги, которая включает только две базовые позиции с не менее, чем 2 оборотами, будет иметь меньшую базовую стоимость по сравнению с комбинацией со всеми тремя базовыми позициями с не менее, чем 2 оборотами. Соответствующие базовые стоимости приведены в таблице SOV в строках «V».
<b>Сокращенные обозначения и процедура названия</b>	Для комбинации вращений со сменой и без смены ноги с 3 или 2 базовыми позициями (например, Уровня 4) сокращенное обозначение будет CCoSp4 и CoSp4 или CCoSp4 V и CoSp4 V в случае 3 или 2 базовых позиций и называться будет “Комбинация вращений со сменой/без смены ноги, Уровень 4 или Комбинация вращений со сменой/без смены ноги, Уровень 4 V”.

<b>Сложная смена позиции на одной и той же ноге</b>	Это переход от базовой позиции к другой базовой позиции без фиксации не-базовой позиции, который требует значительной силы, умения и контроля и существенно сказывается на способности выполнить смену позиции. Во время смены должно иметь место непрерывное движение. Эта смена не может быть прыжком. Базовая позиция до и после смены должна удерживаться в течение 2 оборотов.
---	---

<b>Смена, которая не считается сложной</b>	Если смена позиции не считается Технической Бригадой “сложной”, то эта черта может быть присуждена в более позднем вращении.
--	--

<b>Переход от базовой позиции к не-базовой во вращении в одной позиции</b>	Если спортсмен исполняет базовую позицию и после этого переходит в не-базовую позицию, то этот переход не рассматривается как смена позиции, и вращение не становится комбинацией вращений. Если спортсмен исполняет сложную вариацию не-базовой позиции, черта в этом вращении не засчитывается (например, спортсмен исполняет либелу, в которую включается «качалка» как сложная вариация не-базовой позиции).
--	--

<b>Явная смена позиции заклона назад – в сторону или наоборот</b>	Черта будет присуждена только, если эта смена будет выполняться, сохраняя позицию заклона назад или в сторону. Требуется два (2) оборота в каждой из этих позиций.
---	--

### **Заход во вращение/выезд из него**

<b><u>Сложный заход или сложный выезд</u></b>	<p>Только одно из них может быть засчитано как черта.</p> <p>“Заход во вращение” определяется как подготовка, непосредственно предшествующая вращению, и может включать начальную фазу вращения. <b>Сложный заход:</b> должен иметь существенное влияние на баланс, контроль и исполнение вращения и должен быть выполнен на первой ноге вращения. Предполагаемая базовая позиция вращения должна быть достигнута в течение первых 2-х оборотов. <u>Эта позиция может быть не-базовой только в комбинации вращений.</u></p> <p>Обычный задний заход более не рассматривается как сложный заход.</p> <p><u>Выезд из вращения определяется как последняя фаза вращения и включает фазу, непосредственно следующую за вращением.</u></p> <p><b>Сложный выезд:</b> любое движение или прыжок, которые делают выезд существенно более сложным. Выезд должен иметь существенное влияние на баланс, контроль и исполнение вращения.</p> <p>Если заход во вращение или выезд не считается Технической Бригадой “сложным”, то он рассматривается как Переход и черта “сложный заход” может быть присуждена в более позднем вращении.</p> <p><u>Прыжок из Списка, который называется и исполняется сразу после вращения не рассматривается как сложный выезд из вращения.</u></p>
---	---

<b>Сложный заход и заход прыжком</b>	Если заход “сложный” и “прыжком” одновременно, то может быть присуждена только черта за заход “прыжком”. Сложный заход в обычный прыжок в либелу не считается чертой и “сложный заход” в этом случае не считается использованным.
--------------------------------------	---

<p><b>Сложная вариация захода прыжком в прыжках во вращение/вращениях с заходом прыжком</b></p>	<p>Черта за заход прыжком может быть присуждена только, если имеется явно видимый прыжок и позиция в воздухе действительно сложная. Предполагаемая базовая позиция должна быть принята в течение первых 2 оборотов после приземления. Сложный заход прыжком может включать, но не ограничивается следующим: - в прыжке в волчок/заходе таким прыжком: полная позиция волчка в воздухе (с высотой и полным контролем движений) или открытая бедуинская позиция в воздухе немедленно переходящая в позицию сидя после приземления; - в прыжке в либелу/заходе таким прыжком: явный заход бедуинским прыжком или почти полный шпагат в воздухе. Обычный прыжок в либелу не блокирует возможность присуждения черты за сложный заход прыжком.</p>
---	---

## Вариации

<p><b>Простая вариация</b></p>	<p>Простая вариация это движение части тела, ноги, руки, кисти или головы, которое не влияет на баланс основной части тела. Простая вариация не увеличивает Уровень.</p>
--------------------------------	--

<p><b>Сложная вариация</b></p>	<p>Сложная вариация это движение части тела/ноги/руки/кисти/головы, которое требует большей физической силы или гибкости, и это влияет на баланс основной части тела. Для того, чтобы быть засчитанной, любая сложная вариация должна быть удержана в течение двух (2) оборотов. Только такие вариации могут увеличивать Уровень.</p>
--------------------------------	---

<p><b>Категории сложных вариаций</b></p>	<p>Всего существует 11 категорий сложных вариаций: Для <b>ПОЗИЦИИ ЛИБЕЛЫ</b> существует 3 категории в зависимости от направления линии плеч: - (CF) Либела Вперед: с линией плеч, параллельной льду - (CS) Либела в Сторону: с линией плеч, вывернутой в вертикальное положение - (CU) Либела Вверх: с линией плеч, вывернутой больше, чем в вертикальное положение Для <b>ПОЗИЦИИ ВОЛЧКА</b> существует 3 категории в зависимости от позиции свободной ноги: - (SF) Волчок Вперед: со свободной ногой спереди опорной ноги - (SS) Волчок в Сторону: со свободной ногой сбоку опорной ноги - (SB) Волчок Сзади: со свободной ногой сзади опорной ноги Для <b>ПОЗИЦИИ СТОЯ</b> существует 3 категории в зависимости от положения корпуса: - (UF) Стоя Вперед: с корпусом, согнутым вперед - (US) Стоя Прямо/в Сторону: с корпусом прямым или согнутым вбок - (UB) Стоя Бильман: в позиции "Бильман" Для <b>ПОЗИЦИИ ЗАКЛОНА</b> существует 1 категория - (UL) Стоя в Заклоне Для <b>НЕ-БАЗОВОЙ ПОЗИЦИИ</b> существует 1 категория (NBP)</p>
--	---

<p><b>Crossfoot Spin (вращение со скрещенными ногами)</b></p>	<p>Вращение со скрещенными ногами должно быть исполнено на двух ногах с весом, поровну распределенным между ногами. Это вращение рассматривается как сложная вариация вращения стоя (US) и засчитывается, при правильном исполнении, как черта на ноге перед скрестной позицией. Не обязательно быть на одной ноге в течение 3 оборотов перед "скрещенной позицией". <u>Увеличение скорости во вращении со скрещенными ногами не считается чертой.</u></p>
---	--

<b>Позиция «Бильман»</b>	Позиция «Бильман» это сложная вариация позиции стоя (UB), в которой свободная нога тянется сзади к положению выше уровня головы и над головой, близко к оси вращения спортсмена. Как и другие сложные вариации, позиция Бильман засчитывается один раз за программу (Короткую или Произвольную) – первый раз, когда ее пытаются исполнить. В Произвольном Катании вращение, которое начинается с позиции заклона (хотя бы 2 оборота) и продолжается позицией «Бильман», по-прежнему называется заклоном.
<b>Волчок в сторону</b>	Для того, чтобы быть засчитанной как сложная вариация, позиция Волчка в сторону должна также включать сложное положение, которое является движением части тела/ноги/руки/кисти/головы, которое требует большей физической силы или подвижности и влияет на баланс основной части тела.
<b>Windmill («качалка»)</b>	«Качалка» рассматривается как сложная вариация не-базовой позиции (NBP). Чтобы являться чертой, должна быть исполнена мин. 3 раза подряд. «Качалка» может быть рассмотрена как черта за сложную вариацию не-базовой позиции или сложный заход <u>или сложный выезд</u> или сложную смену позиции только первый раз, когда её пытаются исполнить. Это движение должно показать физическую силу или подвижность и влиять на баланс основной части тела.
<b>Повторения</b>	Любая категория сложных вариаций вращения в базовой позиции считается один раз за программу (первый раз, когда её пытались исполнить). Сложная вариация в не-базовой позиции считается один раз за программу только в комбинации вращений (первый раз, когда её пытались исполнить).
<b>Черты в повторенных вариациях</b>	Для <b>Короткой Программы</b> и <b>Произвольного Катания</b> , если сложную вариацию уже пытались исполнить и исполняется сложная вариация из той же категории, то эта вариация не может быть засчитана, но любая дополнительная черта в этой сложной вариации засчитана быть может.
<b>Что такое попытка?</b>	Считается, что спортсмен пытался исполнить сложную вариацию, если эта вариация явно видна, независимо от того, была ли эта вариация засчитана или нет.
<b>Похожие вариации в базовой и не-базовой позиции</b>	Если сложная вариация в не-базовой позиции комбинации вращений совсем похожа на сложную вариацию в базовой позиции, то более поздняя из этих двух вариаций не будет засчитана как черта Уровней Сложности.
<b>Свободная нога падает</b>	Если свободная нога падает на продолжительное время при подготовке к сложной вариации либелы, то соответствующая черта присуждается, но судьи снижают GOE.
<b>Базовая позиция принимается слишком долго</b>	То же самое снижение применяется, если спортсмену требуется слишком большое время для принятия нужной базовой позиции во вращениях в одной позиции.

## **Прыжок на ту же ногу и Увеличение скорости**

<b>Прыжок на ту же ногу внутри вращения</b>	Для любого вращения явный прыжок внутри вращения с приземлением на толчковую ногу будет засчитан как черта только, если спортсмен примет базовую позицию в течение первых 2 оборотов после приземления. Требования по позиции в воздухе нет, но прыжок должен быть явно видимым. Этот прыжок будут засчитан как черта только, если он “он требует значительной силы”. Этот прыжок может быть выполнен даже до требуемого минимального числа оборотов, чтобы он был засчитан как черта (как для Короткой, так и для Произвольной Программы).
---	---

<b>Увеличение скорости</b>	Для либелы, волчка, заклона, «Бильмана» <u>и сложной вариации позиции стоя (кроме вращения со скрещенными ногами)</u> явное увеличение скорости после принятия позиции вращения рассматривается как черта. Увеличение скорости засчитывается только в базовой позиции или при переходе внутри базовой позиции к ее вариации; оно не засчитывается как черта, если происходит при переходе от одной базовой позиции к другой базовой позиции.
----------------------------	--

## **Ребра и направления**

<b>Четкая смена ребра</b>	Четкая смена ребра может быть засчитана как черта Уровня сложности только в волчке (при переходе с заднего внутреннего на переднее наружное ребро), либеле, заклоне, позиции «Бильман» <u>и сложной вариации позиции стоя</u> . Любая попытка исполнения смены ребра, отличная от этих, будет проигнорирована, не блокируя возможности получить черту за смену ребра в другом месте. Короткая фаза, следующая за приземлением прыжка или перешагивания во вращение, не рассматривается как попытка смены ребра (в основном, переход от двух ребер к положению на ребре или исполнение тройки и т.д.). Чтобы смена ребра была засчитана как черта, необходимо наличие хотя бы 2 непрерывных оборотов на одном ребре, за которыми следуют хотя бы 2 непрерывных оборота на другом ребре в одной и той же базовой позиции (волчка/либелы/заклона/Бильмана/ <u>сложной вариации позиции стоя</u> ). Смена ребра в <u>обычной</u> позиции стоя или в не-базовой позиции не засчитывается как черта. Смена ребра считается чертой, которая может увеличить Уровень сложности, только один раз в Короткой Программе и один раз в Произвольном Катании.
---------------------------	---

<b>Вращение в обоих направлениях</b>	Выполнение вращений в обоих направлениях (по часовой и против часовой стрелки или наоборот) в волчке, либеле или комбинации этих двух позиций, которые непосредственно следуют друг за другом, может быть засчитана как черта. Требуется минимум 3 оборота в каждом направлении и базовая позиция до и после смены направления должна удерживаться в течение хотя бы 2 оборотов. Вращение в обоих направлениях (по часовой и против часовой стрелки) рассматривается как одно вращение.
--	---

## Число оборотов

<b>8 оборотов</b>	Как минимум 8 оборотов без всяких смен поз./вариации, ноги и ребра засчитываются как черта только один раз за программу, в первом вращении, в котором они успешно выполнены; если в этом вращении 8 оборотов выполнены на обеих ногах, то можно взять любое из этих исполнений в пользу спортсмена. 8 об. засчитываются как черта в: 1) в либеле, заклоне, сложной вариация любой базовой позиции – для всех вращений; 2) в сложной вариации не-базовой позиции – только для комбинаций вращений.
-------------------	--

## Смена ноги

<b>Оставаясь на той же ноге</b>	Смена ноги означает “вращение на каждой ноге”. Любое вращение, в котором спортсмен остается на той же ноге, не рассматривается как вращение со сменой ноги.
---------------------------------	---

<b>Простая смена ноги</b>	Простая смена ноги, например, переступание или маленькая подпрыжка, не требует значительных силы и умения и не увеличивает Уровня.
---------------------------	--

<b>Смена ноги прыжком</b>	Такая смена ноги может быть засчитана как черта только, если спортсмен примет базовую позицию в течение первых 2 оборотов после приземления. Требования по позиции в воздухе нет, но прыжок должен быть явно видимым. Этот прыжок будет засчитан как черта только, если он требует значительной силы.
---------------------------	---

<b>Прыжок типа бедуинского (с двух ног – Toe Arabian) как смена ноги</b>	Эта смена ноги разрешена, рассматривается как смена ноги прыжком и засчитывается как черта в <b>Короткой Программе</b> и в <b>Произвольном Катании</b> .
--	--

<b>Вращение со второй сменой ноги</b>	Вторая смена ноги (в случае попытки ее исполнения) во вращении со сменой ноги не разрешена в <b>Короткой Программе</b> (неправильный элемент) и <b>не</b> засчитывается как черта для повышения Уровня в <b>Произвольном Катании</b> .
---------------------------------------	--

<b>Центры вращения слишком далеко друг от друга (вращение в одной позиции и комбинация вращений)</b>	Если во вращении со сменой ноги имеется дуга выезда из первой части и дуга въезда во вторую часть, последствия будут такими: <b>Короткая программа</b> – вращение не удовлетворяет требованиям и ему не присуждается стоимость; <b>Произвольное катание</b> – вторая часть вращения игнорируется и элемент становится вращением в одной позиции или комбинацией вращений без смены ноги. Если имеется только дуга выезда из 1ой части или дуга въезда во 2ую часть, то GOE будет снижено за «Плохо выполненную смену ноги» (это снижение не относится к смене ноги вместе со сменой направления вращения).
--	--

<b>Число черт на одной ноге</b>	<p>Максимальное число черт, которые спортсмен может получить за положения на одной ноге, это 2 черты.</p> <p>Черта за сложный заход будет входить в квоту ноги до смены.</p> <p><u>Черты «Смена ноги прыжком» и «Вращение в обоих направлениях» входят в квоту ноги после смены. Черта «Все 3 базовые позиции на второй ноге» будет засчитываться только на второй ноге.</u></p> <p>Черта за вращение со скрещенными ногами будет входить в квоту той ноги, на которой начинается скрещенная позиция.</p>
---------------------------------	---

<b>Вращение в одной позиции со сменой ноги: менее 2 оборотов в базовой позиции на одной ноге</b>	<p>Если выполняется вращение в одной позиции со сменой ноги и базовая позиция с не менее, чем 2 оборотами, присутствует на одной ноге и отсутствует на другой ноге, то:</p> <p>вращение будет без Уровня в Короткой Программе;</p> <p>оно будет отмечено знаком "V" в Произвольном Катании.</p>
--	---

## SOV

<b><u>Знак V</u></b>	<p>Знак V может быть поставлен только в <u>4 случаях</u>:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) за перешагивание и отсутствие явно видимого прыжка (только в прыжках во вращение);</li> <li>2) за только две базовые позиции в комбинациях вращений;</li> <li>3) за менее 3 оборотов на одной ноге в любом вращении со сменой ноги (только в Произвольном Катании);</li> <li>4) за менее 2 оборотов в базовой позиции на одной ноге во вращении в одной позиции со сменой ноги (только в Произвольном Катании).</li> </ol> <p>Если в комбинации вращений со сменой ноги будет только 2 базовые позиции и менее 3 оборотов на одной из ног или во вращении в одной позиции со сменой ноги будет менее 2 оборотов в базовой позиции на одной ноге и менее 3 оборотов на одной из ног, то вращение отмечается знаком "V". Судьи отразят эти множественные ошибки в своих GOE. Если спортсмен в комбинации вращений решил исполнить только 2 позиции, то это не рассматривается судьями как ошибка в GOE.</p>
----------------------	---



## ПОЗИЦИИ ЛИБЕЛЫ

# CF

ЛИБЕЛА ВПЕРЕД



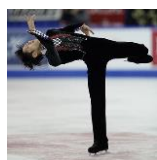
# CS

ЛИБЕЛА В СТОРОНУ



# CU

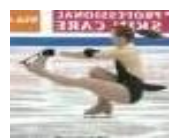
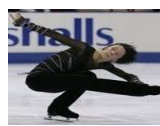
ЛИБЕЛА ВВЕРХ



## ПОЗИЦИИ СИДЯ

# SF

ВОЛЧОК ВПЕРЕД



# SS

ВОЛЧОК В СТОРОНУ



# SB

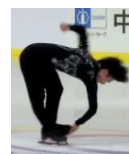
ВОЛЧОК СЗАДИ



## ПОЗИЦИИ СТОЯ

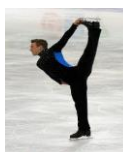
# UF

СТОЯ ВПЕРЕД



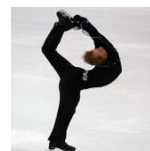
# US

СТОЯ ПРЯМО ИЛИ В  
СТОРОНУ



# UB

СТОЯ БИЛЬМАН



# UL

СТОЯ В ЗАКЛОНЕ



## НЕ-БАЗОВЫЕ ПОЗИЦИИ

# NBR

НЕ-БАЗОВАЯ ПОЗИЦИЯ



# Прыжковые элементы

## Правила

### Отдельные прыжки

<b>Короткая программа</b>	Короткая программа сезона <u>2020 – 2021</u> должна включать 2 прыжка: - двойной или тройной Аксель для мужчин/юношей и женщин, двойной Аксель для девушек, - прыжок: <b>Мужчины</b> – любой тройной или четверной; <b>Женщины</b> – любой тройной; <b>Юноши и девушки</b> – <u>двойной или тройной Лутц</u> . Для мужчин, если четверной прыжок включен в каскад, то другой четверной прыжок может исполняться как отдельный прыжок. Для мужчин и юношей и для женщин, если как Аксель исполняется тройной Аксель, то он не может быть повторен как отдельный прыжок или часть каскада. Отдельные прыжки должны отличаться от прыжков, включенных в каскад.
---------------------------	--

<b>Произвольное катание</b>	Прыжковые элементы это отдельные прыжки, каскады и комбинации прыжков. Хорошо сбалансированная программа произвольного катания должна содержать 7 прыжковых элементов для <b>мужчин и юношей, женщин и девушек</b> , один из которых должен быть прыжком типа Акселя (или должен включать такой прыжок). Отдельные прыжки могут содержать любое количество оборотов. Любой двойной прыжок (включая двойной Аксель) не может быть включен более чем дважды в сумме произвольную программу одиночного катания (как отдельный прыжок или часть каскада/ комбинации). Из всех тройных и четверных прыжков (вместе) только два (2) могут быть исполнены дважды. Из двух повторений только одно (1) может быть четверным прыжком. Если хотя бы одно из этих исполнений в каскаде или в комбинации, то оба исполнения оцениваются обычным образом. Если оба эти исполнения в качестве отдельных прыжков, то второй из этих прыжков будет отмечен знаком "+REP" и получит 70% своей первоначальной базовой стоимости. Тройные и четверные прыжки с разным названием рассматриваются как различные прыжки. Никакой тройной/четверной прыжок не может исполняться более двух раз.
-----------------------------	---

### Каскады прыжков

<b>Общее</b>	В каскаде нога приземления прыжка является толчковой ногой следующего прыжка. Один полный оборот на льду между прыжками (свободная нога может касаться льда, но без переноса веса тела) оставляет элемент в рамках определения каскада прыжков. Ойлер при его использовании в каскадах между двумя прыжками из Списка становится прыжком из Списка (1Eu) со стоимостью, указанной в SOV. Одинарный Ойлер (1 Eu) с недостатком вращения в пол-оборота или более будет рассматриваться как пониженный. В этом случае судьи принимают снижение GOE за пониженный прыжок (<<). Если недокрут в одинарном ойлере менее пол-оборота, то <b>этот прыжок не рассматривается</b> Технической Бригадой как недокрученный (<) или выполненный с недокрутом в ¼ оборота (q). В случае отсутствия явного прыжка или выполнения ойлера в виде переступания судьи применяют снижение GOE. Если, по мнению Технической Бригады, исполненный перекидной прыжок (A) используется только как подготовка к следующему прыжку, то этот перекидной прыжок не называется. Техническая Бригада имеет право не называть одинарный прыжок, который более похож на подпрыжку, чем на прыжок, и является результатом плохого приземления предыдущего прыжка. Судьи отразят ошибку в своих GOE.
--------------	--

<b>Короткая программа</b>	<p>Короткая программа должна включать каскад из двух прыжков: <b>мужчины</b> – двойного и тройного или двух тройных или четверного и двойного или тройного; <b>остальные</b> категории – двойного или тройного или двух тройных; для <b>девушек</b> также разрешен каскад из двух двойных прыжков.</p> <p>Для <b>мужчин</b> каскад может состоять из одинаковых или различных двойных, тройных или четверных прыжков. Если четверной прыжок выполняется как отдельный прыжок, то другой четверной прыжок может быть включен в каскад. Для <b>женщин, юношей и девушек</b> каскад может состоять из одинаковых или различных двойных или тройных прыжков. Однако для всех категорий прыжки, включенные в каскад, должны отличаться от отдельных прыжков.</p>
---------------------------	---

<b>Произвольное катание</b>	<p>Каскад может состоять из одинаковых или различных одинарных, двойных, тройных или четверных прыжков. В произвольной программе может быть не более трех каскадов и комбинаций прыжков (в сумме). Один каскад может включать не более трех (3) прыжков, два других – не более двух (2) прыжков.</p>
-----------------------------	--

### **Комбинации прыжков**

<b>Произвольное катание</b>	<p>Комбинация прыжков состоит из двух (2) прыжков с любым количеством оборотов: начинается с любого прыжка из Списка и заканчивается прыжком типа Акселя с прямым шагом с дуги приземления первого прыжка на дугу отрыва Акселя.</p>
-----------------------------	--

### **Общее**

<b>Короткая Программа</b>	<p><b>Прыжки, которые не соответствуют требованиям</b> (включая неправильное количество оборотов), не будут иметь стоимости, но будут занимать “прыжковую” ячейку, если такая еще свободна; если каскад из двух двойных прыжков не разрешен (мужчины и женщины, юноши), прыжок с меньшей стоимостью (после применения знаков &lt;, &lt;&lt;, e) не будет засчитан.</p>
---------------------------	--

<b>Произвольное Катание</b>	<p>Если какой-то прыжок/какие-то прыжки в каскаде/комбинации не соответствуют требованиям, то не засчитываются только тот прыжок/те прыжки, которые не соответствуют требованиям, а не весь каскад/комбинация.</p>
-----------------------------	--

## **Разъяснения**

<b>Как называть выполненные с недокрутом в ¼ об., недокрученные или пониженные прыжки?</b>	<p>Техническая бригада должна назвать тот прыжок, который спортсмен пытался сделать, даже если ясно, что этот прыжок <u>выполнен с недокрутом в ¼ об., недокручен</u> или «понижен». Все такие прыжки будут засчитываться как прыжки, которые спортсмен собирался исполнить, в части применения требований Хорошо сбалансированной программы.</p> <p>Четверть и пол-оборота недокрута являются границами при определении таких прыжков. При решениях важен угол обзора камеры, особенно если прыжок выполняется на противоположном от камеры краю катка. Во всех сомнительных случаях Техническая Бригада должна принимать решения в пользу спортсмена.</p>
--	---

<b>Недокрут в ¼ оборота</b>	<p>Прыжок рассматривается как выполненный “<b>в четверть</b>”, если недокрут составляет ¼ оборота. Техническая Бригада указывает на это судьям и в протоколах знаком “q” после обозначения элемента.</p>
-----------------------------	--

<b>Недокрученные прыжки</b>	Прыжок считается “ <b>недокрученным</b> ” при недостатке вращения <u>более, чем в ¼ но менее, чем в ½ оборота</u> . Недокрученный прыжок указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<” после сокращенного обозначения элемента. Недокрученные прыжки получают уменьшенные базовые стоимости, которые приведены в специальных строчках Шкалы Стоимости.
<b>Пониженные прыжки</b>	Прыжок считается “ <b>пониженным</b> ” при недостатке вращения в ½ об. или более. Пониженный прыжок указывается Технической Бригадой судьям и в протоколах соревнований знаком “<<” после сокращенного обозначения элемента. Пониженный прыжок оценивается с использованием шкалы стоимости SOV для прыжка на 1 оборот меньше (например, пониженный тройной будет оцениваться с использованием шкалы сложности для соответствующего двойного).
<b>Перекрытые прыжки</b>	Если прыжок перекрыт более, чем на четверть оборота, то он называется прыжком с большим числом оборотов. Например, 2Т с перекрытием более, чем в четверть оборота, будет назван Технической Бригадой как пониженный 3Т (<<).
<b>Недокрут на отрыве</b>	Явный отрыв с хода вперед (с хода назад для прыжка типа Аксель) приводит к прыжку с понижением. Наиболее часто такой недокрут встречается в тоулупе. Для определения недокрута и понижения (чаще в каскадах/комбинациях) Техническая Бригада может смотреть повтор только <b>на обычной скорости</b> .
<b>Отрыв с неправильного ребра (Флип/Лутц)</b>	Отрыв Флипа с заднего внутреннего ребра, отрыв Лутца с заднего наружного ребра. В случаях отсутствия отрыва с чистого правильного ребра Техническая Бригада указывает судьям на наличие этой ошибки, используя знаки “e” (ребро) и “!” (внимание). Техническая бригада может смотреть повтор в замедленной скорости. Техническая Бригада использует знак “e” (ребро), если ребро отрыва явно неправильно. Базовые стоимости прыжков со знаком “e” приведены в специальных строчках Шкалы Стоимости. Техническая Бригада использует знак “!”, если ребро отрыва не ясно. В этих случаях Базовая стоимость не уменьшается. Обе эти ошибки отражаются судьями в своих GOE.
<b>Недокрученные прыжки с отрывом с неправильного ребра (Флип/Лутц)</b>	Если к одному и тому же прыжку применены оба знака “e” и “<”, то Базовая стоимость приведена в специальных строчках Шкалы Стоимости.
<b>Сорванный прыжок из Списка</b>	Попытка считается как прыжковый элемент. Однако маленькая подпрыжка или прыжок не более чем в пол-оборота, выполненный для “украшения”, не рассматриваются как прыжки и оцениваются в Компоненте “Переходы между элементами”.
<b>Прыжки не из Списка</b>	Прыжки, не упомянутые в таблице SOV (например, Валлей, шпагат, внутренний Аксель с любым количеством оборотов толчком с переднего внутреннего ребра и т.д.) не считаются прыжковыми элементами, но могут использоваться как специальные подходы к прыжкам и оцениваются в Компоненте “Переходы между элементами”. Валлей с зубца, однако, называется и считается как тоулуп.

<b>Приземление на другую ногу</b>	В каскадах/комбинациях все прыжки с более, чем одним оборотом, кроме последнего, могут быть с приземлением на любую ногу.
-----------------------------------	---

<b>Приземление на другое ребро</b>	При приземлении на другое ребро название прыжка не меняется. Однако судьи должны снизить свои GOE.
------------------------------------	--

<b>Вращение и прыжок друг за другом</b>	Если спортсмен выполняет вращение, за которым немедленно следует прыжок, или наоборот, то эти два элемента называются отдельно. <u>Прыжок из Списка, который называется и исполняется сразу после вращения не рассматривается как сложный выезд из вращения.</u>
---	--

<b>Попытка прыжка</b>	<p>Что такое попытка? В принципе, явная подготовка к отрыву, переход на ребро отрыва/постановка зубца на лед с отрывом ото льда (с поворотом в воздухе или без него) рассматривается как попытка прыжка, не получает стоимости и блокирует прыжковую ячейку.</p> <p>В некоторых случаях, по решению Технической Бригады, подготовка к отрыву без самого отрыва тоже может называться попыткой прыжка. Например, риттбергер с падением на дуге отрыва или Аксель, в котором спортсмен встает на переднее наружное ребро с руками и свободной ногой сзади, начинает движение рук и ноги вперед для прыжка в воздух, но в последний момент не отрывается ото льда и т.п.</p>
-----------------------	---

<b>Касание льда свободной ногой без переноса веса тела</b>	В случае касания льда свободной ногой без переноса веса тела и наличия не более 2 троек или отсутствия троек между прыжками, элемент остается каскадом прыжков (однако судьи уменьшат GOE из-за ошибки). В случае более 1 полного оборота на льду между прыжками будут названы прыжки, исполненные до этого оборота + каскад в Короткой Программе/комбинация в Произвольном Катании + все следующие прыжки со знаком *.
--	---

<b>Каскад прыжков: первый/второй прыжок не из Списка</b>	Если первый/второй прыжок каскада из двух прыжков неудачен и превращается в прыжок не из Списка, но другой прыжок каскада является прыжком из Списка, то связка рассматривается как каскад, в котором стоимость получит только прыжок из Списка.
--	--

<b>Связка из прыжка не из Списка и прыжка из Списка</b>	В случае прыжка из Списка, которому предшествуют/за которым следуют прыжки не из Списка, называться будет только сольный прыжок из Списка.
---	--

### **Короткая программа**

<b>Непредписанный элемент</b>	Если юниор выполняет непредписанный прыжок, то этот элемент не получает стоимости, но блокирует прыжковую ячейку.
-------------------------------	---

<b>Каскад из трех прыжков</b>	Третий выполненный прыжок не будет иметь стоимости.
-------------------------------	---

<b>Повторение прыжка</b>	Повторение прыжка с тем же названием и тем же числом оборотов не будет оценено, однако прыжковая ячейка будет занята; если прыжок выполняется два раза, как сольный прыжок и как часть каскада прыжков, второе исполнение не будет учитываться (если это повторение в каскаде прыжков, только индивидуальный прыжок, который не соответствует вышеуказанным требованиям, не будет учитываться). Только каскад может состоять из двух одинаковых прыжков. Повторение прыжка с тем же названием, но другим числом оборотов будет оценено.
--------------------------	---

<b>«Лишний» прыжок (ки)</b>	Если выполняется «лишний» прыжок(и), то только не соответствующий требованиям индивидуальный прыжок не будет иметь стоимости. Все лишние прыжки называются и отмечаются знаком *. Прыжки рассматриваются в порядке их исполнения.
-----------------------------	---

<b>Падение/вываливание или касание свободной ногой с переносом веса тела после прыжка плюс еще прыжок</b>	Если спортсмен падает или вываливается после прыжка и сразу после этого исполняет другой прыжок, то элемент называется следующим образом: «Первый прыжок + каскад + второй прыжок *».
---	---

<b>Отсутствие второго прыжка в каскаде</b>	Если в каскаде нет второго прыжка, то Техническая Бригада во время или после исполнения программы определяет, где должен был быть каскад. Если нет способа отличить каскад от прыжка, то более поздний исполненный прыжковый элемент будет определен как каскад, состоящий из только одного прыжка. <u>Например: чистый 4Т и 3Lz с падением → 4Т и 3Lz+COMBO</u> <u>Отметьте следующее:</u> <u>4Т с падением и чистый 3Lz → 4Т+COMBO и 3Lz (сольный прыжок)</u> <u>Причина: спортсмен мог собираться исполнить каскад с, но упал после него.</u>
--	--

## **Произвольное катание**

<b>Первое повторение тройного/четверного прыжка</b>	Первый повтор тройного/четверного прыжка с тем же названием и тем же числом оборотов (без того, чтобы один из этих прыжков был в каскаде/ комбинации): оба прыжка будут засчитаны как отдельные прыжки, но второй из них будет отмечен знаком "+REP" и получит 70% базовой стоимости (с округлением результата до двух знаков после запятой).
---	---

<b>Первое повторение двойного прыжка</b>	Первое повторение двойного прыжка в виде отдельного прыжка или части каскада/комбинации: оба прыжка получают полную базовую стоимость.
--	--

<b>Второе/третье повторение двойного/тройного/четверного прыжка</b>	Второй/третий повтор двойного или тройного, или четверного прыжка с тем же названием и тем же числом оборотов, как в виде отдельного прыжка, так и в виде части каскада/комбинации: только прыжки, которые не соответствуют требованиям, не будут иметь стоимости, остальные прыжки комбинации/каскада будут учитываться.
---	---

<b>Второй каскад из трех прыжков</b>	Только прыжки, не соответствующие требованиям, не будут иметь стоимости.
--------------------------------------	--





**Элементы без стоимости или с ограниченным Уровнем в Одиночном катании 2020-2021**

<b>Макс. Уров. КП</b>	<b>Проблема</b>	<b>Макс. Уров. ПК</b>
<b>Все элементы с Уровнями</b>		
<b>Без стоимости</b>	Неправильный элемент	<b>Не применимо</b>
<b>Базовый + снижение</b>	Запрещенные элементы/движения (если выполнены условия для Базового Уровня); ТБ отвечает за снижение	<b>Базовый + снижение</b>
<b>Дорожки шагов</b>		
<b>Без стоимости</b>	Не полностью использует ледовую площадку	<b>Без стоимости</b>
<b>Базовый</b>	В дорожке нет минимального разнообразия поворотов и шагов	<b>Базовый</b>
<b>1</b>	В дорожке только минимальное разнообразие поворотов и шагов	<b>1</b>
<b>2</b>	В дорожке только простое разнообразие поворотов и шагов	<b>2</b>
<b>3</b>	В дорожке только разнообразие (не сложность) поворотов и шагов	<b>3</b>
<b>Базовый</b>	Нет баланса поворотов и шагов в их распределении по дорожке	<b>Базовый</b>
<b>Все вращения</b>		
<b>Без стоимости</b>	Нет хотя бы 2 непрерывных оборотов в базовой позиции	<b>Без стоимости</b>
<b>Вращения со сменой ноги</b>		
<b>Без стоимости</b>	Менее 3 оборотов до/после смены	<b>Любой, V</b>
<b>Без стоимости</b>	Центры вращения слишком далеко друг от друга	<b>2ая часть игнорир.</b>
<b>Без стоимости</b>	Вторая смена ноги	<b>Любой</b>
<b>2</b>	Все черты на одной ноге	<b>2</b>
<b>3</b>	Только одна черта на одной из ног	<b>3</b>
<b>Вращение в одной позиции со сменой ноги</b>		
<b>Без стоимости</b>	На одной ноге нет базовой позиции с хотя бы 2 оборотами	<b>Любой, V</b>
<b>Комбинация вращений без смены ноги</b>		
<b>Не применимо</b>	Только одна позиция с 2 оборотами	<b>Без стоимости</b>
<b>Не применимо</b>	2 базовые позиции с 2 оборотами	<b>Любой, V</b>
<b>Комбинация вращений со сменой ноги</b>		
<b>Без стоимости</b>	Только одна позиция с 2 оборотами	<b>Без стоимости</b>
<b>Любой</b>	На одной ноге нет базовой позиции с хотя бы 2 оборотами	<b>Любой</b>
<b>Любой, V</b>	2 базовые позиции с 2 оборотами	<b>Любой, V</b>
<b>Без стоимости</b>	Смена ноги: меньше 3 об. до/после смены	<b>Любой, V</b>
<b>Заклон</b>		
<b>Без стоимости</b>	Менее 2 оборотов в заклоне + Бильман	<b>Стоя, любой Ур.</b>
<b>Нет черты</b>	2 и более оборотов, но менее 8 (6 для <u>Advanced Новисов</u> ), + Бильман	<b>Заклон, любой Ур.</b>
<b>Прыжок во вращение</b>		
<b>Любой, V, нет черты за прыжок</b>	Переступание, нет явно видимого прыжка	<b>Любой, V, нет черты за прыжок</b>
<b>Любой, нет черты за прыжок</b>	Базовая позиция приземления не принята в первые 2 оборота после приземления	<b>Любой, нет черты за прыжок</b>