



Stockholm 2019-03-12

Rev 2019-03-14

## Bulletin No 20

### Regeländringar för singelåkning inför säsongen 2019/2020

Under säsongen har vi arbetat med att revidera innehållet i programmen. Förslag har presenterats på bland annat Convention i Stockholm och SM i Karlskrona. Det har också reviderats med tränarreferensgruppen och slutligen blivit godkänt av styrelsen.

En anledning till revideringen är att 2018/2019 är sista säsongen som ClubCompFS kommer att användas för resultatframställan på svenska tävlingar. Nästa säsong, 2019/2020, kommer vi istället använda oss av ISUCalcFS på samtliga tävlingar. En anpassning till ISU-regler är nödvändig för att underlätta resultathanteringen vid tävlingar, men vi ser också en fördel för de som tävlar utanför Sverige. Konsekvensen av ändringarna är att alla tävlingsklasser tävlar enligt samma regler oavsett typ av tävling inom Sverige. Utanför Sverige gäller detta förstas bara om arrangören väljer att tillämpa ISU-reglerna.

#### Inför nästa säsong kommer följande förändringar att göras:

Endast klasserna *Ungdom A*, *Junior A* och *Senior A* kommer tävla med både kortprogram och friåkning. Övriga klasser kommer endast tävla med friåkning.

#### Översikt

Klass	Tävlare enligt regler för	Programtid	
		Kortprogram	Friåkning
Minior A	ISU Novice Intermediate		3 min
Minior B	ISU Novice Basic		2 min 30 sek
Ungdom B	ISU Novice Advanced		3 min
Junior B	ISU Novice Advanced		3 min
Senior B	ISU Novice Advanced		3 min
Ungdom A	ISU Novice Advanced	2 min 20 sek	3 min
Junior A	ISU Junior	2 min 40 sek	3 min 30 sek
Senior A	ISU Senior	2 min 40 sek	4 min

Samtliga programtider är +/- 10 sekunder.

Detaljerad information per klass finns på följande sidor.



## Minior A

Tävlar enligt reglerna för ISU NOVICE INTERMEDIATE

Programtid: 3 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max fem (5) hoppelement varav max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination med fotbyte (8 varv) hoppingång är ej tillåtet och en hopp-piruet med endast en position, fotbyte är tillåtet. Utan fotbyte (6 varv) och med fotbyte (8 varv)
- Max en (1) stegsekvens

För Miniorer kan element med Levels erhålla högst Level 2. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.

## Minior B

Tävlar enligt reglerna för ISU NOVICE BASIC

Programtid: 2 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max fyra (4) hoppelement varav max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination och en piruet med endast en position. Båda piruetterna kan ha hoppingång och fotbyte. Utan fotbyte (6 varv) och med fotbyte (8 varv)
- Max en (1) stegsekvens

För Miniorer kan element med Levels erhålla högst Level 2. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.

## Övriga "B-klasser" (Ungdom B / Junior B / Senior B)

Tävlar enligt reglerna för ISU NOVICE ADVANCED

### FRIÅKNING

Programtid: 3 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max sex (6) hoppelement varav ett måste vara en Axel. Max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination med fotbyte (8 varv) hoppingång är ej tillåtet och en hopp-piruet med endast en position, fotbyte är tillåtet. Utan fotbyte (6 varv) och med fotbyte (8 varv)
- **Max en (1) stegsekvens**

Element med Levels kan erhålla högst Level 3. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.



## Ungdom A

Tävlar enligt reglerna för ISU NOVICE ADVANCED

### KORTPROGRAM

Programtid: 2 minuter och 20 sekunder (+/- 10 sekunder)

- a) Enkel eller dubbel Axel
- b) Dubbel- eller trippelhopp. Får inte vara samma hopp som under a)
- c) Hoppkombination bestående av två dubbelhopp, ett dubbel- och ett trippelhopp. Inget av hoppen får vara samma som a) eller b)
- d) **Flickor:** Himmels- eller sidledspiruett eller piruett i en basposition utan fotbyte (6 varv)  
**Pojkar:** Ligg-, sitt- eller ståpiruett med ett fotbyte (5 varv/fot) och utan hoppingång
- e) Piruettkombination med endast ett byte av fot (5 varv/fot). Hoppingång är tillåtet.
- f) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

### FRIÅKNING

Programtid: 3 minuter (+/- 10 sekunder)

- Max sex (6) hoppelement varav ett måste vara en Axel. Max två (2) hoppkombinationer eller –sekvenser. Hoppkombinationer får endast innehålla två (2) hopp.
- Max två (2) piruetter varav en piruettkombination med ett fotbyte (8 varv) och en hopp-piruett (utan positionsbyte) med fotbyte (8 varv) eller utan fotbyte (6 varv)
- Max en (1) stegsekvens

Element med Levels kan erhålla högst Level 3. Ytterligare features räknas inte för högre Level och kommer att ignoreras av tekniska panelen.

## Junior A

Tävlar enligt reglerna för ISU JUNIOR

### KORTPROGRAM

Programtid: 2 minuter och 40 sekunder (+/- 10 sekunder)

- a) **Damer:** Dubbel Axel  
**Herrar:** Dubbel eller trippel Axel
- b) Dubbel eller trippel Ögel
- c) **Damer:** Hoppkombination bestående av två dubbelhopp, ett dubbelhopp och ett trippelhopp eller två trippelhopp.  
**Herrar:** Hoppkombination bestående av ett dubbelhopp och ett trippelhopp eller två trippelhopp
- d) Hopp-i-sittpiruett (8 varv)
- e) **Damer:** Himmels- eller sidledspiruett eller liggpiruett utan fotbyte (6 varv)  
**Herrar:** Liggpiruett med ett fotbyte (5 varv/fot) och utan hoppingång
- f) Piruettkombination med endast ett byte av fot (6 varv/fot).
- g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan



## FRIÅKNING

Programtid: 3 minuter och 30 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Max sju (7) hoppelement varav max tre (3) hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max tre (3) piruetter varav en piruettkombination (10 varv), en hoppiruett eller en piruett med hoppingång (6 varv) och en piruett med endast en position (6 varv)
- Max en (1) stegsekvens

## **Senior A**

Tävlrar enligt reglerna för ISU SENIOR

## KORTPROGRAM

Programtid: 2 minuter och 40 sekunder (+/- 10 sekunder)

- Damer:** Dubbel eller trippel Axel  
**Herrar:** Dubbel eller trippel Axel
- Damer:** Trippelhopp. Får ej vara samma som a)  
**Herrar:** Trippel- eller kvadrupelhopp. Får ej vara samma som a)
- Damer:** Hoppkombination bestående av ett dubbelhopp och ett trippelhopp eller två trippelhopp.  
**Herrar:** Hoppkombination bestående av ett dubbel- och ett trippelhopp, två trippelhopp eller ett kvadrupel- och ett dubbel- eller trippelhopp
- d) Hopp-i-sittpiruett (8 varv)
- Damer:** Himmels- eller sidledspiruett eller liggpiruett utan fotbyte (6 varv)  
**Herrar:** Liggpiruett eller sittpiruett med ett fotbyte (5 varv/fot) och utan hoppingång
- f) Piruettkombination med endast ett byte av fot (6 varv/fot).
- g) Stegsekvens med fullt utnyttjande av isbanan

## FRIÅKNING

Programtid: **4 minuter** (+/- 10 sekunder)

- Max sju (7) hoppelement varav max tre (3) hoppkombinationer eller –sekvenser. Axel ska ingå.
- Max tre (3) piruetter varav en piruettkombination (10 varv), en hoppiruett eller en piruett med hoppingång (6 varv) och en piruett med endast en position (6 varv)
- Max en (1) stegsekvens
- Max en (1) koreografisk sekvens



## Förtydligande om Fritest 3

,

### Hoppkombination bestående av valfritt enkel- och dubbelhopp

Enkelhoppet ska utföras först av de två hoppen. Båda hoppen ska vara väl utförda och ungefär lika stora. Hoppkombinationen ska utföras med fart och avslutas med en landning i uppsträckt position.

### Regler för hoppkombinationer

I hoppkombinationer får hopp med **mer än ett (1)** varvs rotation landas på andra foten, förutom det sista hoppet som måste landas på "rätt" fot på bakåt ytterskär.

Detta innebär att det inte är tillåtet att landa det första enkelhoppet på motsatt fot i hoppkombinationen. Andra hoppet måste således vara antingen dubbel toeloop (2T) eller dubbel ögel (2Lo).