

# **Regulamento Técnico dos Testes Nacionais e Internacionais de Patinagem Artística do Gelo Portugal**

**Época 2025/2026**

## TABLE OF CONTENT

Introdução e Âmbito.....	3
Elegibilidade e Classificação.....	3
Conduto e Disciplina.....	3
Procedimentos e Requisitos de Testes.....	3
Testes Vertuais em Tempo Real.....	3
Inscrições e Administração.....	4
Interrupção e Situações Excepcionais.....	4
Painel de Juizes e Oficiais.....	4
Níveis e Requisitos dos Testes Nacionais.....	5
Guia de Avaliação Nacional.....	9
Estruturas e Níveis dos Testes Internacionais .....	10
Guia de Avaliação Internacional.....	15

## **Definição, Classificação e Regulamentação:**

Para serem elegíveis para competir no Campeonato Nacional, desde Novato até Sénior, os atletas devem obter o teste correspondente à categoria competitiva na qual desejam inscrever-se, conforme indicado na tabela abaixo. (Os Participantes Adultos a partir dos 28 anos não terão necessidade de obter testes para esta época 2025/2026; no entanto, a secção de Adultos dos Nacionais será alinhada com os Regulamentos da Competição ISU Adult)

Para este efeito, os testes — bem como o juiz, especialista técnico ou controlador técnico responsável pela sua avaliação — serão designados pela Federação de Desportos de Inverno de Portugal (FDIP).

**Nota:** Qualquer atleta que já tenha obtido testes internacionais noutro país não necessita de os repetir, desde que seja apresentada prova válida dos mesmos.

**\*\*** Esta secção deve ser lida em conjunto com o Regulamento Geral FDI-Portugal 2025, que define todos os procedimentos administrativos, técnicos e disciplinares aplicáveis aos testes nacionais e internacionais.

Apenas as regras técnicas específicas dos testes e as respetivas progressões estão incluídas neste documento.

### **Conduta e Disciplina:**

Qualquer infração disciplinar cometida por atletas, treinadores ou representantes de clubes durante a sessão de testes será reportada pelo Árbitro ou por um membro do painel de juízes ao Comité Disciplinar da FDI-Portugal, que procederá à análise e emitirá notificação ou sanção, se aplicável.

**Ver também Secção B.6 (Código de Boa Conduta) no Regulamento Geral.**

### **Testes Virtuais em Tempo Real**

- Os testes virtuais em tempo real estarão disponíveis para qualquer atleta registado na FDI Portugal que resida fora da Europa.
- Os testes virtuais deverão ocorrer no mesmo dia dos testes nacionais realizados em Portugal, garantindo que todos os juízes possam acompanhar a performance em tempo real.
- É de a responsabilidade do candidato assegurar disponibilidade de pista e equipamento de filmagem adequado para a sessão virtual.
- Todas as regras e requisitos de teste aplicam-se da mesma forma nos testes virtuais e presenciais.
- Os procedimentos de inscrição e as taxas de teste seguem o mesmo processo e condições aplicáveis aos testes presenciais, sendo igualmente válidos para os testes virtuais.

- Toda a preparação para o teste deve ser coordenada com a Federação com pelo menos uma semana de antecedência relativamente à data agendada, de forma a garantir o correto funcionamento da sessão virtual.

#### **Datas de Inscrição, Datas-limites e Comunicação:**

Um protocolo será emitido com, pelo menos, um mês de antecedência relativamente à data de realização dos testes.

Quaisquer datas-limite ou alterações ao calendário devido a circunstâncias imprevistas serão da responsabilidade da FDI Portugal e serão comunicadas através de correspondência eletrónica oficial ou pelos canais oficiais de comunicação da Federação (incluindo redes sociais).

Todas as restantes informações relativas ao evento serão incluídas no protocolo oficial do evento.

#### **Interrupções e Situações Inesperadas:**

Se um patinador enfrentar um problema diretamente relacionado consigo (equipamento, vestuário, questões menores), dispõe de 40 segundos para o resolver sem necessidade de interromper a música.

Caso seja necessário mais tempo, o Árbitro poderá conceder até 3 minutos adicionais. Interrupções por motivos totalmente alheios ao patinador permitem a retoma a partir do ponto de interrupção.

- Não é permitida a repetição do programa completo.
- O Árbitro ou Juiz Principal tem plena autoridade para decidir se o programa deve retomar de um ponto específico, do início, ou se poderá ser concedido tempo adicional no final do grupo de aquecimento ou quando considerado apropriado.

**Ver também Secção F (Inícios e Reinícios) no Regulamento Geral.**

#### **Painel Juizes:**

O painel de juizes será composto por um Especialista Técnico ou Controlador Técnico e dois juizes de nível nacional ou superior.

A Federação designará qual dos membros do painel atuará como Árbitro. Sempre que possível, pelo menos um dos juizes nomeados deverá possuir qualificações internacionais.

Todas as regras relativas às funções, responsabilidades e conduta de juizes e oficiais encontram-se definidas no Regulamento Geral.

**Ver também Secção E (Deveres dos Oficiais) no Regulamento Geral.**

## **Regulamento de Testes Nacionais - Portugal**

Existem no total seis (6) testes nacionais. Todos os testes nacionais são obrigatórios antes de avançar para o sistema de testes internacionais. As inscrições para os testes devem ser realizadas através da FDI-Portugal.

Each test is performed as a program accompanied by music and consists of two parts: Free Skating and Steps and Turns.

Cada teste é executado sob a forma de um programa acompanhado por música e é composto por duas partes: Programa Livre e Passos e Viragens.

Durante a componente do Programa Livre, os elementos devem ser ligados por passos de transição, e a qualidade de patinagem será avaliada de acordo com os parâmetros de Skating Skills.

No que diz respeito aos elementos do Programa Livre, é permitido repetir um máximo de dois (2) elementos falhados. Os juízes reservam-se o direito de autorizar até duas (2) repetições para cada elemento falhado.

Na secção de Passos e Viragens, apenas é permitida uma (1) repetição no total.

A conclusão bem-sucedida de cada teste será certificada pelos juízes nomeados pela FDI Portugal.

A certificação oficial, sob a forma de diploma, será emitida pela FDI Portugal e atribuída ao atleta relativamente ao teste e nível alcançado.

Todos os testes serão avaliados por um painel de juízes designado pela FDI Portugal

### **Teste Levels:**

#### **Test - Iniciação**

Duração do Programa: 2 a 3 minutos – Os elementos podem ser executados em qualquer ordem.

1. Chassés para a frente, realizados duas vezes em cada pé, utilizando toda a extensão da pista.
2. Passo de Valsa, composto por uma viragem de 3 para a frente exterior seguida de uma passada para uma lâmina traseira exterior no pé livre.  
Este exercício deve ser repetido três vezes num círculo consistente (sem passadas adicionais para além do trabalho de lâmina referido), devendo ser executado no sentido horário e anti-horário.  
O exercício pode também ser realizado em figura-oito.
3. Três (3) Salto Cavalos (Bunny Hops) consecutivos em cada pé.  
Este exercício pode ser realizado numa curva ou em linha reta.
4. Pião vertical (USp) para a frente em um pé ou em dois pés, executado na posição básica com pelo menos duas (2) rotações.  
Pode ser iniciado a partir de posição parada ou com entrada em movimento.

5. Avião, mantendo a posição durante pelo menos três (3) segundos, seguido de um Lunge em linha reta.  
A transição entre o avião e o Lunge deve ser contínua e executada sem colocar o pé livre no gelo.
6. Curvas para a frente em eixo exterior, realizadas duas vezes em cada pé.  
O exercício deve demonstrar semicírculos claros e consistentes, percorrendo toda a extensão da pista.
7. Curvas para a frente em eixo interior, realizadas duas vezes em cada pé.  
O exercício deve demonstrar semicírculos claros e consistentes, percorrendo toda a extensão da pista.

### **Teste Preliminar:**

Duração do Programa: 2 a 3 minutos – Os elementos podem ser executados em qualquer ordem.

1. Chassés para trás, realizados duas vezes em cada pé, utilizando toda a extensão da pista.
2. Eixos para trás exteriores, realizados duas vezes em cada pé.  
O exercício deve iniciar com uma viragem de 3 para a frente exterior e demonstrar semicírculos claros e uniformes, cobrindo toda a extensão da pista.
3. Cruzados para a frente e para trás, realizados em figura-oito (8).  
O exercício inicia-se no centro da pista com três (3) impulsos para a frente.  
A transição dos cruzados para a frente para os cruzados para trás pode ser realizada através de uma 3-turn para a frente exterior, continuando diretamente para os cruzados para trás em figura-oito (8), sem parar antes de iniciar os cruzados para trás.
4. Sequência coreográfica, devendo incluir um mínimo de duas (2) posições distintas de patinagem, cada uma mantida durante pelo menos três (3) segundos.  
Exemplos de posições aceitáveis incluem:  
aviões, taça, bandeira, Ina Bauer, spread eagle, hydroblade e carrinho de um pé.
5. Salto de Valsa, executado com boa velocidade e demonstrando um claro impulso de saída e receção num eixo exterior trás.
6. Pião vertical para a frente (USp) em um pé, executado na posição básica com pelo menos três (3) rotações, com entrada em deslocamento para a frente.

### **Teste – Nível 1**

Duração do Programa: 2 minutos e 30 segundos a 3 minutos.

As viragens (turns) devem ser realizadas com velocidade e fluidez, ligando cada elemento de forma contínua.

#### Secção de Livres:

1. Salchow simples (1S)
2. Toeloop simples (1T)
3. Pião vertical para a frente (USp) em um pé, executado na posição básica com pelo menos quatro (4) rotações
4. Avião para trás, mantendo a posição durante três (3) segundos, uma vez em cada pé; eixo opcional
5. Posição de Taça para a frente, eixo opcional, mantendo a posição durante três (3) segundos.

#### Secção de Passos e Voltas (Skating Skills):

6. Eixos interiores para trás, realizados duas vezes em cada pé.  
O exercício pode iniciar com ou sem movimento e deve demonstrar semicírculos claros e uniformes, cobrindo toda a extensão da pista.
7. Três (3 turns) Exterior Frente + cruzado para trás, executado em cada pé, alternando direção. A transição entre os pés deve ser realizada através de um cruzado para trás. O exercício deve ser repetido duas vezes em cada pé.
8. Três (3) Interior Frente + cruzado para a frente, executado em cada pé, alternando direção. A transição entre os pés deve ser realizada através de um cruzado para a frente. O exercício deve ser repetido duas vezes em cada pé.

### Teste – Nível 2

Duração do Programa: 2 minutos e 30 segundos a 3 minutos.

As viragens (turns) devem ser realizadas com velocidade e fluidez, ligando cada elemento de forma contínua.

#### Secção de Livres:

1. Salchow simples + Toe-Loop simples em combinação (1S + 1T)
2. Loop simples (1Lo)
3. Flip simples (1F)
4. Pião vertical com mudança de pé (CUSp), com um mínimo de três (3) rotações em cada pé (2+2)
5. Pião sentado para a frente (SSp) com um mínimo de duas (2) rotações.

#### Secção de Passos e Voltas (Skating Skills):

6. Mohawks interiores para a frente: A transição entre cada Mohawk deve ser feita através de um cruzado para trás. O exercício deve ser repetido três (3) vezes em cada pé e executado em figura-oito (8).
7. Mohawks exteriores para a frente: A transição entre cada Mohawk deve ser feita com um Cruzado para trás e um impulso para a frente. O exercício deve ser repetido três (3) vezes em cada pé e executado em figura-oito.

### Teste – Nível 3

Duração do Programa: 2 minutos e 30 segundos a 3 minutos.

As viragens (turns) devem ser realizadas com velocidade e fluidez, ligando cada elemento de forma contínua.

Secção de Livres:

1. Combinação Flip simples + Loop simples (1F + 1Lo)
2. Lutz simples (1Lz)
3. Pião avião para a frente (CSp), executado na posição básica, com um mínimo de duas (2) rotações
4. Pião combinado para a frente (CoSp), utilizando as três (3) posições básicas. Cada posição deve ter um mínimo de duas (2) rotações (2+2+2)

Secção de Passos e Voltas (Skating Skills):

5. Três (3) Exterior Trás, executadas em cada pé. A transição entre cada Três Exterior deve ser feita através de um Mohawk Interior Frente e um impulso para trás. O exercício deve ser repetido duas (2) vezes em cada pé e percorrer toda a extensão da pista.
6. Três (3) Interior Trás em cada pé. A transição entre cada Três Interior deve ser feita através de um Mohawk Interior para frente. O exercício deve ser repetido duas (2) vezes em cada pé e percorrer toda a extensão da pista.

### Teste – Nível 4

Duração do Programa: 2 minutos e 30 segundos a 3 minutos.

As viragens (turns) devem ser realizadas com velocidade e fluidez, ligando cada elemento de forma contínua.

Secção de Livres:

1. Combinação Lutz simples + Loop simples (1Lz + 1Lo)
2. Axel simples (1A)
3. Pião sentado com mudança de pé (CSSp), executando um mínimo de três (3) rotações em cada pé
4. Pião combinado com mudança de pé (CCoSp), utilizando as três (3) posições básicas, com um mínimo de quatro (4) rotações em cada pé (4+4)

Secção de Passos e Voltas (Skating Skills):

5. Travelling (Twizzles) para a frente, realizados uma vez em cada pé; escolha do eixo opcional (pode ser interior ou exterior).
6. Travelling (Twizzles) para trás, realizados uma vez em cada pé; escolha do eixo opcional (pode ser interior ou exterior).  
Duplo Três, executado duas (2) vezes em cada pé. O exercício consiste em realizar um Três para a frente exterior, seguido imediatamente de um Três para trás interior, alternando os lados, repetindo duas vezes para cada lado e mantendo ligação fluida entre as viragens.



## Guia de Avaliação dos Testes Nacionais

GUIA DE AVALIAÇÃO NA EXECUÇÃO DE TESTES DE PATINAGEM ARTÍSTICA NO GELO	INICIAÇÃO	PRELIMINAR	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
--	-----------	------------	---------	---------	---------	---------

### SALTOS

Queda						
Menos revoluções do que o necessário						
Salto "q"						
Salto < ou <<						
Aresta "e" errada						
Aresta pouco clara "l"						
Rotação a mais ( <i>Step out</i> )						
Aterrizar com dois pés						
Tocar no gelo com a perna livre						
Tocar no gelo com as mãos						
Aterragem/saída fraca						

### COMBINAÇÕES

As regras dos saltos são aplicadas da mesma maneira						
Duplo três entre os dois saltos sem apoio no gelo						
Duplo três entre os dois saltos com apoio no gelo						

### PIÕES

Queda						
Posição básica não mantida o mínimo de revoluções						
Menos posições do que o necessário						
Pião não centrado ( <i>Traveling</i> )						
Diminuição de velocidade						
Tocar com a perna livre no gelo						
Tocar com as mãos no gelo						
CCoSp: dois centros muito distantes						

### VOLTAS E OUTROS ELEMENTOS

Queda						
As arestas das voltas obrigatórias não são bem executadas						
Curvas não conectadas e/ou perda de velocidade (falta de conexão entre elementos)						
Tropeço						
Avião – aresta incorreta						
Avião – falta de extensão da perna e perna livre abaixo da anca						

## Testes Internacionais

### 1. Requisitos de Participação

Para participar em competições internacionais, um patinador deve ter passado o nível de prova correspondente à categoria na qual pretende competir. A Federação é responsável por convocar as provas internacionais de patinagem artística no gelo.

**Ver também Secção C.1 (Elegibilidade para Eventos da Federação) nos Regulamentos Gerais**

### 2. Reptição de Elementos

Um máximo de dois (2) elementos obrigatórios pode ser marcado como “não passou” durante uma prova.

Cada elemento falhado pode ser repetido duas vezes no final do programa, na ordem indicada pelo Árbitro.

Não é permitido adicionar elementos para além daqueles definidos nos requisitos da prova.

### 3. Tentativas e Progressão

Cada atleta pode tentar a mesma prova um máximo de três (3) vezes dentro de uma única época.

Todas as provas internacionais devem ser completadas em ordem sequencial, como listadas neste documento.

O avanço para a próxima prova só é permitido depois do nível anterior ter sido passado com sucesso.

Só um máximo de duas (2) provas internacionais pode ser feito no mesmo dia devido às regulações da ISU sobre a fase de descanso.

### 4. Aprovação da Prova através de Protocolos de Comptição

Todos os atletas que tenham obtido até à prova Internacional Inter-Silver nesta época 2025/2026 serão elegíveis para fazer Programa Curto e Programa Livre no Campeonato Nacional de Portugal e serão divididos por grupo etário.

A partir do nível Inter-Silver, os atletas podem obter aprovação do teste com base nos seus protocolos oficiais de competição (programa curto e programa livre) provenientes de um evento reconhecido na temporada atual.

Estes protocolos devem ser submetidos em formato PDF à FDI-Portugal para avaliação.

## Níveis de Testes Internacionais

### Basic- Novice / Teste Pre-Bronze

Duração do Programa: 2 minutos e 30 segundos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Um Axel simples (1A)
- Um salto duplo à escolha
- Pião simples — Deve ter um mínimo de seis (6) rotações. Pode ser executado na posição vertical (USp) ou sentado (SSp) ou avião (CSp).
- Pião em combinação (CoSp/CCoSp) — Com ou sem mudança de pé.
  - Sem mudança de pé: é necessário um mínimo de seis (6) rotações
  - Com mudança de pé: é necessário um mínimo de oito (8) rotações
  - A combinação deve incluir pelo menos três (3) posições básicas no total
  - Entrada voadora (flying Entrence) é permitida
- Sequência Coreográfica (ChSq) — deve incluir pelo menos duas (2) posições de patinagem.

Apenas são permitidas variações das posições básicas de pião.

### Novice-Intermediate / Teste Bronze

Duração do Programa: 3 minutos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Um salto duplo à escolha
- Combinação de saltos — deve incluir um Axel simples (1A) e um salto duplo à escolha (pode incluir Thoren/Euler como elemento de ligação)
- Pião simples — Deve ter um mínimo de seis (6) rotações. Pode ser executado na posição vertical (USp) ou sentado (SSp) ou avião (CSp).  
Pião em combinação (CoSp/CCoSp) — Com ou sem mudança de pé.
  - Sem mudança de pé: mínimo de seis (6) rotações
  - Com mudança de pé: mínimo de oito (8) rotações
  - A combinação deve incluir pelo menos três (3) posições básicas
  - Entrada voadora (Flying Entrence) não é permitida
- Sequência de Passos (StSq) — deve demonstrar uma variedade mínima de passos e voltas.

Pião e sequência de passos com Features até nível 2 são permitidos

### **Advanced-Novice / Teste Inter-Silver**

Duração do Programa: 3 minutos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Salchow duplo (2S)
- Toe-Loop duplo (2T)
- Combinação de saltos: Axel simples (1A) + Toe-Loop duplo (2T) ou Loop duplo (2Lo), ou uma combinação de dois saltos duplos
- Pião de Combinação (CCoSp) com mudança de pé — deve incluir três (3) posições básicas e um mínimo de oito (8) rotações no total. O pião deve atingir pelo menos Features até Nível 1.
- Pião sentado (CSSp) com mudança de pé — deve incluir um mínimo de seis (6) rotações em cada pé e atingir pelo menos Features de Nível 2.
- Sequência Coreográfica (ChSq) — deve incluir pelo menos duas (2) posições de patinagem.

Para todos os piões, é permitido um máximo de Features de Nível 2.

### **Advanced-Novice / Teste Silver**

Duração do Programa: 3 minutos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Loop duplo (2Lo)
- Flip duplo (2F)
- Duas combinações de saltos: Uma das combinações deve incluir um Toe-Loop duplo (2T). É permitido executar duas combinações de saltos ou uma combinação e uma sequência de saltos. Os mesmos saltos executados como elementos individuais (2F e 2Lo) não podem ser repetidos nas combinações ou sequência de saltos.
- Pião de Combinação (CCoSp) com mudança de pé — deve incluir três (3) posições básicas e um mínimo de dez (10) rotações no total (cinco (5) em cada pé). O pião deve atingir pelo menos Features de Nível 2.
- Pião avião voado (FCSp) — deve incluir um mínimo de seis (6) rotações e atingir pelo menos Features de Nível 2.
- Sequência Coreográfica (ChSq) — deve incluir pelo menos duas (2) posições de patinagem.

For all spins, a maximum of Level 3 Features is permitted.

## **Junior / Teste Inter-Gold**

### **Mulheres**

Duração do Programa: 3 minutos e 30 segundos ( $\pm 10$  segundos)

Required Elements:

- Lutz duplo (2Lz)
- Flip duplo (2F)
- Combinação de três saltos: deve consistir em qualquer salto duplo + 1 Euler (1Eu) + qualquer salto duplo
- Pião sentado voado (FSSp): mínimo de oito (8) rotações, sem mudança de pé. Deve atingir pelo menos Features de Nível 2
- Pião Layback (LSp) ou Pião avião (CSp): mínimo de seis (6) rotações. Deve atingir pelo menos Features de Nível 2
- Sequência de Passos (StSq) — permitido até Features de Nível 2.

Este programa corresponde ao Programa Curto Júnior Feminino ISU.

Na combinação de saltos, são permitidas as seguintes configurações: triplo + triplo (3 + 3), duplo + triplo (2 + 3), triplo + duplo (3 + 2), ou duplo + duplo (2 + 2), conforme listado abaixo.

Para todos os piões, é permitido um máximo de Features de Nível 3.

### **Homen**

Duração do Programa: 3 minutos e 30 segundos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Lutz duplo (2Lz)
- Flip duplo (2F)
- Combinação de saltos: Lutz duplo (2Lz) + Loop duplo (2Lo) ou Flip duplo (2F) + Loop duplo (2Lo)
- Pião sentado voado (FSSp): mínimo de oito (8) rotações, sem mudança de pé. Deve atingir pelo menos Features de Nível 2
- Pião avião com mudança de pé (CCSp): mínimo de cinco (5) rotações em cada pé. Deve atingir pelo menos Features de Nível 2
- Sequência de Passos (StSq) — permitido até Features de Nível 2.

Este programa corresponde ao Programa Curto Júnior Masculino ISU.

Para todos os piões, é permitido um máximo de Features de Nível 3

## **Senior / Teste Gold**

### **Mulher**

Duração do Programa: 4 minutos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Axel duplo (2A) ou Lutz duplo (2Lz)
- Combinação de saltos: Lutz duplo (2Lz) + Loop duplo (2Lo) ou Flip duplo (2F) + Loop duplo (2Lo)
- Pião sentado voado (FSSp) ou Pião avião voado (FCSp): mínimo de seis (6) rotações cada
- Pião Layback (LSp) ou Pião avião (CSp) ou Pião sentado (SSp): sem mudança de pé, mínimo de oito (8) rotações (a posição de pião usada no elemento anterior não pode ser repetida aqui)
- Pião de combinação com mudança de pé (CCoSp): deve incluir um mínimo de dez (10) rotações, ou oito (8) se executado sem mudança de pé. Deve incluir as três (3) posições básicas. Deve atingir pelo menos Features de Nível 3
- Sequência de Passos (StSq): deve atingir pelo menos Features de Nível 3

Este programa corresponde ao Programa Curto Sênior Feminino ISU.

Para todos os piões, é permitido um máximo de Features de Nível 3.

### **Homen**

Duração do Programa: 4 minutos ( $\pm 10$  segundos)

Elementos Obrigatórios:

- Axel duplo (2A) ou Lutz duplo (2Lz)
- Um (1) salto triplo à escolha
- Combinação de três saltos: três saltos duplos (2 + 2 + 2), devendo incluir o Loop duplo (2Lo). O mesmo salto duplo só pode ser repetido duas vezes no programa
- Pião sentado voado (FSSp) ou Pião avião voado (FCSp): mínimo de seis (6) rotações cada
- Pião avião com mudança de pé (CCSp) ou Pião sentado com mudança de pé (CSSp): mínimo de seis (6) rotações em cada pé. Deve atingir pelo menos Features de Nível 3
- Pião de combinação com mudança de pé (CCoSp): deve incluir um mínimo de dez (10) rotações, ou oito (8) se executado sem mudança de pé. Deve incluir as três (3) posições básicas. Deve atingir pelo menos Features de Nível 3
- Sequência de Passos (StSq): deve atingir pelo menos Features de Nível 3.

Este programa corresponde ao Programa Curto Sénior Masculino ISU.

Para todos os piões, é permitido um máximo de Features de Nível 3

### Repetição de Elementos

É permitido repetir um máximo de dois (2) elementos fora do programa, desde que todos os outros elementos obrigatórios tenham sido executados corretamente. O Painel de Júri pode indicar a ordem na qual os elementos devem ser repetidos. O atleta terá um máximo de 30 segundos, a partir do momento em que os juízes indiquem qual elemento deve ser repetido, para realizar a repetição.

### Guia de Avaliação para Testes Internacionais

Se forem cometidos dois erros dentro do mesmo elemento, o elemento será considerado reprovado, mesmo que erros sejam permitidos noutras circunstâncias.

GUIA DE AVALIAÇÃO NA EXECUÇÃO DE TESTES DE PATINAGEM ARTÍSTICA NO GELO	BASIC NOVICE	INTERMEDIATE NOVICE	PRE-BRONZE	BRONZE	SILVER	GOLD
<b>SALTOS</b>						
Queda						
Menos revoluções do que o necessário						
Salto "q"						
Salto < ou <<						
Aresta "e" errada						
Aresta pouco clara "!"						
Rotação a mais ( <i>Step out</i> )						
Aterrizar com dois pés						
Tocar no gelo com a perna livre (máx. 1 por programa)						
Tocar no gelo com as mãos (máx. 1 por programa e apenas em 2A ou triplo)						
Aterragem/saída fraca						
Duplo três, sem queda e sem suporte (máx. 1 por programa) (a partir do nível <i>Silver</i> só é permitido em 2A, triplo ou quádruplo)						
Preparação longa						
<b>COMBINAÇÕES</b>						
As regras dos saltos são aplicadas da mesma maneira						
Duplo três entre os dois saltos sem apoio no gelo						
Duplo três entre os dois saltos com apoio no gelo						
<b>PIÕES</b>						
Queda						
Posição básica não mantida o mínimo de revoluções						
FSSp: sem salto visível (não é necessário sentar-se no ar mas deve haver um salto alto e visível)						
Menos posições do que o necessário						
Pião não centrado ( <i>Traveling</i> )						
Diminuição de velocidade						
Tocar com a perna livre no gelo						

Tocar com as mãos no gelo						
FCSp com passo pequeno (step over)						
CCoSp: dois centros muito distantes						

#### **VOLTAS E OUTROS ELEMENTOS**

Queda						
Passos e Voltas em menos de metade da sequência						
Sequência errada ou demasiado pequena						
Tropeço sem queda						
Menos de 75% da sequência foi executada corretamente.						

#### **LISTA DE ERROS A AVALIAR**

Queda						
Tropeço						
Arestas e círculos feitos sem velocidade						
Perda de aresta						
Aresta plana ou fraca						
<i>Strocking</i> – número exato de empurrões da sequência						
Passos/voltas difíceis sem estabilidade e união (entrada/saída)						