

<b>Babys</b>	Echauffement : 3 minutes	N'a pas atteint 7 ans au 1er juillet du début de la saison.	<p>Programme Libre d'une durée de 1 min 30 ± 10 sec.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 2 éléments sauts maximum possible</li> <li>· Saut de valse - Salchow ou Boucle piqué</li> <li>· 1 pirouette debout maximum (sur 2 pieds ou 1 pied), le ou les changements de pied sont interdits</li> <li>· une arabesque à 3 secondes</li> <li>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Interprétation</li> </ul>
<b>Poussins</b>	Echauffement : 3 minutes	Plus de 7 ans et moins de 10 ans au 1er juillet du début de la saison.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Programme Libre d'une durée de 2 minutes ± 10 sec.</li> <li>* 4 éléments sauts maximum autorisés pouvant indure une combinaison de 2 sauts</li> <li>· Saut de valse, Salchow, boude piqué, boucle maximum</li> <li>· Au maximum 2 pirouettes identiques ou différentes parmi la pirouette debout et la pirouette assise</li> <li>· Une séquence chorégraphique</li> <li>· Un saut ne peut être exécuté que 2 fois</li> <li>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Interprétation</li> </ul>
<b>Débutants A</b>	Echauffement : 3 minutes	N'a pas atteint 12 ans au 1er juillet du début de la saison.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Programme Libre d'une durée de : 2 minutes ± 10 sec.</li> <li>* 4 éléments sauts maximum autorisés</li> <li>· tous les sauts simples sont autorisés mais l'axel est interdit</li> <li>· possibilité d'une combinaison de 2 sauts maximum</li> <li>· au maximum 2 pirouettes différentes. Le ou les changements de pied sont optionnels. L'entrée sautée est interdite.</li> <li>· Une séquence chorégraphique ou une séquence de pas</li> <li>· un saut ne peut être exécuté que 2 fois au total</li> <li>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Interpretation</li> </ul>
<b>Débutants B</b>	Echauffement : 3 minutes	A plus de 12 ans au 1er juillet du début de la saison.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Programme Libre d'une durée de : 2 minutes ± 10 sec.</li> <li>* 4 éléments sauts maximum autorisés</li> <li>· tous les sauts simples sont autorisés mais l'axel est interdit</li> <li>· possibilité d'une combinaison de 2 sauts maximum</li> <li>· au maximum 2 pirouettes différentes. Le ou les changements de pied sont optionnels. L'entrée sautée est interdite.</li> <li>· Une séquence chorégraphique ou une séquence de pas</li> <li>· un saut ne peut être exécuté que 2 fois au total</li> <li>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Interpretation</li> </ul>
<b>Novices A</b>	Echauffement : 4 minutes	N'a pas atteint 13 ans au 1er juillet du début de la saison.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Programme Libre d'une durée de : 2 minutes 30 ± 10 sec.</li> <li>* 5 éléments sauts maximum autorisés</li> <li>· tous les sauts simples sont autorisés y compris l'axel.</li> <li>· 1 combinaison de 2 sauts (séquences interdites)</li> <li>· 2 pirouettes maximum de natures différentes. Le ou les changements de pied sont optionnels. L'entrée sautée est interdite.</li> <li>· Une séquence chorégraphique ou une séquence de pas</li> <li>· un saut ne peut être exécuté que 2 fois au total</li> <li>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Performance/Exécution - Interpretation</li> </ul>

<p><b>Novices B</b></p>	<p>Echauffement : 4 minutes</p>	<p>Plus de 13 ans et moins de 15 ans au 1er juillet du début de la saison.</p>	<p>* Programme Libre d'une durée de : 2 minutes 30 ± 10 sec.  * 5 éléments sauts maximum autorisés</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· tous les sauts simples sont autorisés y compris l'axel.</li> <li>· 1 combinaison de 2 sauts (séquences interdites)</li> <li>· 2 pirouettes maximum de natures différentes. Le ou les changements de pied sont optionnels. L'entrée sautée est interdite.</li> </ul> <p>· Une séquence chorégraphique ou une séquence de pas  · un saut ne peut être exécuté que 2 fois au total</p> <p>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Performance/Exécution - Interpretation</p>
<p><b>Juniors</b></p>	<p>Echauffement : 4 minutes</p>	<p>Plus de 15 ans et moins de 19 ans au 1er juillet du début de la saison.</p>	<p>* Programme Libre d'une durée de : 2 minutes 30 ± 10 sec.  * 5 éléments sauts maximum autorisés</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· tous les sauts simples sont autorisés y compris l'axel.</li> <li>· 1 combinaison de 2 sauts (séquences interdites)</li> <li>· 2 pirouettes maximum de natures différentes. Le ou les changements de pied sont optionnels. L'entrée sautée est interdite.</li> </ul> <p>· Une séquence chorégraphique ou une séquence de pas  · un saut ne peut être exécuté que 2 fois au total</p> <p>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Performance/Exécution - Interpretation</p>
<p><b>Séniors</b></p>	<p>Echauffement : 4 minutes</p>	<p>Plus de 19 ans au 1er juillet du début de la saison.</p>	<p>* Programme Libre d'une durée de : 2 minutes 30 ± 10 sec.  * 5 éléments sauts maximum autorisés</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· tous les sauts simples sont autorisés y compris l'axel.</li> <li>· 1 combinaison de 2 sauts (séquences interdites)</li> <li>· 2 pirouettes maximum de natures différentes. Le ou les changements de pied sont optionnels. L'entrée sautée est interdite.</li> </ul> <p>· Une séquence chorégraphique ou une séquence de pas  · un saut ne peut être exécuté que 2 fois au total</p> <p>* Les composantes seront jugées sur : - Skating Skills - Performance/Exécution - Interpretation</p>
<p><b>Interprétation</b></p>	<p>Echauffement : 4 minutes</p>	<p>Plus de 15 ans et moins de 19 ans au 1er juillet du début de la saison.</p>	<p>Eléments techniques libres mais non comptabilisés  Programme libre de 2 minutes 30  Sera jugé sur:  - Skating Skills  - Performance / Exécution  - Interprétation (compte double)  Accessoires autorisés</p>