

	Minima*		Maxima		Autre contenu obligatoire	Circuit régional		Circuit national	
	Pirouettes	Sauts	Pirouettes	Sauts		DR2	DR1	DN2	DN1
Palier 1 2*30 (+/- 10s)	Contenu du patin de Bronze		Contenu du patin de Bronze			Mini <sup>1</sup>	Poussin Super Mini		
Palier 2 2*30 (+/- 10s)	Dt debout	Saut de trois Salchow Boucle piqué	Pirouettes debouts isolées	Sv, S, Bp, Bd	1 série de pas (cercle, diag, serpentine) 1 série d'arabesques en serpentine	Espoir <sup>1</sup>	Mini	Super Mini <sup>1</sup>	Poussin <sup>1</sup>
Palier 3 2*30 (+/- 10s)	Hr debout	Flip Lutz Boucle	Pirouettes debouts et/ou assises isolées et/ou combinées	Bp, S, F, L, B, Bd	BP 1 série de pas (cercle, diag, serpentine) 1 série d'arabesques en serpentine	Cadet <sup>1</sup>	Espoir	Mini 1 Mini 2	Super Mini <sup>1</sup>
Palier 4 2*30 (+/- 10s)	1 pirouette assise	Flip Lutz Boucle Boucle en dedans	Hv allongée Hr allongée Combinaison pirouettes assises	Bp, S, F, L, B, Bd et Axel	BP 1 combinaison de pirouettes 1 série de pas (cercle, diag, serpentine) contenant 3 braquets consécutifs et un double trois Hr ou Dv avec la jambe libre enroulée sous le genou de la jambe porteuse 1 série d'arabesques en serpentine avec 2 positions minimum	Jeunesse <sup>1</sup>	Cadet	Espoir 1	Mini 1
Palier 5 2*30 (+/- 10s)	1 pirouette assise	Axel	Pirouettes assises et/ou allongées isolées et/ou combinées	A, S2, Bp2	BP simple ou double 1 combinaison de pirouettes 1 série de pas (cercle, diag, serpentine) contenant 3 braquets consécutifs et un double trois Hr ou Dv avec la jambe libre enroulée sous le genou de la jambe porteuse 1 série d'arabesques en serpentine avec 2 positions minimum	Ju / Se <sup>1</sup>	Jeunesse	Espoir 2	Mini 2
Palier 6 3'00 (+/- 10s)	1 pirouette allongée	Axel Bp2 ou S2	toutes les pirouettes sauf tranche	A, S2, Bp2, F2, L2	BP simple ou double 1 combinaison de pirouettes 1 série de pas (cercle, diag, serpentine) contenant 3 braquets consécutifs et un double trois Hr ou Dv avec la jambe libre enroulée sous le genou de la jambe porteuse 1 série d'arabesques en serpentine avec 2 positions minimum		Ju / Se	Cadet	Espoir 1
Palier 7 3'00 (+/- 10s)	1 pirouette allongée	Axel Bp2 ou S2	toutes les pirouettes sauf tranche	A, S2, Bp2, F2, L2, B2	BP simple ou double 1 combinaison de pirouettes 1 série de pas (cercle, diag, serpentine) contenant 3 braquets consécutifs et un double trois Hr ou Dv avec la jambe libre enroulée sous le genou de la jambe porteuse 1 série d'arabesques en serpentine avec 2 positions minimum			Jeunesse	Espoir 2
Palier 8 3*30 (+/- 10s)	Hv arabesque Hr arabesque	Axel Bp2 et S2	toutes les pirouettes sauf tranche	Pas de limite	BP simple, double ou triple 6 blocs sauts maximum (saut isolé ou combinaison) Minimum 2 pirouettes dont au moins 1 combinaison 1 série de pas (cercle, diag, serpentine)			Ju / Se	Cadet
Palier 9 4*00 (+/- 10s)	Hv arabesque Hr arabesque	F2 ou L2 B2	toutes les pirouettes sauf tranche	Pas de limite	BP simple, double ou triple Minimum 2 pirouettes dont au moins 1 combinaison 2 séries différentes de pas (cercle, diag, serpentine)				Jeunesse
Palier 10 4*00 (+/- 10s)	1 pirouette de classe A	A2	Pas de limite	Pas de limite	Minimum 2 pirouettes dont au moins 1 combinaison 2 séries différentes de pas (cercle, diag, serpentine)				Junior Senior