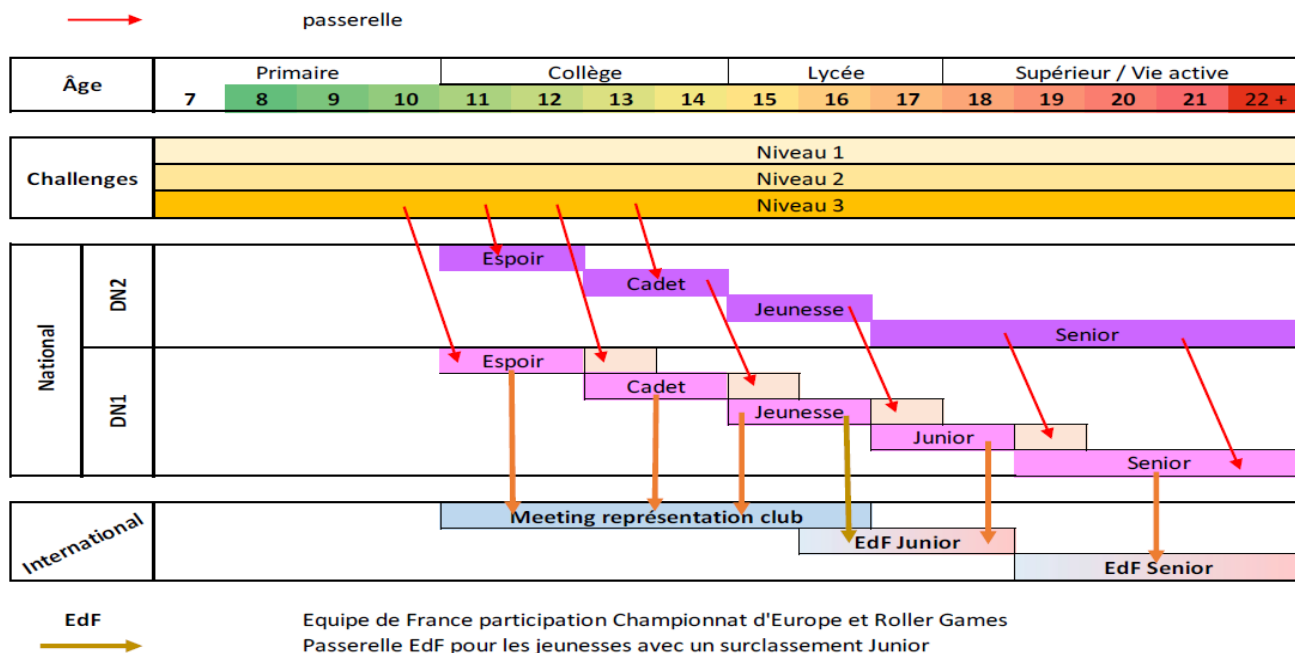


1. Solo Artistique



Une seule division pour les garçons.

Années	Catégories nationales			
	Division Nationale 1			Division Nationale 2
2006				DN2 Espoir F
2005		DN1 Espoir F		DN1 Espoir G
2004				DN2 Cadet F
2003	DN1 Cadet F		DN1 Cadet G	
2002				DN2 Jeunesse F
2001		DN1 Je F		DN1 Je G
2000				DN2 Junior/Senior F
1999	DN1 Junior F		DN1 Junior G	
1998				
1997 et avant		DN1 Senior F		DN1 Senior G

Compétitions	Catégories		Figures Imposées	Figures Libres		Combiné (C=FI+FL)
				Prog court (coeff 1)	Prog long (coeff 3)	
TOURNOI DE QUALIFICATION	DN1 Es F	DN Es G	-	-	3'00 (+/- 10s)	-
	DN1 Ca F	DN Ca G	-	-	3'30 (+/- 10s)	-
	DN1 Je F	DN Je G	-	-	4'00 (+/- 10s)	-
	DN1 Ju F	DN Ju G	-	2'45 (+/- 5s)	4'15 à 4'30	4'20 à 4'40
	DN1 Se F	DN Se G	-	2'45 (+/- 5s)	4'15 à 4'30	4'20 à 4'40
		DN2 Espoir F	-	-	2'30 (+/- 10s)	-
		DN2 Cadet F	-	-	3'00 (+/- 10s)	-
		DN2 Jeunesse F	-	-	3'30 (+/- 10s)	-
	DN2 Junior/Senior F	-	-	4'00 (+/- 10s)	-	

CHAMPIONNAT DE FRANCE 2 ^{ème} div.	DN2 Espoir F		-	-	2'30 (+/- 10s)		-
	DN2 Cadet F		-	-	3'00 (+/- 10s)		-
	DN2 Jeunesse F		-	-	3'30 (+/- 10s)		-
	DN2 Junior/Senior F		-	-	4'00 (+/- 10s)		-
CHAMPIONNAT DE FRANCE 1 ^{ère} div.	DN1 Es F	DN Es G	3 figures	-	3'00 (+/- 10s)		C
	DN1 Ca F	DN Ca G	4 figures	2'30 (+/- 5s)	3'30 (+/- 10s)		C
	DN1 Je F	DN Je G	4 figures	2'30 (+/- 5s)	4'00 (+/- 10s)		C
	DN1 Ju F	DN Ju G	3 figures	2'45 (+/- 5s)	4'15 à 4'30	4'20 à 4'40	-
	DN1 Se F	DN Se G	3 figures	2'45 (+/- 5s)	4'15 à 4'30	4'20 à 4'40	-

Suppression des figures imposées sur le 2^{ème} Open.

Les figures imposées seront présentes uniquement sur le Championnat de France.

Figures imposées Espoir :

- Groupe 1 : 10 - Double Trois Hv
19 - Bracket Dv
14 - Boucle Hv
- Groupe 2 : 11 - Double Trois Dv
18 - Bracket Hv
15 - Boucle Dv
- Groupe 3 : 13 - Double Trois Dr
19 - Bracket Dv
14 - Boucle Hv

Figures imposées Junior : (plus que 3 figures)

- Groupe 1 : 42 - Contre-rocking Hv combiné avec Bracket et Contre-rocking Dv (3 passages)
38 - Paragraphe Boucle Hv (2 passages)
36 - Paragraphe double trois Hv (2 passages)
- Groupe 2 : 43 - Rocker Hv combiné avec double trois Hr (3 passages)
31 - Changement de carre Boucle Hr (3 passages)
40 - Paragraphe Bracket Hv (2 passages)
- Groupe 3 : 44 - Rocker Dv combiné avec double trois Dr (3 passages)
38 - Paragraphe Boucle Hv (2 passages)
40 - Paragraphe Bracket Hv (2 passages)
- Groupe 4 : 45 - Contre-rocking Hr combiné avec Bracket et Contre-rocking Dv (3 passages)
31 - Changement de carre Boucle Hr (3 passages)
37 - Paragraphe double trois Hr (2 passages)

Figures imposées Senior : (plus que 3 figures)

- Groupe 1 : 46 - § Double trois Hv combiné avec Rocker dehors et double trois Hr (2 passages)
39 - Paragraphe Boucle Hr (2 passages)
47 - § Bracket Hv combiné avec Contre-rocking dedans et Bracket Dr (2 passages)
- Groupe 2 : 48 - § Double trois Hr combiné avec Rocker dehors et double trois Hv (2 passages)
38 - Paragraphe Boucle Hv (2 passages)
49 - § Bracket Hr combiné avec Contre-rocking dedans et Bracket Dv (2 passages)
- Groupe 3 : 50 - § Double trois Hv combiné avec Contre-rocking dehors et double trois Hr (2 passages)
39 - Paragraphe Boucle Hr (2 passages)
51 - § Bracket Hv combiné avec Rocker dedans et Bracket Dr (2 passages)
- Groupe 4 : 52 - § Double trois Hr combiné avec Contre-rocking dehors et double trois Hv (2 passages)
38 - Paragraphe Boucle Hv (2 passages)
53 - § Bracket Hr combiné avec Rocker dedans et Bracket Dv (2 passages)

Figures	N°	Descriptions
	42a b	CONTRE-ROCKING AVANT COMBINE AVEC BRACKET HvdCHrBkDv-DvgCDrBkHv Avant HvgCHrBkDv-DvdCDrBkHv Avant
	43a b	ROCKER DEHORS COMBINE AVEC DOUBLES TROIS DEHORS HvdRHrTDvTHr-HrgRHvTDrTHv Dehors avant HvgRHrTDvTHr-HrdRHvTDrTHv Dehors avant

	44a b	<p style="text-align: center;">ROCKER DEDANS COMBINE AVEC DOUBLES TROIS DEDANS</p> DvdRDrTHvTDr-DrgRDvThrTDv Dedans avant DvgRDrTHvTDr-DrdRDvThrTDv Dedans avant
	45a b	<p style="text-align: center;">CONTRE-ROCKING ARRIERE COMBINE AVEC BRACKET</p> HrdCHvBkDr-DrgCDvBkHr Arrière HrgCHvBkDr-DrdCDvBkHr Arrière
	46a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE DOUBLES TROIS COMBINE AVEC ROCKER DEHORS</p> HvdTDrThvRHrTDvThr-HrgTDvThrRHvTDrThv Avant HvgTDrThvRHrTDvThr-HrdTDvThrRHvTDrThv Avant
	47a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE BRACKET COMBINE AVEC CONTRE-ROCKING DEDANS</p> HvdBkDrCDvBkHr-HrgBkDvCDrBkHv Avant HvgBkDrCDvBkHr-HrdBkDvCDrBkHv Avant
	48a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE DOUBLES TROIS COMBINE AVEC ROCKER DEHORS</p> HrdTDvThrRHvTDrThv-HvgTDrThvRHrTDvThr Arrière HrgTDvThrRHvTDrThv-HvdTDrThvRHrTDvThr Arrière
	49a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE BRACKET COMBINE AVEC CONTRE-ROCKING DEDANS</p> HrdBkDvCDrBkHv-HvgBkDrCDvBkHr Arrière HrgBkDvCDrBkHv-HvdBkDrCDvBkHr Arrière
	50a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE DOUBLES TROIS COMBINE AVEC CONTRE-ROCKING DEHORS</p> HvdTDrThvCHrTDvThr-HrgTDvThrCHvTDrThv Avant HvgTDrThvCHrTDvThr-HrdTDvThrCHvTDrThv Avant
	51a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE BRACKET COMBINE AVEC ROCKER DEDANS</p> HvdBkDrRDvBkHr-HrgBkDvRDrBkHv Avant HvgBkDrRDvBkHr-HrdBkDvRDrBkHv Avant
	52a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE DOUBLES TROIS COMBINE AVEC CONTRE-ROCKING DEHORS</p> HrdTDvThrCHvTDrThv-HvgTDrThvCHrTDvThr Arrière HrgTDvThrCHvTDrThv-HvdTDrThvCHrTDvThr Arrière
	53a b	<p style="text-align: center;">PARAGRAPHE BRACKET COMBINE AVEC ROCKER DEDANS</p> HrdBkDvRDrBkHv-HvgBkDrRDvBkHr Arrière HrgBkDvRDrBkHv-HvdBkDrRDvBkHr Arrière

Programme court Cadet à Senior :

PC Junior Senior 2'40 à 2'50

PC Cadet Jeunesse 2'25 à 2'35

Suppression de l'ordre imposé des éléments.

- Axel simple, double ou triple
- Combinaison de sauts de **2 à 4 sauts** (sauts de liaison d'un tour inclus)
- Saut piqué simple, double, triple
- Pirouette isolée
- Combinaison de pirouettes avec une pirouette assise obligatoire. Maximum 5 positions.
- Série de pas **départ à l'arrêt (2018 en Médiane)**

La position au sol ou à genou n'est autorisée qu'une seule fois pour une durée de 5 secondes maximum.

L'élément isolé peut être présenté aussi dans la combinaison de sauts ou pirouettes.

Le même saut ne doit pas être réalisé plus de 2 fois.

Si 2 sauts sont présentés correctement en combinaison avant une chute ou rupture, la combinaison sera considérée comme exécutée.

Toute combinaison de pirouettes de plus de 5 positions est sanctionnée.

Toute combinaison de plus de 4 sauts est sanctionnée.

Chaque pirouette dont l'entrée, le changement de position, le changement de pied n'est pas direct (recherche d'élan/vitesse par des "à-coups") est considérée d'une qualité médiocre et est sanctionnée.

La pirouette Tranche est interdite.

Programme long DN1 Junior et Senior :

PL Dames 4'15 à 4'30

PL Hommes 4'20 à 4'40

Suppression de l'ordre imposé des éléments.

Sauts :

- Maximum 8 sauts pour les dames et 9 pour les hommes (sauts de liaison d'un tour exclus)
- Maximum 3 combinaisons de sauts
- Maximum 5 sauts dans les combinaisons (sauts de liaison d'un tour inclus)
- Double Axel obligatoire isolé ou en combinaison
- Le même type de saut ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison.

Pirouettes :

- Maximum 2 éléments pirouettes dont 1 combinaison de pirouettes à 5 positions maximum et une position assise obligatoire

Série de pas :

- Une séquence de pas obligatoire (cercle, serpentine, diagonale, médiane) départ à l'arrêt niveau 2 minimum.
- Une séquence de pas chorégraphique, départ à l'arrêt.

Programme long DN1 Jeunesse : (La règle de répartition des éléments est conservée).

Sauts :

- Maximum 8 sauts (sauts de liaison d'un tour exclus dans les combinaisons)
- Maximum 3 combinaisons de sauts
- Maximum 5 sauts dans les combinaisons (sauts de liaison d'un tour inclus)
- Saut de type Axel obligatoire isolé ou en combinaison
- Boucle piqué double ou triple obligatoire, isolé ou en combinaison.
- Double Lutz ou double Boucle obligatoire, isolé ou en combinaison.
- Le même type de saut (Axel, double, triple) ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison.

Pirouettes :

- Minimum 2 et maximum 3 éléments pirouettes parmi :
 - o 1 pirouette isolée assise ou arabesque
 - o 1 combinaison de pirouettes 5 positions maximum et une position assise obligatoire
 - o 1 combinaison de pirouettes 3 positions maximum

La même pirouette ne peut être présentée plus de 2 fois dans le programme.

Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position.

La pirouette Tranche est interdite.

Le nombre de tour en position debout pour finaliser une pirouette assise ou arabesque n'est pas limité et ne doit pas être considéré comme une difficulté ou une combinaison.

Série de pas :

- Une séquence de pas obligatoire (cercle, serpentine, diagonale, **médiane**) départ à l'arrêt niveau 2 minimum.
- Une séquence de pas chorégraphique, départ à l'arrêt.

Programme long DN1 Cadet : (La règle de répartition des éléments est conservée).

Sauts :

- Maximum 8 sauts (sauts de liaison d'un tour exclus dans les combinaisons)
- Maximum 2 combinaisons de sauts
- Maximum 5 sauts dans les combinaisons (sauts de liaison d'un tour inclus)
- Saut de type Axel obligatoire isolé ou en combinaison
- Boucle piqué double ou triple obligatoire, isolé ou en combinaison.
- Le même type de saut (Axel, double, triple) ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison.

Pirouettes :

- Minimum 2 et maximum 3 éléments pirouettes parmi :
 - o 1 pirouette isolée assise ou arabesque
 - o 1 combinaison de pirouettes 5 positions maximum et une position assise obligatoire
 - o 1 combinaison de pirouettes 3 positions maximum

La même pirouette ne peut être présentée plus de 2 fois dans le programme.

Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position.

La pirouette Tranche est interdite.

Le nombre de tour en position debout pour finaliser une pirouette assise ou arabesque n'est pas limité et ne doit pas être considéré comme une difficulté ou une combinaison.

Série de pas :

- Une séquence de pas obligatoire (cercle, serpentine, diagonale, **médiane**) départ à l'arrêt niveau 2 minimum

Séquence de pas (cercle, serpentine, diagonale, médiane) :

Départ à l'arrêt obligatoire.

La séquence de pas doit être exécutée en harmonie avec la musique.

Arrêts possibles pour caractériser la musique. **Rétrogression autorisée.**

Un saut d'un tour peut être inséré dans la séquence (codifié ou non). **Tout saut supplémentaire sera pénalisé.**

Pas en médiane :

Départ de n'importe quel côté de la piste sur l'axe longitudinal en évoluant vers le côté opposé autour de l'axe longitudinal.

La série de pas doit couvrir au moins $\frac{3}{4}$ de la piste.



Niveaux de difficulté d'une séquence de pas :

Les niveaux pour les séquences de pas peuvent être donnés si les caractéristiques suivantes sont respectées. Les pas doivent être uniformément répartis entre les retournements.

- Niveau 1 – au moins 4 retournements.
- Niveau 2 – au moins 6 retournements.
- Niveau 3 – au moins 3 retournements, tous exécutés au moins une fois dans les deux directions (6 retournements au total). Le patineur doit aussi présenter 1 choctaw dans les deux directions (1 sens horaire et 1 sens antihoraire).
- Niveau 4 – au moins 4 types différents de retournements, tous exécutés au moins une fois dans les deux directions (8 retournements au total). Le patineur doit aussi présenter 1 choctaw dans les deux directions (1 sens horaire et 1 sens antihoraire).
- Niveau 5 – au moins 5 types différents de retournements, tous exécutés au moins une fois dans les deux directions (10 retournements au total). Le patineur doit aussi présenter 1 cluster et 1 choctaw dans les deux directions (1 sens horaire et 1 sens antihoraire).

Retournement : les retournements sont les difficultés techniques listées et qui impliquent un changement de direction sur le même pied : travelling (double trois - une rotation complète doit être exécutée rapidement pour être considéré comme tel sinon il sera considéré comme un double trois), trois, bracket, boucle, contre-rocking, rocker.

Pas : un pas est une difficulté technique qui est exécutée en changeant ou non la direction et le pied comme les pas sur les freins, tous les types de chassé, mohawk, choctaw, changement de carre, cross-roll.

Les sauts d'un demi-tour et d'un tour sur un ou deux pieds ne sont pas considérés comme un pas ou un retournement. Patiner en avant et en arrière n'est pas un changement de direction.

Cluster : séquence d'au moins trois retournements différents exécutés sur un pied, les double trois sont comptés en tant qu'un retournement pour le cluster. Le changement de carre entre deux retournements est autorisé.

Mouvements du corps : les mouvements chorégraphiques des bras, du buste, de la tête, de la jambe libre doivent clairement complexifier l'équilibre du patineur pour être considérés, et sur 1/3 au moins de la séquence. Au moins deux parties du corps doivent être utilisées.

Pour être considérés, les retournements devront montrer une nette prise de carre à l'entrée et à la sortie du retournement et ne pas être sauté.

Les retournements et/ou pas devront être répartis tout au long de la séquence. Il ne devra pas y avoir de longue partie sans pas ni retournements. Le cas échéant, le niveau ne pourra pas être supérieur à 1.

Aucun type de retournement ne peut être compté plus de deux fois.

Le Trois n'est pas considéré comme retournement à comptabiliser pour obtenir le niveau.

L'exécution d'un cluster augmentera le niveau d'une unité dans les niveaux 2-3. Les pas dans le cluster sont comptabilisés pour déterminer le niveau de difficulté.

Pour le niveau 3-4-5, il est obligatoire d'utiliser des mouvements du corps pendant au moins 1/3 de la séquence. Cela signifie que si cette caractéristique n'est pas présentée, le niveau peut être diminué.

Séquence de pas chorégraphique :

La séquence de pas est libre.

Le patineur doit démontrer sa capacité à patiner sur la musique et l'interpréter en utilisant les éléments techniques tels que : pas, retournements, arabesque, pivot, fente Ina Bauer, aigle, sauts d'un tour, pirouettes rapides.

La séquence doit commencer à l'arrêt d'un côté de la piste (barrière de la largeur) pour finir de l'autre en utilisant toute la piste.

Aucun schéma ou trajectoire imposé.

DN1 Espoir

Plus de programme court.

Regroupement des années Espoir1&2.

Programme long : (La règle de répartition des éléments est conservée).

Sauts :

- Maximum 7 sauts doubles (pas de double Axel)
- Maximum 2 combinaisons de sauts : une de 5 sauts maximum, une de 3 sauts maximum (sauts de liaison d'un tour inclus)
- Axel simple obligatoire isolé ou en combinaison.
- Boucle piqué simple ou double obligatoire, isolé ou en combinaison.
- Lutz simple ou double obligatoire, isolé ou en combinaison.
- Le même type de saut (Axel, double) ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison.

Un bonus pourra être accordé pour la bonne exécution de BP², S², F², L², B² (double rotation complète sans chute, retournement ou main/pied au sol à la sortie).

Pirouettes :

- Minimum 2 et maximum 3 éléments pirouettes parmi :
 - o 1 pirouette isolée arabesque
 - o 1 combinaison de pirouettes 5 positions maximum
 - o 1 pirouette assise isolée ou combinée (que des positions assises)

Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position.

La pirouette Tranche est interdite.

Le nombre de tour en position debout pour finaliser une pirouette assise ou arabesque n'est pas limité et ne doit pas être considéré comme une difficulté ou une combinaison.

Série de pas :

- Une séquence de pas obligatoire (serpentine, cercle, diagonale) **départ à l'arrêt** comprenant :
- o 3 brackets consécutifs

- o 1 rocker ou contre-rocking
- o 1 choctaw
- o 1 double trois avec la jambe libre enroulée

Un bonus pourra être accordé pour la bonne exécution du double trois avec la jambe libre serrée devant et sous le genou de la jambe porteuse (position de rotation de saut).

Un saut d'un tour peut être inséré dans la séquence (reconnu ou non).

Arrêts possibles pour caractériser la musique. Rétrogression autorisée.

Séquence chorégraphique d'arabesques :

- Une séquence de 2 arabesques minimum utilisant le maximum de l'axe longitudinal et au minimum une demi-largeur de la piste. La trajectoire doit être en serpentine avec au minimum 2 lobes. Toute infraction de trajectoire ou taille sera sanctionnée.

Un bonus pourra être accordé pour la bonne exécution d'au moins une position arabesque contrôlée au moins 2 secondes avec la jambe libre à plus de 150° à partir du sol.

DN1 Filles et DN Garçons	
Catégories	Contenu
Espoir 3'00" (+/- 10")	7 sauts doubles maximum (pas de double Axel) : 2 combinaisons maximum : une de 5 sauts maximum, une de 3 sauts maximum Axel simple obligatoire (isolé ou en combinaison) Boucle piqué simple ou double obligatoire (isolé ou en combinaison) Lutz simple ou double obligatoire (isolé ou en combinaison) Le même type de saut (Axel, double) ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison. 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) 1 pirouette assise isolée ou combinée (que des positions assises) 1 pirouette arabesque isolée Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position. La pirouette Tranche est interdite. 1 séquence de pas en diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) comprenant : 3 brackets consécutifs 1 rocker ou contre-rocking 1 choctaw 1 double trois avec la jambe libre enroulée 1 séquence chorégraphique d'arabesques (2 lobes minimum) en serpentine avec au moins 2 positions
Cadet 3'30" (+/- 10")	8 doubles/triples sauts maximum dont : 2 combinaisons maximum de 2 à 5 sauts Axel obligatoire (simple ou double, isolé ou en combinaison) Double ou triple boucle piqué obligatoire (isolé ou en combinaison) Le même type de saut (Axel, double, triple) ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison. 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) dont 1 assise 1 combinaison de pirouettes (maximum 3 positions) 1 pirouette isolée assise ou arabesque La même pirouette ne peut être présentée plus de 2 fois. Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position. La pirouette Tranche est interdite. 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 2 minimum
Jeunesse 4'00" (+/- 10")	8 doubles/triples sauts maximum dont : 3 combinaisons maximum de 2 à 5 sauts Axel obligatoire (simple ou double, isolé ou en combinaison) Double ou triple boucle piqué obligatoire (isolé ou en combinaison) Double lutz ou double boucle obligatoire (isolé ou en combinaison) Le même type de saut (Axel, double, triple) ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison. 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) dont 1 assise 1 combinaison de pirouettes (maximum 3 positions) 1 pirouette isolée assise ou arabesque La même pirouette ne peut être présentée plus de 2 fois. Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position. La pirouette Tranche est interdite. 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 2 minimum 1 séquence de pas chorégraphique (départ à l'arrêt)
Junior Senior Filles 4'15" à 4'30" Garçons 4'20" à 4'40"	Filles : 8 doubles/triples sauts maximum dont : Garçons : 9 doubles/triples sauts maximum dont : 3 combinaisons maximum de 2 à 5 sauts Axel obligatoire (simple, double ou triple, isolé ou en combinaison) Le même type de saut ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison. 2 pirouettes dont : 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) dont 1 assise 1 pirouette isolée ou combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 2 minimum 1 séquence de pas chorégraphique (départ à l'arrêt)

DN2 Filles	
Catégories	Contenu
<p>Espoir 2'30" (+/- 10")</p>	<p>1 combinaison de 3 à 5 sauts simples débutant par un Lutz 1 combinaison commençant par Axel + 3 sauts simples maximum Axel isolé Double Salchow ou Double Boucle piqué isolé 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 pirouette arabesque isolée 1 pirouette assise isolée 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 1 minimum 1 séquence chorégraphique d'arabesques (2 lobes minimum) en serpentine avec au moins 2 positions</p>
<p>Cadet 3'00" (+/- 10")</p>	<p>7 doubles sauts maximum (triples sauts interdits) dont : 1 combinaison de 5 sauts maximum avec au moins 1 double saut 1 combinaison de 4 sauts maximum avec au moins 1 double saut Axel obligatoire (isolé ou en combinaison) Double Salchow et double Boucle piqué sont les seuls doubles sauts autorisés. 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 pirouette isolée assise ou arabesque 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) 1 combinaison de pirouettes assises (maximum 5 positions) Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position. La pirouette Tranche est interdite. 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 1 minimum</p>
<p>Jeunesse 3'30" (+/- 10")</p>	<p>8 doubles sauts maximum (triples sauts interdits) dont : 1 combinaison de 5 sauts maximum avec 2 ou 3 doubles sauts 1 combinaison de 4 sauts maximum avec 2 doubles sauts Axel obligatoire (isolé ou en combinaison) Double boucle piqué obligatoire (isolé ou en combinaison) 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) dont 1 assise 1 combinaison de pirouettes (maximum 3 positions) 1 pirouette isolée assise ou arabesque Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position. La pirouette Tranche est interdite. 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 1 minimum 1 séquence de pas chorégraphique (départ à l'arrêt)</p>
<p>Ju/Se 4'00" (+/- 10")</p>	<p>8 doubles sauts maximum (triples sauts interdits) dont : 3 combinaisons maximum de 2 à 5 sauts Axel obligatoire (simple ou double, isolé ou en combinaison) Double lutz ou double boucle obligatoire (isolé ou en combinaison) Le même type de saut (Axel, double, ne peut être présenté plus de 2 fois. Si présenté 2 fois, l'un doit être en combinaison. 2 à 3 pirouettes maximum dont : 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) dont 1 assise 1 combinaison de pirouettes (maximum 5 positions) 1 pirouette isolée assise ou arabesque Dans les combinaisons, minimum 2 tours par position. 1 séquence de pas en médiane, diagonale, cercle ou serpentine (départ à l'arrêt) niveau 2 minimum 1 séquence de pas chorégraphique (départ à l'arrêt)</p>

2. Couple Artistique

Junior, Senior

La position au sol ou à genou n'est autorisée qu'une seule fois pour une durée de 5 secondes maximum.
Toutes les appels des portés doivent être différents (PC et PL).

Programme court :

- Un saut twisté ou saut lancé (2018 saut lancé)
- Une pirouette de couple (2018 combinaison de pirouettes)
- Un saut parallèle (2018 saut isolé)
- Une pirouette parallèle (2018 pirouette isolée)
- Une spirale de la mort (2018 carre dehors)
- Une série de pas (2018 médiane)

Senior :

- Un porté isolé 4 tours maximum pour l'homme
- Une combinaison de portés 8 tours maximum pour l'homme, 2 changements possibles soit 3 positions de la fille maximum

Junior :

- 2 portés isolés 4 tours maximum pour l'homme

Programme long :

- Maximum 2 sauts lancés
- Maximum 1 saut twisté
- Une pirouette de couple. Dans le cas d'une combinaison, 4 positions maximum (2018 pirouette isolée)
- Maximum 2 éléments sauts parallèles. L'un doit être un saut isolé, l'autre peut être une combinaison de sauts (4 sauts maximum sauts de liaison inclus)
- Un élément pirouette parallèle, combinaison ou isolé (2018 combinaison)
- Une spirale de la mort (2018 carre dedans)
- Une série de pas (serpentine, cercle, diagonale, médiane)

Senior :

- Maximum 3 portés dont 1 porté isolé 4 tours maximum pour l'homme. Pour les combinaisons 10 tours maximum pour l'homme, 3 changements possibles soit 4 positions pour la fille maximum

Junior :

- 1 porté isolé 4 tours maximum pour l'homme
- 1 combinaison de portés 10 tours maximum pour l'homme, 3 changements possibles soit 4 position pour la fille maximum

3. Règles générales

Pour les compétitions PC et PL Solo et Couples, SD et DL Solo et Couples et pour toutes les catégories, après la fin de l'échauffement de chaque groupe, le(s) premier(s) concurrent(s) du groupe sera annoncé sur la piste après 1 minute.

A l'issue des compétitions du circuit national, les qualifications sont établies d'après les quotas suivants :

Quotas de qualification	Es	Ca	Je	Ju	Se
Solo Artistique DN1 FL F et H	24	12	12	8	8
Solo Danse DN1 F et H	24	12	12	8	8
Solo Artistique DN2 FL F *	24	12	6	6	
Solo Danse DN2 F/H *	16	12	6	6	
Couple Danse	6	6	6	6	6
Couple Artistique	6	6	6	6	6

* si une catégorie est supérieure à 24 participants, il y aura séparation des 2 années et le quota sera divisé en deux parts égales.