Skate Canada
Patinage Canada

GUIDES DES EXIGENCES TECHNIQUES DE PATINAGE POUR ADULTES 2023-2024
Patinage en simple, patinage en couple, danse sur glace et patinage synchronisé

Juin 2023

Table des matières

Partie A Introduction aux exigences techniques des programmes
- Durée des programmes
- Exigences pour la musique
- Chutes
- Exigences de programme bien équilibré
- Exigences pour les catégories
- Catégories d'âge

Partie B Programme libre de patinage en simple

Partie C Épreuves de patinage artistique

Partie D Épreuves de danse
- Danse sur tracé (en partenariat)
- Danse sur tracé en solo
- Danse libre

Partie E Épreuves de patinage en couple

Partie F Épreuves de patinage en synchronisé

Partie G Épreuves supplémentaires
- Démonstration

Skate Canada
Patinage Canada

PARTIE A : INTRODUCTION AUX EXIGENCES TECHNIQUES DES PROGRAMMES

Veuillez lire en entier les exigences techniques des programmes pour adultes avant l'élaboration des programmes pour la saison de patinage 2018-2019. Les changements apportés aux exigences de programme bien équilibré de la saison dernière sont soulignés ou ~~rayés~~.

Exigences pour la musique

La musique vocale est permise à toutes les compétitions. Si elle est utilisée, les morceaux de musique choisis doivent contenir des paroles de bon goût et appropriées pour la compétition.

Chutes

Toutes les chutes durant l'exécution d'éléments ou de mouvements exécutés isolément seront désignées.

Exigences de programme bien équilibré

Des exigences maximales ont été établies pour les éléments des épreuves des programmes libres, des danses libres et du patinage en couple de patinage adulte. Veuillez noter qu'il s'agit d'exigences maximales, il n'y a pas d'exigence minimale. **1W n'est autorisé que comme élément de saut dans style libre ouvert d'introduction.**

Les éléments auxquels un niveau de difficulté peut être attribué (p. ex. pirouettes, séquences de pas, levées, etc.), peuvent être désignés jusqu'au niveau 4 dans toutes les catégories.

Exigences pour les catégories

Les patineurs sont censés s'inscrire dans la ou les catégories appropriées, en fonction des exigences techniques de programmes. Il est entendu que les patineurs patineront conformément à leur capacité.

Catégories d'âge

Les catégories d'âges suivantes s'appliquent à toutes les épreuves de style libre et d'interprétation de patinage en simple.
Remarque : des catégories d'âge successives peuvent être combinées si les nombres le justifient. Les patineurs doivent être avisés de toute combinaison de catégories d'âge avant le début de la compétition.

Jeunes adultes	18 – 27 ans
Catégorie I	28 - 37 ans
Catégorie II	38 – 47 ans
Catégorie III	48 – 57 ans
Catégorie IV	58 - 67 ans
Catégorie V	68+

PARTIE B: PROGRAMME LIBRE DE PATINAGE EN SIMPLE

Remarque : 1W n'est autorisé que comme élément de saut dans style libre ouvert d'introduction

Style libre ouvert d'introduction adulte

Un programme d'une durée maximale de 1 min 40 s, qui peut être de plus courte durée.

7 éléments

1) Quatre éléments de sauts :
   a) un saut de valse doit être inclus;
   b) une combinaison au maximum
   c) niveau de boucle simple au maximum.
   d) aucun saut ne peut être inclus plus de deux fois. Les sauts répétés doivent être combinés
2) Deux éléments de pirouettes :
   a) deux pirouettes ~~de n'importe quelle nature,~~ dans une position, sans entrée sautée.
      ~~**REMARQUE concernant cette catégorie seulement :** les patineurs pourront, s'ils le préfèrent exécuter deux pirouettes debout, pourvu que l'une des pirouettes ait une entrée avant et que l'autre pirouette ait une entrée arrière (par ex. : une pirouette arrière). Une exception sera faite au règlement exigeant que les pirouettes aient des codes différents.~~
3) Séquence de pas en position arabesque avant : une séquence de deux arabesques avant; une arabesque sur chaque pied, position sans soutien; sur la carre intérieure ou la carre extérieure.

Style libre bronze adulte

Un programme d'une durée de 1 min 40 s (+/- 10s).

7 éléments

1) Quatre éléments de sauts simples au maximum :
   a) le simple Axel, les sauts doubles et les sauts triples sont interdits;
   b) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
   c) deux combinaisons ou une combinaisons de sauts au maximum. Les combinaisons de sauts ne peuvent contenir plus de deux sauts.
2) Deux pirouettes au maximum :
   a) Une pirouette dans une seule position (c'est-à-dire, debout, assise ou arabesque);
   b) Une pirouette de n'importe quelle nature;
   c) Les pirouettes sautées sont interdites.
   d) Les pirouettes doivent avoir des codes différents
1) Une séquence chorégraphiée au maximum

Style libre argent adulte

Un programme d'une durée de 2 min (+/- 10 s).

8 éléments

1) Cinq éléments de sauts au maximum :
   a) un simple Axel est permis;
   b) les sauts doubles et triples sont interdits;
   c) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
   d) trois combinaisons ou deux combinaisons et une séquence de sauts au maximum.. Une combinaison de sauts ou une séquence peut comprendre un maximum de trois sauts.
2) Deux éléments de pirouettes au maximum :
   a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied;
   b) toutes les pirouettes doivent être de nature différente (différents codes de pirouettes).
3) Une séquence chorégraphiée au maximum

Style libre or adulte

Un programme d'une durée de 2 min 50 s (+/- 10s).

9 éléments

1) Cinq éléments de sauts au maximum :
   a) l'Axel, les sauts simples et les sauts doubles sont permis (pas plus élevé que le double saut de boucle);
   b) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
   c) trois combinaisons ou deux combinaisons et une séquence de sauts au maximum. Une combinaison de sauts ou une séquence peut comprendre un maximum de trois sauts.
2) Trois éléments de pirouettes au maximum :
   a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied et deux positions de base;
   b) une pirouette doit être sautée;
   c) une pirouette de n'importe quelle nature.
3) Une séquence de pas au maximum

Style libre maître adulte

Un programme d'une durée de 3 min (+/- 10s).

10 éléments

1) Six éléments de sauts au maximum :
   a) tous les sauts simples et doubles sont permis (les sauts triples sont interdits);
   b) un des sauts doit avoir un appel de type Axel;
   c) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
   d) trois combinaisons ou deux combinaisons et une séquence de sauts au maximum. Une combinaison de sauts ou une séquence peut comprendre un maximum de trois sauts.
2) Trois pirouettes au maximum :
   a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied et deux positions de base;
   b) une pirouette doit être sautée;
   c) une pirouette de n'importe quelle nature.
3) Une séquence de pas au maximum.

Style libre maître élite

Un programme d'une durée de 3 min (+/- 10s).

10 éléments

1) Six éléments de sauts au maximum :
   a) tous les sauts sont permis;
   b) un des sauts doit avoir un appel de type Axel;
   c) aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois et si un saut est répété, il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts;
   e) trois combinaisons ou deux combinaisons et une séquences de sauts au maximum. Une combinaison de sauts ou une séquence peut comprendre un maximum de trois sauts.
2) Trois pirouettes au maximum :
   a) une pirouette doit être combinée et contenir au moins un changement de pied et deux positions de base;
   b) une pirouette doit être sautée;
   c) une pirouette de n'importe quelle nature.
3) Une séquence de pas au maximum.

PARTIE C: ÉPREUVES DE PATINAGE ARTISTIQUE

Contexte : Le programme d'artistique est conçu par le patineur, l'entraîneur ou les deux et est axé sur la capacité du patineur à interpréter la musique pour créer une ambiance ou un thème clair ou pour créer une histoire par les mouvements de patinage. Une variété de mouvements de patinage devrait être incluse afin de rehausser l'interprétation de la musique plutôt que de mettre en évidence leur difficulté technique. Les mouvements ne devraient pas être un ensemble de mouvements plaisants ou spectaculaires assemblés pour divertir un public (comme un programme de démonstration ou un spectacle). Les costumes doivent être **simples et modestes** afin de rehausser l'interprétation et ne devraient **pas être de nature théâtrale**. Les accessoires sont interdits.

Le but des programmes individuels d'artistique est d'enrichir le vocabulaire du corps et de la chorégraphie des patineurs, à condition de satisfaire à certains critères de contenu précisés. Ces critères sont les suivants :

- la forme de la composition/le développement d'un thème (p. ex., une idée complète);
- la dynamique (p. ex., soutenue, rompue, brusque, lisse);
- l'utilisation de l'espace (p. ex., plats, direction, indirect, formes asymétriques);
- l'utilisation de toutes les parties du corps (p. ex., le torse, la tête, les mains, les jambes, les pieds);
- l'utilisation de la musique (p. ex., phrasé, style, conscience des éléments musicaux durant la performance et sensibilité à la musique).

REMARQUE : Pour la catégorie ouverte d'artistique partenaire pour les adultes :

- les levées au-dessus de la tête ne sont pas permises et seront considérées comme un mouvement interdit;
- de petites levées de danse, ascendantes ou descendantes ou avec rotation, au cours desquelles un partenaire n'élève pas les mains au-dessus des épaules sont permises.

Épreuve	Niveau de patinage recommandé	Durée du programme
Artistique introduction adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie introduction ouverte de style libre	Un programme d'artistique en durée de 1min 30s (+/- 10s)
Artistique bronze adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze de style libre	
Artistique argent adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie argent de style libre	
Artistique or adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or ou maître de style libre	
Artistique élite adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau d'anciens patineurs de compétition	Un programme d'artistique en durée de 2 min (+/- 10s)
Artistique ouvert adultes en partenariat	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze ou argent de style libre (les deux partenaires)	Un programme d'artistique en durée de 1 min 40 s (+/- 10s)

Artistique ouvert maîtres adultes en partenariat	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or à élite maître de style libre (les deux partenaires)	Un programme d'artistique en durée de 2 min 10 s (+/- 10s)

Remarque : Les patineurs souhaitant exécuter une performance plus théâtrale sont encouragés à s'inscrire dans la catégorie de « démonstration ».

Skate Canada
Patinage Canada

PARTIE D : ÉPREUVES DE DANSE

DANSE SUR TRACÉ EN PARTENARIAT

Les équipes de danse peuvent être composés de deux patineurs.

Épreuve	Danse n° 1	Danse n° 2
Danse STAR 4/5 adulte	Canasta (3séquences)	Européen (2 séquences)
Danse STAR 6/7 adulte	Paso (3 séquences)	Américaine (2 séquences)
Danse STAR 8/9 adulte	Argentin (2 séquences)	Blues (2 séquences)
Danse STAR 10/or adulte	Argentin (2 séquences)	Viennoise (3 séquences)
Danse élite adulte (pour les anciens patineurs de compétition ou les patineurs qui sont approximativement de ce niveau)	Argentin (2 séquences)	Viennoise (3 séquences)

DANSE SUR TRACÉ EN SOLO

Épreuve	Danse n° 1	Danse n° 2
Adulte STAR 4/5 (Danse en solo bronze adulte)	Canasta (3 séquences)	Européene (2 séquences)
Adulte STAR 6/7 (Danse en solo argent adulte)	Paso (3 séquences)	Américaine (2 séquences)
Adulte STAR 8/9 (Danse en solo or adulte)	Argentin (2 séquences)	Blues (2 séquences)
Adulte STAR 10/Gold (Danse en solo élite adulte)	Argentin (3 séquences)	Valse Viennoise (3 séquences)
Danse rythmique en solo adulte	Rocker **(Suivez les critères énoncés dans les exigences techniques de programmes STAR de 2023-2024)**	

DANSE LIBRE

Les équipes de danse peuvent être composés de deux patineurs.

Danse libre bronze adulte

Un programme d'une durée de 1 min 50 s (+/- 10s) 2 min. La musique vocale est permise.

1) Une levée de danse courte au maximum, d'une durée maximale de sept secondes. Les levées seront désignées de niveau 1 au maximum.
2) Une pirouette de danse au maximum; positions facultatives. Les patineurs peuvent exécuter une pirouette simple, sans changement de pied, mais qui comporte au moins trois révolutions pour chaque partenaire
3) Une séquence de pas en diagonale en prise – style B.

Danse libre argent adulte

Un programme d'une durée de 2 min 30s (+/- 10s). La musique vocale est permise.

1) Une levée de danse courte au maximum, d'une durée maximale de sept secondes. Les levées seront désignées de niveau 2 au maximum.
2) Une pirouette de danse au maximum. Les patineurs peuvent exécuter une pirouette simple, sans changement de pied, mais qui comporte au moins trois révolutions pour chaque partenaire ou une pirouette combinée avec changement de pied comprenant au moins trois rotations sur chaque pied.
3) Une série de voltes synchronisées (danse libre variation) au maximum, avec un minimum de 2 pas et jusqu'à quatre pas entre les deux. Les partenaires doivent être en contact à un moment donné entre le 1er et le 2e voltes.
4) Une séquence de pas en diagonale en prise – style B.

Danse libre or adulte

Un programme d'une durée de 3 min (+/- 10s). La musique vocale est permise.

1) Deux levées de danse différentes au maximum dont une levée courte d'une durée maximale de sept secondes et une levée longue d'une durée maximale de 12 secondes OU trois (3) types de levées courtes différentes (de 7 secondes chacune).
2) Une pirouette de danse au maximum; positions facultatives. Les patineurs peuvent exécuter une pirouette simple, sans changement de pied, mais qui comporte au moins trois révolutions pour chaque partenaire ou une pirouette combinée avec changement de pied comprenant au moins trois rotations sur chaque pied.
3) Une série de voltes synchronisées au maximum, avec un minimum de 2 pas et jusqu'à quatre pas entre les deux. Les partenaires doivent être en contact à un moment donné entre le 1er et le 2e voltes.
4) Une séquence de pas en circulaire en prise – Style B

Skate Canada
Patinage Canada

PARTIE E : ÉPREUVES DE PATINAGE EN COUPLE

Les équipes de patinage en couple doivent être formées de deux patineurs.

Patinage en couple adulte
Un programme d'une durée 2 min 20 s (+/- 10s). S'adresse aux patineurs qui sont approximativement de niveau bronze à argent de style libre

1) Une levée au maximum du groupe 1 ou du groupe 2, qui contient au moins une demi-révolution pour le patineur et au moins une révolution pour la patineuse. Le ou les bras de levage de l'homme doivent être au-dessus de sa ligne d'épaule. Les variantes de la position de la patineuse, les levées sans mains ou avec une main et les levées combinées **ne** sont **pas** permises. Les levées vrillées **ne** sont **pas** permises. Une levée qui a un appel différent est considérée comme une levée différente.
2) Un saut lancé au maximum (saut simple seulement).
3) Un saut individuel au maximum (seuls les sauts simples sont permis).
4) Une combinaison de sauts au maximum avec un maximum de 2 sauts. Seuls les sauts simples sont permis.
5) Une pirouette en couple au maximum (peut être combinée).
6) Une figure en position de pivot ou spirale de la mort au maximum.
7) Une séquence chorégraphiée au maximum.

Patinage en couple maître adulte
Un programme d'une durée de 3 min 30 s (+/- 10 s). Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau or à élite maître de style libre

1) Trois levées différentes au maximum, dont une levée qui peut être vrillée.
2) Deux sauts lancés au maximum (sauts simples ou doubles).
3) Un saut individuel au maximum. Les sauts simples, doubles ou triples sont permis. Un saut individuel peut être répété une seule fois, mais il doit l'être dans une combinaison ou une séquence de sauts.
4) Une combinaison ou séquence individuelle de sauts au maximum. La combinaison de sauts peut comprendre trois sauts.
5) Une pirouette en couple au maximum (peut être combinée).
6) Une pirouette individuelle au maximum (peut être combinée).
7) Une figure en position de pivot ou spirale de la mort au maximum.
8) Une séquence de pas au maximum.

PARTIE F: ÉPREUVES PATINAGE EN SYNCHRONISÉ

Éléments, traits saillants et traits saillants additionnels interdits et non permis : Toutes les catégories adulte seront conformes aux spécifications pour Novice.

Calcul pour les équipes de plus de 16 patineurs

Taille de l'équipe - Nombre de patineurs	**25% de l'équipe**
17	4
18	5
19	5
20	5

Adulte I

Équipes de 8 à 20 patineurs. Les patineurs doivent être âgés d'au moins 18 ans avant le 1er juillet précédant la compétition.

L'équipe exécutera un Programme De Style Libre au son de musique, d'une durée maximale de trois minutes dix secondes. Un programme bien équilibré de la Catégorie adulte PSy I contient ce qui suit :

- élément d'entrecroisement avec Point D'entrecroisement facultatif
- élément sans prise avec Séquence de pas facultative
- élément pivotant – bloc ou ligne (doit être exécuté avec deux lignes parallèles)
- élément de déplacement – cercle (caractéristique : deux formes d'éléments différentes ~~ne sont pas~~ autorisées)
- élément artistique – ligne
- élément artistique – roue

Adulte II

Équipes de 8 à 20 patineurs. Les patineurs doivent être âgés d'au moins 18 ans avant le 1er juillet qui précède la compétition ~~et au moins 75 % des membres de l'équipe doivent avoir atteint l'âge de 25 ans avant le 1er juillet qui précède la compétition~~.

L'équipe exécutera un Programme De Style Libre au son de musique, d'une durée maximale de trois minutes dix secondes. Un programme bien équilibré de la Catégorie adulte PSy II contient ce qui suit :

- élément d'entrecroisement avec Point D'entrecroisement facultatif
- élément pivotant – bloc ou ligne (doit être exécuté avec deux lignes parallèles)
- élément mobile – cercle (caractéristique : deux formes d'éléments différentes ~~ne sont pas~~ autorisées)
- choix d'élément linéaire ou d'élément rotatif parmi la ligne ou la roue
- choix d'élément artistique parmi la ligne ou la roue.*

*Le choix de l'élément artistique doit être différent du choix de l'élément linéaire ou rotative. L'élément sera désigné sans valeur s'il est le même

Adulte III

Équipes de 8 à 20 patineurs. Les patineurs doivent être âgés d'au moins ~~19~~ 18 ans avant le 1er juillet qui précède la compétition ~~et au moins 75 % des membres de l'équipe doivent avoir atteint l'âge de 35 ans avant le 1er juillet qui précède la compétition~~.

L'équipe exécutera un Programme De Style Libre au son de musique, d'une durée maximale de deux minutes quarante secondes. Un programme bien équilibré de la Catégorie adulte PSy III contient ce qui suit :

- élément d'entrecroisement avec Point D'entrecroisement facultatif
- élément pivotant – bloc ou ligne (doit être exécuté avec deux lignes parallèles
- élément rotatif – cercle
- élément linéaire – ligne
- élément rotatif – roue

Doit être exécuté avec une approche face à face ou l'élément ne recevra aucune valeur

PARTIE G: ÉPREUVES SUPPLÉMENTAIRES

DÉMONSTRATION (USFS Dramatic and Light Skate Entertainment)

Contexte : Les programmes de démonstration sont conçus par les patineurs et/ou les entraîneurs et axés sur la capacité du patineur à divertir un public par ses habiletés théâtrales ou artistiques. Les programmes peuvent raconter une histoire, créer une ambiance ou avoir un thème évident. Les costumes et accessoires sont permis avec quelques restrictions (les boas à plumes sont interdits).

Épreuves	Niveau de patinage recommandé	Durée des programmes
Démonstration introduction adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie introduction ouverte de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration bronze adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration argent adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie argent de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration or adulte	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or et/ou maître de style libre	Maximum 1 min 40 s
Démonstration élite adultes	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau d'anciens patineurs de compétition	Maximum 1 min 40 s
Démonstration ouverte adultes en partenariat	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie bronze ou argent de style libre (les deux partenaires)	Maximum 1 min 40 s
Démonstration ouverte maîtres adultes en partenariat	Pour les patineurs qui sont approximativement de niveau de la catégorie or à élite maître de style libre (les deux partenaires)	Maximum 1 min 40 s

Les exigences de contenu de programme et les modalités de déroulement des épreuves pour tous les niveaux sont les suivantes :

- les costumes de théâtre et les accessoires portés à la main sont permis. Les plumes et les boas de tout type sont interdits;
- la musique vocale est permise;
- les patineurs ont droit à un échauffement d'une minute au maximum avant la performance pour leur permettre de s'échauffer et de préparer les accessoires nécessaires, le cas échéant;
- tous les sauts simples sont permis. Les sauts de rotation supérieure feront l'objet d'une pénalité pour élément interdit.