

# SANS LIMITES ET RELÈVE

# TROUSSE TECHNIQUE

2025 - 2026

7665, boulevard Lacordaire Montréal, QC H1S 2A7

- **6** 514 252-3073
- patinage.qc.ca

### Table des matières

SANS LIMITES MOINS DE 10 ANS (DAMES)	3
SANS LIMITES MOINS DE 9 ANS (DAMES)	4
SANS LIMITES MOINS DE 9 ANS (MESSIEURS)	5
SANS LIMITES MOINS DE 8 ANS (DAMES)	6
SANS LIMITES MOINS DE 7 ANS (DAMES)	7
RELÈVE	8
TABLEAU DE RÉFÉRENCES RAPIDES	9
Sans Limites moins de 10 ans Dames	
Sans Limites moins de 9 ans Dames	11
Sans Limites moins de 9 ans Messieurs	13
Sans Limites moins de 8 ans Dames	15
Sans Limites moins de 7ans Dames	17



# SANS LIMITES MOINS DE 10 ANS (DAMES)

	Éléments de saut	Éléments de pirouette	Séquence de pas en position		
	(Maximum 5 éléments de saut)	(Maximum 2 éléments de pirouette)	arabesque		
(2 min.30 +/- 10	Axel	• Une pirouette combinée avec tentative de 2	Maximum d'une (1) séquence		
sec.)	Minimum, 3 doubles	positions de base sur chaque pied	de pas en position arabesque.		
	Une combinaison de saut comprenant	(arabesque, assise, debout) avec au moins			
Test : Aucune	un saut double comme deuxième saut.	un changement de pied.	La séquence de pas en position		
restriction	Maximum de deux combinaisons ou		arabesque doit contenir une		
	séquences de sauts. Les combinaisons	La pirouette doit contenir les 3 positions de	arabesque sur chaque pied. Une		
Âge : Les	ou séquences de sauts ne peuvent	base. AUCUNE variation difficile permise.	des deux arabesques doit être		
concurrents ne	contenir plus de deux sauts.		sans soutien. Si ces exigences ne		
doivent pas		<ul> <li>Une pirouette sautée dans une position sans</li> </ul>	sont pas satisfaites, la séquence		
avoir atteint	Aucun saut ne peut être exécuté plus de	changement de pied. La pirouette doit être	d'arabesque n'aura aucune		
l'âge de 10 ans	deux fois et s'il est répété, il doit l'être dans	en position arabesque ou assise.	valeur.		
avant le 1er	une combinaison ou une séquence de				
juillet précédent.	sauts.	AUCUNE variation difficile permise.	Remarque: toutes les séquences		
			de pas en position arabesque ne		
		Remarque: toutes les pirouettes ne peuvent	peuvent être désignées d'un		
		être désignées d'un niveau supérieur à B. Pour	niveau supérieur à B		
		être considéré comme un CCoSp, le patineur			
		doit exécuter les 3 positions de base et au moins			
		2 de ces positions doivent avoir 2 révolutions au			
		minimum.			



### SANS LIMITES MOINS DE 9 ANS (DAMES)

	Éléments de saut (Maximum 5 éléments de saut)	Éléments de pirouette (Maximum 2 éléments de pirouette)	Séquence de pas en position arabesque
(2 min.30 +/- 10	Axel	Une pirouette combinée avec les 3 positions	Maximum d'une (1) séquence
sec.)	Saut de type Lutz	de base (arabesque, assise, debout) avec	de pas en position arabesque.
	Minimum, 2 doubles sauts différents	au moins un changement de pied.	
Test : Aucune	Maximum de deux combinaisons ou		La séquence de pas en position
restriction	séquences de sauts. Les combinaisons ou	L'entrée sautée est INTERDITE et AUCUNE	arabesque doit contenir une
	séquences sauts ne peuvent contenir plus	variation difficile n'est permise. Pour être	arabesque sur chaque pied. Une
Âge : Les	de deux sauts.	considéré comme un CCoSp, le patineur doit	des deux arabesques doit être
concurrents ne		exécuter les 3 positions de base et au moins 2	sans soutien. Si ces exigences ne
doivent pas	Aucun saut ne peut être exécuté plus de	de ces positions doivent avoir 2 révolutions au	sont pas satisfaites, la séquence
avoir atteint	deux fois et s'il est répété, il doit l'être dans	minimum.	d'arabesque n'aura aucune
l'âge de 9 ans	une combinaison ou une séquence de sauts.		valeur.
avant le 1er		Une pirouette arabesque sautée dans une	
juillet précédent.		position sans changement de pied.	<b>Remarque</b> : toutes les séquences
			de pas en position arabesque ne
		AUCUNE variation difficile n'est permise et la	peuvent être désignées d'un
		position arabesque doit avoir 2 révolutions au	niveau supérieur à B.
		minimum.	
		<b>Remarque</b> : toutes les pirouettes ne peuvent être	
		désignées d'un niveau supérieur à B.	



# SANS LIMITES MOINS DE 9 ANS (MESSIEURS)

	Éléments de saut	Éléments de pirouette	Séquence de pas en position		
	(Maximum 5 éléments de saut)	(Maximum 2 éléments de pirouette)	arabesque		
(2 min.30 +/- 10	• Axel	Une pirouette combinée qui doit inclure une	• Maximum d'une (1)		
sec.)	Saut de type Lutz	position arabesque et une position assise.	séquence de pas en position		
	Au minimum, 1 double saut		arabesque.		
Test : Aucune	• Une combinaison comprenant un saut	Le changement de pied et l'entrée sautée sont			
restriction	de boucle comme deuxième saut (saut	facultatifs. Pour être considéré comme un	La séquence de pas en position		
	au choix + 1Lo + C)	CoSp ou un CCoSp, le patineur doit démontrer	arabesque doit contenir une		
Âge : Les	Maximum de deux combinaisons ou	la tentative des 2 positions de base (arabesque	arabesque sur chaque pied. Une		
concurrents ne	séquences de sauts. Les combinaisons	et assise) et avoir un minimum de 2 révolutions	des deux arabesques doit être		
doivent pas avoir	ou séquences de sauts ne peuvent	pour chaque position. AUCUNE variation	sans soutien. Si ces exigences ne		
atteint l'âge de 9	contenir plus de deux sauts.	difficile n'est permise.	sont pas satisfaites, la séquence		
ans avant le 1er			d'arabesque n'aura aucune		
juillet précédent.	Aucun saut ne peut être exécuté plus de	Une pirouette debout avec entrée arrière	valeur.		
	deux fois et s'il est répété, il doit l'être dans	sans changement de pied.			
	une combinaison ou une séquence de		Remarque : toutes les séquences		
	sauts.	AUCUNE variation difficile n'est permise.	de pas en position arabesque ne		
		·	peuvent être désignées d'un		
		Remarque: toutes les pirouettes ne peuvent	niveau supérieur à B.		
		être désignées d'un niveau supérieur à B.			



### SANS LIMITES MOINS DE 8 ANS (DAMES)

	Éléments de saut (Maximum 5 éléments de saut)	Éléments de pirouette (Maximum 2 éléments de pirouette)	Séquence de pas en position arabesque
(2 min. +/- 10	Axel	Une pirouette combinée qui doit inclure une	<ul> <li>Maximum d'une (1) séquence</li> </ul>
sec.)	Saut de type Lutz	position arabesque et une position assise.	de pas en position
	Au minimum, 1 double saut		arabesque.
Test : Aucune	Une combinaison comprenant un saut	Le changement de pied et l'entrée sautée sont	
restriction	de boucle comme deuxième saut (saut	facultatifs. Pour être considéré comme un CoSp	La séquence de pas en position
	au choix + 1Lo + C)	ou un CCoSp, le patineur doit démontrer la	arabesque doit contenir une
Âge : Les	Maximum de deux combinaisons ou	tentative des 2 positions de base (arabesque et	arabesque sur chaque pied. Une
concurrents ne	séquences de sauts. Les combinaisons	assise) et avoir un minimum de 2 révolutions	des deux arabesques doit être
doivent pas avoir	ou séquences de sauts ne peuvent	pour chaque position. AUCUNE variation	sans soutien. Si ces exigences ne
atteint l'âge de 8	contenir plus de deux sauts.	difficile n'est permise.	sont pas satisfaites, la séquence
ans avant le 1er			d'arabesque n'aura aucune
juillet précédent.	Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux	Une pirouette debout avec entrée arrière	valeur.
	fois et s'il est répété, il doit l'être dans une	sans changement de pied.	
	combinaison ou une séquence de sauts.		Remarque : toutes les séquences
		AUCUNE variation difficile n'est permise.	de pas en position arabesque ne
		•	peuvent être désignées d'un
		Remarque : toutes les pirouettes ne peuvent	niveau supérieur à B.
		être désignées d'un niveau supérieur à B.	



### SANS LIMITES MOINS DE 7 ANS (DAMES)

	Éléments de saut (Maximum 5 éléments de saut)	Éléments de pirouette (Maximum 2 éléments de pirouette)	Séquence de pas en position arabesque
(2 min. +/- 10	Axel	• Une pirouette en une position, arabesque	• Maximum d'une (1)
sec.)	• Lutz	ou assise.	séquence de pas en position
	Une combinaison de simple saut de		arabesque.
Test: Aucune	boucle / simple saut de boucle (1Lo +	L'entrée sautée n'est pas permise. Pour que la	
restriction.	1Lo + C)	pirouette soit considérée, le patineur doit	La séquence de pas en position
	Maximum de deux combinaisons ou	démontrer la tentative de la position de base.	arabesque doit contenir une
Âge : Les	séquences de sauts. Les combinaisons	AUCUNE variation difficile n'est permise. Aucun	arabesque sur chaque pied. Une
concurrents ne	ou séquences de sauts ne peuvent	changement de pied n'est permis.	des deux arabesques doit être
doivent pas avoir	contenir plus de deux sauts.		sans soutien. Si ces exigences ne
atteint l'âge de 7		• Une pirouette debout avec entrée arrière	sont pas satisfaites, la séquence
ans avant le 1 <sup>er</sup>	Aucun saut ne peut être exécuté plus de	sans changement de pied.	d'arabesque n'aura aucune
juillet précédent.	deux fois et s'il est répété, il doit l'être dans		valeur.
	une combinaison ou une séquence de	AUCUNE variation difficile n'est permise.	
	sauts.		Remarque : toutes les séquences
		Remarque : toutes les pirouettes ne peuvent	de pas en position arabesque ne
	<b>Remarque</b> : Les sauts doubles sont permis.	être désignées d'un niveau supérieur à B.	peuvent être désignées d'un
			niveau supérieur à B.



### RELÈVE

	Éléments de saut (Maximum 5 éléments de saut)	Éléments de pirouette (Maximum 2 éléments de pirouette)	Séquence de pas et séquence de pas en position arabesque
(2 min. +/- 10	Saut de valse	Une pirouette debout avec entrée arrière	Maximum d'une (1) séquence
sec.)	<ul> <li>4 sauts au choix, dont 2 en</li> </ul>	sans changement de pied.	de pas.
	combinaison		
Test: Aucune		AUCUNE variation difficile n'est permise.	<b>Remarque :</b> Même séquence que
restriction.	Le saut axel et les doubles sauts ne sont pas		le STAR 2
	permis.	• Une pirouette en une position arabesque ou	
Âge : Les		assise. Une entrée sautée n'est pas permise	
concurrents ne	Les sauts peuvent être répétés sans		<ul> <li>Maximum d'une (1)</li> </ul>
doivent pas avoir	pénalité.	AUCUNE variation difficile ou changement de	séquence en position
atteint l'âge de 8		pied n'est permis.	arabesque.
ans avant le 1 <sup>er</sup>	Les combinaisons de sauts ne peuvent		
juillet précédent.	contenir plus de deux sauts.		<b>Remarque :</b> Même séquence que
			le STAR 2



### TABLEAU DE RÉFÉRENCES RAPIDES

#### Sans Limites moins de 10 ans Dames

_	_		
•	2	ıte	

u executioi	1.										
Restrictions pour le PBÉ			· ·		Doit contenir au moins trois double sauts	Maximum de 2 con sauts ou séquence La combinaison ou sauts ne peut cont sauts	séquence de	Une combinaison doit comprendre un double saut comme 2e saut	séquence	tés doivent être en co	
Erreur	Contient plus	de cinq éléments de saut.	Moins de trois doubles sauts.	Contient trois combinaisons ou séquences de sauts.	Contient plus de deux sauts dans la combinaison de sauts.	Nombres de rotations insuffisantes dans les deux combinaisons	Aucune ou une seule combinaison	Saut répété n'est pas en combo/séq.	Saut exécuté plus de deux fois.		
Pénalité	Le 6° élément de saut est invalidé et est sans valeur (si le 6° élément exécuté est un saut de type Axel, les deux derniers éléments sont sans valeur).		Invalider l'élément de saut qui a la plus petite valeur de base	S'il y a plus de 2 combinaisons, seul le premier saut de la combinaison supplémentaire compte et est désigné +REP.	Seul le saut ou seuls les sauts supplémentaires n'obtiendront aucune valeur.	Invalider l'élément de saut de moindre valeur dans la combinaison si les deux combinaisons sont avec des simples.	Aucune	Un saut répété qui n'est pas dans une combo/séq de sauts est désigné de +REP et n'est pas considéré comme un essai de combinaison	Seul le saut ou seuls les sauts inclus plus de deux fois, même dans une combo/séq de sauts, n'obtiendront aucune valeur		
	2Lz+2T+C	2Lo+2Lo+C	2Lo+2Lo+C	1A+2T+C		2T	2T	2Lz	1A		
	2Lo+1Lo+C	2T	15*	2Lo+1Lo+C		2S	2S	2F	2Lo+2Lo+C		
	2S	1F+1T+C	1F+1T+C	2S+ <b>2T*+REP</b>	2S+1T+ <b>1Lo*+</b> C	1A+ <b>1T*+</b> C	1A	1A+2T+C	2S		
Exemples	1A	2S	1A		1	1Lo+1Lo+C	1Lo	2Lo+1Lo+C	2T+ <b>2Lo*+</b> C		
	2F	2Lo*	2F		•	2Lo	2Lo	2Lz <b>+REP</b>	1Lz		
	2S*	1A*			1						

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement

#### **Pirouettes** Les pirouettes sont désignées de niveau B au maximum Il existe quatre situation où un signe « V » est décerné 1) Une enjambée (step over) / pas de saut visible dans une pirouette sautée avec une position sans changement de pied ; 2) deux positions de base seulement dans une Pirouette Combinée; 3) Moins de 3 rotations exécutées sur un pied dans n'importe quelle pirouette combinée avec changement de pied; 4) pas de position de base maintenue pour au moins 2 rotations sur un pied dans une pirouette avec un changement de pied sans changement de position. PIROUETTE COMBINÉE avec tentative de 2 positions de base sur chaque pied et au moins un changement de pied. PIROUETTE SAUTÉE ARABESQUE OU ASSISE, une position, sans changement de La pirouette doit comprendre les trois positions de base. Le changement de Restrictions pour le PBÉ pied pied doit se faire vers la position arabesque ou assise obligatoirement ex: CCoSp ex.: FCSp, FSSp 2 positions de base seulement = "V" Exigences minimales: Pénalité: **Exigences minimales:** Pénalité: Moins de trois révolutions Moins de trois révolutions Sans valeur Sans valeur Aucune tentative de sit ou camel sur le Sans valeur De ces 3 révolutions, il doit y en avoir au moins 2 Sans valeur deuxième pied EX: C2 S 2 /U2 dans une position de base CCoSp B Les variations difficiles NE SONT PAS Limites permises Sans valeur Les variations difficiles NE SONT PAS permises Sans valeur L'entrée sautée n'est pas permise Moins de révolutions que les Réduction du PE pour « un nombre Moins de révolutions que les révolutions Réduction du PE pour « un nombre révolutions prescrites de révolutions inférieur au nombre prescrites de révolutions inférieur au nombre Pointage de l'exécution requis » requis » (PE) La pirouette doit contenir les 3 Réduction du PE pour « mauvaise positions de base (arabesque, assis, position » debout) SÉQUENCE Les séquences d'arabesques sont désignées de niveau B au maximum D'ARABESQUES Séquence de pas en position arabesque – Deux arabesques séparées par un nombre quelconque de pas ; une des deux arabesques doit être sans soutien ; une arabesque sur chaque pied. Position non atteinte, le genou et le pied Seulement une arabesque qui a Les deux Les deux arabesques sont sur le Une ou les deux arabesques sont de la jambe libre n'est pas élevés auatteint la position au-dessus de la arabesques trop courtes ou leur carre n'est pas même pied Erreur dessus de la hanche pour une des deux hanche sont bien établie. arabesques ou les deux arabesques exécutées Faible qualité des carres. avec soutien Pénalité Sans valeur Sans valeur Sans valeur Réduction du PE Sans Valeur

Pour toutes les catégories sans-limite, les chutes dans les éléments ne seront pas identifiées. Ainsi, seules les chutes à l'extérieurs des éléments seront identifiées par le jury tegnn

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement

#### Sans Limites moins de 9 ans Dames

1Lz+1T+C

2Lo+1Lo+C

2S

1A

1F

1Lz\*

2Lo+1Lo+C

1F+1T+C

2T

18

1Lz\*

1A\*

Exemples

#### Sauts Si un saut supplémentaire est exécuté, seulement le saut individuel qui n'est pas selon les exigences sera sans valeur. Les sauts seront considérés en ordre d'exécution. Restrictions Maximum de cinq éléments de saut Doit contenir au Doit contenir au Maximum de 2 combinaisons de pour le PBE moins un saut moins deux sauts ou séquences Les sauts répétés doivent être en combinaison ou séguence doubles sauts de type Lutz Doit contenir au moins un Axel (1Lz ou 2Lz) Différents La combinaison ou séquence de Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois. sauts ne peut contenir plus de deux sauts Erreur Contient plus de cinq éléments de saut. Aucun saut de Moins de deux Contient trois Contient plus de type Lutz parmi sauts doubles combinaisons ou deux sauts dans Saut répété n'est pas en Saut exécuté plus de deux fois. les cinq différents séquences de la combinaison combo/séq éléments de sauts. de sauts. saut. Pénalité Le 6e élément de saut est invalidé et est Invalider Invalider le saut S'il y a plus de 2 Seul le saut ou Un saut répété qui ne l'est Seul le saut ou seuls les sauts inclus plus sans valeur (si le 6e élément exécuté est un l'élément de de moindre combinaisons. seuls les sauts pas dans une combo/séq de de deux fois, même dans une combo/séq de seul le premier supplémentaires saut de type Axel, les deux derniers saut qui a la valeur. sauts est désigné de +REP et sauts, n'obtiendront aucune valeur éléments sont sans valeur). plus petite saut de la n'obtiendront n'est pas considéré comme valeur de base combinaison aucune valeur. un essai de combinaison. supplémentaire compte et est désigné +REP.

1A+1T+C

2Lo+1Lo+C

2S+2T\*+REP

1Lz

2F

1A+1T+C

1Lz+REP

2Lo+1Lo+C

2S+1T+1Lo\*+C

1A

2S

1Lz

1Lo+1Lo+C

2F+**1Lo\*+**C



1A+1Lo+C

1Lz+**1T\*+**C

2S

1A

1F

2Lo+1Lo+C

2F+**1T\*+**C

2S

1A

2F



Pirouettes		Les p	Les pirouettes sont désignées de niveau B au maximum			
base seulement dans une	ù un signe « V » est décerné 1) Une enjamb Pirouette Combinée ; 3) Moins de 3 rotatio 2 rotations sur un pied dans une pirouette	ons exécutées sur un pied dans n'imp	oorte quelle pirou	ette combinée avec changement de p		
	PIROUETTE COMBINÉE, au moins un cl de base	hangement de pied avec 3 position	s PIROUETTE S	SAUTÉE ARABESQUE dans une posi	tion, sans changement de pied	
Restrictions pour le PBÉ	ex: CCoSp 2 positions de	e base seulement = "V"		ex.:FCSp		
	Exigences minimales :	Pénalité:	Exigences m	ninimales :	Pénalité :	
	Moins de trois révolutions	Sans valeur		is révolutions	Sans valeur	
	Moins de 2 positions de base différentes d'au moins 2 révolutions chacune	Sans valeur		olutions, il doit y en avoir au moins 2 sition de base	Sans valeur	
Limites	Les variations difficiles NE SONT PAS permises	Sans valeur	Les variation	s difficiles NE SONT PAS permises	Sans valeur	
	L'entrée sautée n'est pas permise					
Pointage de l'exécution	Moins de révolutions que les révolutions prescrites	Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »		rolutions que les révolutions	Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »	
(PE)	La pirouette doit contenir les 3 positions de base (arabesque, assis, debout)	Réduction du PE pour « mauvaise position »				
SÉQUENCE D'ARABESQUES	Les séquences d'arabesques sont dés	ignées de niveau B au maximum				
Séquence de pas en positi	ion arabesque – Deux arabesques séparée	es par un nombre quelconque de pas	; une des deux ar	rabesques doit être sans soutien ; une	e arabesque sur chaque pied.	
	Position non atteinte, le genou et le	Seulement une arabesque qui a	Les deux	Une ou les deux arabesques sont		
Erreur	pied de la jambe libre n'est pas élevés au-dessus de la hanche pour une des	atteint la position au-dessus de la hanche	arabesques sont	trop courtes ou leur carre n'est pas bien établie.	Les deux arabesques sont sur le	
	deux arabesques ou les deux arabesques		exécutées avec soutien	Faible qualité des carres.	même pied	
Pénalité	Sans valeur	Sans valeur	Sans valeur	Réduction du PE	Sans Valeur	

Pour toutes les catégories sans-limite, les chutes dans les éléments ne seront pas identifiées. Ainsi, seules les chutes à l'extérieurs des éléments seront identifiées par le jury technique

12

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement

### Sans Limites moins de 9 ans Messieurs

#### Sauts

d'exécution	n.								
Restrictions pour le PBE		cinq éléments de saut au moins un Axel	Doit contenir au moins un saut de type Lutz	Doit contenir au moins un double saut	Une des combinaisons doit contenir un saut de boucle comme 2e saut.	Maximum de 2 combinaisons de sauts ou séquences  La combinaison ou séquence de sauts ne peut contenir plus de deux sauts		séquence	es doivent être en combinaison ou eut être exécuté plus de deux fois.
Erreur	Contient plus	de cinq éléments de sauts.	Aucun saut de type Lutz parmi les cinq éléments de saut.	Aucun double saut	Aucune combinaison avec comme 2e saut une boucle.	Contient trois combinaisons ou séquences de sauts.	Contient plus de deux sauts dans la combinaison de sauts.	Saut répété n'est pas en combo/séq	Saut exécuté plus de deux fois.
Pénalité	sans valeur (s	de saut est invalidé et est i le 6° élément exécuté est e Axel, les deux derniers t sans valeur).	Invalider l'élément de saut qui a la plus petite valeur de base	Invalider le saut de moindre valeur.	Si un patineur fait deux combinaisons de sauts sans un saut de boucle comme 2e saut, le 2esaut de la 2e combinaison est sans valeur.  Si un patineur n'a pas fait les deux combinaisons, aucune pénalité ne s'applique.	S'il y a plus de 2 combinaisons, seul le premier saut de la combinaison supplémentaire compte et est désigné +REP.	Seul le saut ou seuls les sauts supplémentaires n'obtiendront aucune valeur.	Un saut répété qui n'est pas dans une combo/séq de sauts est désigné de +REP et n'est pas considéré comme un essai de combinaison.	Seul le saut ou seuls les sauts inclus plus de deux fois, même dans une combo/séq de sauts, n'obtiendront aucune valeur
Exemples	1Lz+1T+C	1Lo+1Lo+C	1Lo+1Lo+C	1A+1Lo+C	1F+1T+C	1A+1T+C	1S+1T+ <b>1Lo*+</b> C	1Lz	1A
	1Lo+1Lo+C	1T	1S*	1Lz	1Lz+ <b>1T*+</b> C	1Lo+1Lo+C		1F	1Lo+1Lo+C
	2S	1F+1T+C	1F+1T+C	1Lz+ <b>1T*+</b> C		1S+ <b>1T*+REP</b>		1A+1T+C	2S
	1A	28	1A	1A				2Lo+1Lo+C	1F+ <b>1Lo*+</b> C
	1F	1Lz*	2T	1F				1Lz+ <b>REP</b>	1Lz
	1Lz*	1A*							

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement

Pirouettes		Les	Les pirouettes sont désignées de niveau B au maximum			
	un signe « V » est décerné 1) Une enjamb Pirouette Combinée ; 3) Moins de 3 rotation					
	PIROUETTE COMBINÉE					
Restrictions pour le	Changement de pied et entrée sautée so	ont facultatifs				
PBÉ	ex: (F)CoSp,	, (F)CCoSp	PIROUETTE	DEBOUT AVEC ENTRÉE ARRIÈRE, sa	ns changement de pied	
	2 positions de base	e seulement = "V"				
	Exigences minimales :	Pénalité :	Exigences m	inimales :	Pénalité :	
	Moins de trois révolutions	Sans valeur	Moins de troi	s révolutions	Sans valeur	
	Moins de 2 positions de base différentes d'au moins 2 révolutions chacune	Sans valeur		olutions, il doit y en avoir au moins 2 sition de base	Sans valeur	
Limites	Les variations difficiles NE SONT PAS permises	Sans valeur	Les variation	s difficiles NE SONT PAS permises	Sans valeur	
Pointage de l'exécution (PE)	Moins de révolutions que les révolutions prescrites	Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »	révolutions inférieur au nombre prescrites		Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »	
(FL)	La pirouette doit contenir les 2 positions de base arabesque et assise	Réduction du PE pour « mauvaise position »				
SÉQUENCE D'ARABESQUES	Les séquences d'arabesques sont dés	l ignées de niveau B au maximum				
Séquence de pas en posit	ion arabesque – Deux arabesques séparé	es par un nombre quelconque de pa	s ; une des deux ar	abesques doit être sans soutien ; une	arabesque sur chaque pied.	
Erreur	Position non atteinte, le genou et le pied de la jambe libre n'est pas élevés	Seulement une arabesque qui a atteint la position au-dessus de la	·	Une ou les deux arabesques sont trop courtes ou leur carre n'est		
	au-dessus de la hanche pour une des	hanche	sont	pas bien établie.	Les deux arabesques sont sur le	
	deux arabesques ou les deux		exécutées	Faible qualité des carres.	même pied	
	arabesques		avec soutien			
Pénalité	Sans valeur	Sans valeur	Sans valeur	Réduction du PE	Sans Valeur	

Pour toutes les catégories sans-limite, les chutes dans les éléments ne seront pas identifiées. Ainsi, seules les chutes à l'extérieurs des éléments seront identifiées par le jury technique.

14

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement

### Sans Limites moins de 8 ans Dames

#### Sauts

d'exécution.									
Restrictions	Maximum de cinq éléments de saut  Doit contenir au moins un Axel		Doit contenir au moins un saut de type Lutz	Doit contenir au moins un doit contenir un saut de boucle comme 2e saut.		Maximum de 2 combinaisons de sauts ou séquences		Les sauts répétés doivent être en combinaison ou séquence	
pour le PBE			(1Lz ou 2Lz)			La combinaison ou séquence de sauts ne peut contenir plus de deux sauts		Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois.	
Erreur	Contient plu	s de cinq éléments de saut.	Aucun saut de type Lutz parmi les cinq éléments de saut.	Aucun double saut	Aucune combinaison avec comme 2e saut une boucle.	Contient trois combinaisons ou séquences de sauts.	Contient plus de deux sauts dans la combinaison de sauts.	Saut répété n'est pas en combo/séq	Saut exécuté plus de deux fois.
Pénalité	Le 6° élément de saut est invalidé et est sans valeur (si le 6° élément exécuté est un saut de type Axel, les deux derniers éléments sont sans valeur).		Invalider l'élément de saut qui a la plus petite valeur de base	Invalider le saut de moindre valeur.	Si un patineur fait deux combinaisons de sauts sans un saut de boucle comme 2e saut, le 2esaut de la 2e combinaison est sans valeur.  Si un patineur n'a pas fait les deux combinaisons, aucune pénalité ne s'applique.	S'il y a plus de 2 combinaisons, seul le premier saut de la combinaison supplémentaire compte et est désigné +REP.	Seul le saut ou seuls les sauts supplémentaires n'obtiendront aucune valeur.	Un saut répété qui ne l'est pas dans une combo/séq de sauts est désigné de +REP et n'est pas considéré comme un essai de combinaison.	Seul le saut ou seuls les sauts inclus plus de deux fois, même dans une combo/séq de sauts, n'obtiendront aucune valeur
	1Lz+1T+C 1Lo+1Lo+ C	1Lo+1Lo+C 2T	1Lo+1Lo+C	1A+1Lo+C	1F+1T+C 1Lz+1 <b>T</b> *+C	1A+1T+C 1Lo+1Lo+C	1S+1T+ <b>1Lo*+</b> C	1Lz 1F	1A 1Lo+1Lo+C
Exemples	2S	1F+1T+C	1F+1T+C	1Lz+ <b>1T*+</b> C		1S+ <b>1T*+REP</b>		1A+1T+C	28
	1A	15	1A	1A				2Lo+1Lo+C	1F+ <b>1Lo*+</b> C
	1F	1Lz*	2T	1F				1Lz+ <b>REP</b>	1Lz
	1Lz*	1A*							

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement

Pirouettes		Les pi	Les pirouettes sont désignées de niveau B au maximum						
Il existe deux situations où pirouette combinée avec c	un signe « V » est décerné 1) deux positio changement de pied ;	ns de base seulement dans une Piroue	ette Combinée ;	2) Moins de 3 rotations exécutées su	r un pied dans n'importe quelle				
	PIROUETTE COMBINÉE								
	Changement de pied et entrée sautée so		PIROUETTE DEBOUT AVEC ENTRÉE ARRIÈRE, sans changement de pied						
Restrictions pour le PBÉ	ex: (F)CoSp,	(F)CCoSp							
	Exigences minimales :	Pénalité :	Exigences m	ninimales :	Pénalité :				
	Moins de trois révolutions	Sans valeur	Moins de troi	s révolutions	Sans valeur				
	Moins de 2 positions de base différentes d'au moins 2 révolutions chacune		De ces 3 révolutions, il doit y en avoir au moins 2 dans une position de base		Sans valeur				
Limites	Les variations difficiles NE SONT PAS permises	Sans valeur	Les variation	s difficiles NE SONT PAS permises	Sans valeur				
Pointage de l'exécution (PE)	Moins de révolutions que les révolutions prescrites  Réduction du PE pour « un nom de révolutions inférieur au nom requis »		Moins de révolutions que les révolutions prescrites		Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »				
SÉQUENCE D'ARABESQUES	Les séquences d'arabesques sont désignées de niveau B au maximum								
Séquence de pas en positi	i on arabesque – Deux arabesques séparée	es par un nombre quelconque de pas ;	une des deux ar	abesques doit être sans soutien ; une	e arabesque sur chaque pied.				
Erreur	Position non atteinte, le genou et le pied de la jambe libre n'est pas élevés au-dessus de la hanche pour une des deux arabesques ou les deux arabesques	Seulement une arabesque qui a atteint la position au-dessus de la hanche	Les deux arabesques sont exécutées avec soutien	Une ou les deux arabesques sont trop courtes ou leur carre n'est pas bien établie.  Faible qualité des carres.	Les deux arabesques sont sur le même pied				
Pénalité	Sans valeur	Sans valeur	Sans valeur	Réduction du PE	Sans Valeur				

Pour toutes les catégories sans-limite, les chutes dans les éléments ne seront pas identifiées. Ainsi, seules les chutes à l'extérieurs des éléments seront identifiées par le jury technique.



### Sans Limites moins de 7ans Dames

### Sauts

Restrictions pour le PBE	Maximum de cinq éléments de saut  Doit contenir au moins un Axel		Doit contenir au moins un saut de type Lutz	Une des combinaisons de saut doit être un saut de boucle suivi d'un simple saut de boucle  (1Lo+1Lo+C)			Maximum de 2 combinaisons de sauts ou séquences  La combinaison ou séquence de sauts ne peut contenir plus de deux sauts		Les sauts répétés doivent être en combinaison ou séquence  Aucun saut ne peut être exécuté plus de deux fois.	
Erreur	Contient plus éléments de		Aucun saut de type Lutz parmi les cinq éléments de saut.	Aucune combin	aison 1Lo+1Lo+	-C	Contient trois combinaisons ou séquences de sauts.	Contient plus de deux sauts dans la combinaison de sauts.	Saut répété n'est pas en combo/séq	Saut exécuté plus de deux fois.
Pénalité	Le 6° élément de saut est invalidé et est sans valeur (si le 6° élément exécuté est un saut de type Axel, les deux derniers éléments sont sans valeur).		Invalider l'élément de saut qui a la plus petite valeur de base	Si un patineur n'a qu'une combinaison de saut.  Si un patineur n'a qu'une combinaison de sauts et que dans le PBÉ il y a un saut de boucle seul, aucune pénalité ne s'applique et on ajoute un +C au saut de boucle.		S'il y a plus de 2 combinaisons, seul le premier saut de la combinaison supplémentair e compte et est désigné +REP.	Seul le saut ou seuls les sauts supplémentair es n'obtiendront aucune valeur.	Un saut répété qui ne l'est pas dans une combo/séq de sauts est désigné de +REP et n'est pas considéré comme un essai de combinaison.	Seul le saut ou seuls les sauts inclus plus de deux fois, même dans une combo/séq de sauts, n'obtiendront aucune valeur	
Exemples	1Lz+1T+C	1Lo+1Lo+C	1Lo+1Lo+C	1F+1T+C	1Lo+ <b>1T*+</b> C	1Lz	1A+1T+C	1S+1T+ <b>1Lo*+</b> C	1Lz	1A
	1Lo+1Lo+C	1T	1S*	<b>1Lz*+1T*+</b> C		1F+1T+C	1Lo+1Lo+C		1F	1Lo+1Lo+C
	1S	1F+1T+C	1F+1T+C			1Lo+C	1S+ <b>1T*+REP</b>		1A+1T+C	1S
	1A	1S	1A			1A			1Lo+1Lo+C	1F+ <b>1Lo*+</b> C
	1F	1Lz*	1F			1F			1Lz+REP	1Lz
	1Lz*	1A*								

<sup>\*</sup> Note : TC section requis dans les catégories Sans limite, car le well balanced doit être fait manuellement



Pirouettes		Les	Les pirouettes sont désignées de niveau B au maximum					
ll existe deux situations oો pirouette combinée avec	ù un signe « V » est décerné 1) deux position changement de pied ;	ns de base seulement dans une Pirot	uette Combinée ;	2) Moins de 3 rotations exécutées sui	un pied dans n'importe quelle			
Restrictions pour le PBÉ	PIROUETTE en une position arabesque	ou assise (CSp ou SSp)	PIROUETTE I	PIROUETTE DEBOUT AVEC ENTRÉE ARRIÈRE, sans changement de pied				
	Exigences minimales :	Pénalité :	Exigences minimales : Pénalité :					
	Moins de trois révolutions sur un pied	Sans valeur	Moins de troi		Sans valeur  Sans valeur  Sans valeur			
	De ces 3 révolutions, il doit y en avoir au moins 2 dans une position de base	Sans valeur		olutions, il doit y en avoir au moins 2 sition de base				
Limites	Les variations difficiles, l'entrée sautée et le changement de pied NE SONT PAS permises	Sans valeur	Les variation	s difficiles NE SONT PAS permises				
Pointage de l'exécution (PE)	Moins de révolutions que les révolutions prescrites	Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »	Moins de rév prescrites	olutions que les révolutions	Réduction du PE pour « un nombre de révolutions inférieur au nombre requis »			
SÉQUENCE D'ARABESQUES	Les séquences d'arabesques sont désignées de niveau B au maximum							
Séquence de pas en posit	ı ion arabesque – Deux arabesques séparée	es par un nombre quelconque de pas	; une des deux ar	abesques doit être sans soutien ; une	e arabesque sur chaque pied.			
Erreur	Position non atteinte, le genou et le pied de la jambe libre n'est pas élevés au-dessus de la hanche pour une des deux arabesques ou les deux arabesques	Seulement une arabesque qui a atteint la position au-dessus de la hanche	Les deux arabesques sont exécutées avec soutien	Une ou les deux arabesques sont trop courtes ou leur carre n'est pas bien établie.  Faible qualité des carres.	Les deux arabesques sont sur le même pied			
Pénalité	Sans valeur	Sans valeur	Sans valeur	Réduction du PE	Sans Valeur			

