

CATÉGORIES STYLE LIBRE SIMPLE

SAISON 2025-2026

	SAUTS*	PIROUETTES	SEQ ARABESQUE / PAS / CHORÉ
	Aucun saut plus de 2 fois sauf s'il est en combo	Les pirouettes doivent tous avoir des codes différents	
INTRO 1:40 MAX 7 elements *PAS AU ISU	MAX 4 Doit inclure 1W Aucun saut + haut que 1Lo Max 1 combo, Aucune seq (2 sauts permis en combo)	MAX 2 2 pirouettes d'une position	Seq. Arabesque AV (1 sur chaque pied, non supporté, quart INT ou EXT)
BRONZE 1:40 (+/- 10 SECS) 7 elements	MAX 4 Sauts simples seulement (1W permis, 1A non permis) Max 2 combos (2 sauts par combo)**	MAX 2 1 en une position (changement de pied permis, pas d'entrée sauté) 1 de n'importe quel nature	MAX 1 Seq. Chorégraphique (couvrir ½ glace, doit contenir au moins 2 mouvements de transition)
ARGENT 2:00 (+/- 10 SECS) 7 elements	MAX 4 1W, Doubles et triples non permis, 1A permis Max 2 combos ou 1 combo + 1 seq (1 combo/seq peut contenir 3 sauts)	MAX 2 CCoSp 1 de n'importe quel nature	MAX 1 Seq. Chorégraphique (couvrir glace complète, doit contenir au moins 2 mouvements de transition)

OR 2:50 (+/- 10 SECS) 9 éléments	MAX 5 Aucun saut +haut que 2Lo 1W non permis Max 3 combos ou 2 combos + 1 seq (1 combo/seq peut contenir 3 sauts)***	MAX 3 CCoSp (doit avoir 2 positions de base) 1 entrée sauté 1 de n'importe quel nature	MAX 1 Seq. de pas
MAITRE 3:00 (+/- 10 SECS) 9 éléments	MAX 5 Doit inclure 1A Triples et 1W non permis Max 3 combos ou 2 combos + 1 seq (1 combo/seq peut contenir 3 sauts)****	MAX 3 CCoSp (doit avoir 2 positions de base) 1 entrée sauté 1 de n'importe quel nature	MAX 1 Seq. de pas
ELITE 3:00 (+/- 10 SECS) 9 éléments	MAX 5 Doit inclure 1A Tout sauts permis sauf 1W Max 3 combos ou 2 combos + 1 seq (1 combo/seq peut contenir 3 sauts)****	MAX 3 CCoSp (doit avoir 2 positions de base) 1 entrée sauté 1 de n'importe quel nature	MAX 1 Seq. de pas

*Tout les chutes, durant et entre les éléments seront identifiées et ont une valeur

**Compétitions ISU: Bronze Max 1 combo

***Compétitions ISU:Or Max 1 combo ou 1 seq

****Compétitions ISU: Maitre, Elite Max 2 combos ou 1 combo et une seq