

**Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace
Fiche Technique Synthétique – Éléments Requis Couples – Saison 2017/2018**

| Danse Libre Couple Non ISU | | | |
|----------------------------|------|---|--|
| Poussin | 1' | PoSyn TwS | 1 Pose Synchronisée 1 Twizzle Synchronisé |
| Avenir | 1'30 | PoSyn SqPMeSST ou SqPDiSST Pir TwS | 1 Pose Synchronisée, le Type de Pose de l'un au moins des partenaires devant être une Attitude, 1 Séquence de Pas Médiane ou Diagonale sans se toucher 1 Pirouette (Pirouette Combinée non autorisée), mais pas plus, d'un tour minimum sur un pied pour chaque partenaire (peut être commencée sur deux pieds), 1 Twizzle Synchronisé |
| Benjamin ou Pré-Bronze + | 2' | AttSyn SqPCi Pir SeTwS | 1 Attitude Synchronisée 1 Séquence de Pas Circulaire avec Retournements : - centre de la piste - petit diamètre - Positions de Danse (sauf main à main) 1 Pirouette, mais pas plus (Pirouette Combinée non autorisée), 1 tour mini pour chaque partenaire (peut être commencée sur 2 pieds) 1 série de Twizzles Synchronisés 1 seul Porté possible (12 sec maxi) |
| Short Dance ISU | | | |
| Short Dance Junior | 2'50 | 1CC, 2CC StaLi, SiLi, CuLi, RoLi NtMiSt, NtCiSt, NtDiSt, NtSeSt STw | 2 Sections de Cha Cha (patinées l'une après l'autre, Section 1 suivie de Section 2, avec le pas #1 patiné du côté opposé des juges) 1 Porté Court mais pas plus 1 Séquence de Pas Rectiligne ou Curviligne sans se toucher (Style B*) qui doit être patinée sur un rythme autre que le Cha Cha 1 Série de Twizzles Séquentiels |
| Short Dance Senior | 2'50 | 1RH PSt NtMiSt, NtCiSt, NtDiSt, NtSeSt StaLi, SiLi, CuLi, RoLi STw | 1 section de Rhumba avec le Pas #1 patiné du côté gauche des juges 1 Type de Séquence de Pas de Danse Imposée en Position (Style B*) patiné sur n'importe quel type de rythmes latino-américains : un tour complet de piste mais pas plus et doit commencer sur le battement 1 de la mesure 1 Séquence de Pas Rectiligne ou Curviligne sans se toucher (Style B*) qui doit être patinée sur un rythme autre que celui choisi pour le Type de Séquence de Pas de Danse Imposée 1 Porté Court mais pas plus |

| | | | |
|--|------|---|--|
| | | | 1 Série de Twizzles Séquentiels |
| Danse Libre Couple ISU | | | |
| Minime (Basic Novice ISU) plafonné niveau 2 | 2'30 | StaLi, Sili, CuLi, RoLi DiSt, MiSt, CiSt, SeSt STw ChSp ou ChTw | 1 Porté Court mais pas plus 1 Séquence de Pas (Style B) en Positions, soit groupe A (Médiane ou Diagonale), soit groupe B (Circulaire ou Serpentine) 1 Série de Twizzles Synchronisés 1 Élément Chorégraphique (Pirouette ou Twizzles) |
| Cadet (Advanced Novice ISU) plafonné niveau 3 | 3' | StaLi, Sili, CuLi, RoLi Sp DiSt, MiSt, CiSt, SeSt STw ChSp ou ChTw | 2 Types différents de Portés Courts mais pas plus 1 Pirouette, mais pas plus (Pirouette Combinée interdite) 1 Séquence de Pas (Style B) en Positions, soit groupe A (Médiane ou Diagonale), soit groupe B (Circulaire ou Serpentine) 1 Série de Twizzles Synchronisés 1 Élément Chorégraphique (Pirouette ou Twizzles) |
| Junior | 3'30 | StaLi, Sili, CuLi, RoLi, Combo Li Sp ou CoSp MiSt, DiSt CiSt, SeSt Stw ChLi, ChSp, ChTw | Soit 1 Porté combiné (long) soit 2 Portés Courts différents, mais pas plus 1 Pirouette de Danse (Pirouette ou Pirouette Combinée) mais pas plus 1 Séquence de Pas (Style A) en Positions, soit groupe A (Médiane ou Diagonale), soit groupe B (Circulaire ou Serpentine) 1 Série de Twizzles Synchronisés 2 Éléments Chorégraphiques différents (Porté, Pirouette ou Twizzles) |
| Senior | 4' | StaLi, Sili, CuLi, RoLi, Combo Li Sp ou CoSp MiSt, DiSt CiSt, SeSt Stw ChLi, ChSp, ChTw | Soit 1 Porté Court et 1 Porté Combiné (types différents) soit 3 Portés Courts différents, mais pas plus 1 Pirouette de Danse (Pirouette ou Pirouette Combinée), mais pas plus 2 Séquences de Pas en Positions : - 1 groupe A (Médiane ou Diagonale) - 1 groupe B (Circulaire ou Serpentine) 1ère patinée = style A, 2ème patinée = style B 1 Série de Twizzles Synchronisés 2 Eléments Chorégraphiques (Porté, Pirouette ou Twizzles) |