



## Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

### Fiche Technique Synthétique – Eléments Requis Couples – Saison 2017-2018

Danse Libre Couple Non ISU			
<b>Poussin</b>	1'	PoSyn TwS	1 Pose Synchronisée 1 Twizzle Synchronisé
<b>Avenir</b>	1'30	PoSyn  SqPMeSST ou SqPDiSST  Sp ou CoSp  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
Short Dance ISU			
<b>Rythme Dance Junior</b>	2'50	TA  StaLi, SiLi, CuLi, RoLi  StSq (MiSt, CiSt, DiSt)  STw	- Section 1 : Pas # 1-18 - Section 2 : Pas # 19-31 chaque section patinée l'une après l'autre, Section 1 suivie de Section 2, ou l'inverse, avec le Pas #1 patiné du côté Gauche des juges  1 Porté Court mais pas plus  1 Séquence de Pas Médiane, Circulaire ou Diagonale sans se toucher ou en étant attachés ou une combinaison des deux (Style B)  1 Série de Twizzles Séquentiels (pas plus d'un pas entre chaque Twizzle)
<b>Rythme Dance Senior</b>	2'50	TR  StaLi, SiLi, CuLi, RoLi  StSq (MiSt, CiSt, DiSt)  STw	- Section 1 : Pas # 1-27 - Section 2 : Pas # 28-49 chaque section patinée l'une après l'autre, Section 1 suivie de Section 2, avec le Pas #1 patiné du côté Gauche des juges  1 Porté Court mais pas plus  1 Séquence de Pas Médiane, Circulaire ou Diagonale sans se toucher ou en étant attachés ou une combinaison des deux (Style B)  1 Série de Twizzles Séquentiels (pas plus d'un pas entre chaque Twizzle)
Danse Libre Couple ISU			
<b>Basic Novice plafonné niveau 1</b>	2'	ChSp, ChTw, ChSl, ChLi  ChSt  Sp or CoSp	1 Elément Chorégraphique parmi Choréo Spin, Choréo Twizzle, Choréo Sliding, Choréo Lift  1 Choréo Step  1 Pirouette simple ou combinée

		STw	<b>1 série de Twizzles Synchronisés</b>
<b>Intermediate Novice</b> plafonné niveau 2	2'30	StaLi,SILi,CuLi,RoLi	<b>1 Porté Court mais pas plus</b>
		ChSt	<b>1 Choréo Step</b>
		Sp or CoSp	<b>1 Pirouette simple ou combinée</b>
		STw	<b>1 série de Twizzles Synchronisés</b>
		ChSp, ChTw, ChSl, ChLi	<b>1 Élément Chorégraphique (Pirouette, Twizzles, Sliding, Porté)</b>
<b>Advanced Novice</b> plafonné niveau 3	3'	StaLi,SILi,CuLi,RoLi	<b>1 Porté Court mais pas plus</b>
		Sp or CoSp	<b>1 Pirouette simple ou combinée</b>
		DiSt,MiSt,CiSt,SeSt	<b>1 Séquence de Pas en Positions (Groupe A ou B, style B)</b>
		STw	<b>1 Série de Twizzles Synchronisés</b>
		ChSp, ChTw, ChSl, ChLi, ChSt	<b>2 Eléments Chorégraphiques (Pirouette, Twizzles, Sliding, Porté, Pas)</b>
<b>Junior</b>	3'30	StaLi, SILi, CuLi, RoLi, SeLi, RRoLi Combo Li	<b>Soit 1 Porté combiné (long) soit 2 Portés Courts différents, mais pas plus</b>
		Sp ou CoSp	<b>1 Pirouette simple ou combinée</b>
		MiSt, DiSt CiSt, SeSt	<b>1 Séquence de Pas en Positions : Soit groupe A (Médiane ou Diagonale) soit groupe B (Circulaire ou Serpentine), style B</b>
		OFStSq	<b>Série de pas sur un pied</b>
		STw	<b>1 Série de Twizzles Synchronisés</b>
		ChLi, ChSp, ChTw, ChSl, ChSt	<b>2 Eléments Chorégraphiques différents (Porté, Pirouette, Twizzles, Sliding, Série de pas)</b>
<b>Senior</b>	4'	StaLi, SILi, CuLi, RoLi, SeLi, RRoLi Combo Li	<b>Soit 1 Porté Court et 1 Porté Combiné (types différents) soit 3 Portés Courts différents, mais pas plus</b>
		Sp ou CoSp	<b>1 Pirouette de Danse (Pirouette ou Pirouette Combinée), mais pas plus</b>
		MiSt,DiSt CiSt,SeSt	<b>1 Séquence de Pas en Positions : Soit groupe A (Médiane ou Diagonale) soit groupe B (Circulaire ou Serpentine), style B</b>
		OFStSq	<b>Série de pas sur un pied</b>
		STw	<b>1 Série de Twizzles Synchronisés</b>
		ChSt	<b>1 Choreographic Character Step Sequence</b>
		ChLi, ChSp, ChTw, ChSl	<b>2 Eléments Chorégraphiques différents (Porté, Pirouette, Twizzles, Sliding)</b>