



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace ADULTES 2022/2023

Danses Imposées

Catégorie	COUPLES	SOLOS
Préliminaire	Chacha (3 séquences) / Canasta Tango (3 séquences)	
Préparatoire	Danse Majeure (2 séquences) / Swing Dance (2 séquences)	
PréBronze	Ten Fox (3 séquences) / Tango Fiesta (3 séquences)	
Bronze (Bronze ISU)	Foxtrot (4 séquences) / Valse Willow (2 séquences)	
Argent (Silver ISU)	Rocker Foxtrot (4 séquences) / Valse Starlight (2 séquences)	
Vermeil		Valse Américaine (2 séquences) / Paso Doble (3 séquences)
Or (Gold ISU)	Valse Viennoise (3 séquences) / Quickstep (4 séquences)	
Master ISU	Blues (3 séquences) / Quickstep (4 séquences)	
Elites Master ISU	Blues (3 séquences) / Quickstep (4 séquences)	

Musique : Conformément au paragraphe 5 du [règlement ISU pour Adultes 2022/2023](#), les patineurs doivent fournir leur propre musique pour toutes les Danses Imposées choisies. Les musiques ne seront pas fournies par l'organisateur de la compétition. Les **musiques officielles** des Danses imposées ISU et non ISU sont **autorisées** (piste 1 à 5 uniquement). Dans tous les cas, la musique doit être choisie **en accord avec le rythme** et dans le **respect du tempo** de la danse imposée.

La musique doit être enregistrée sur CD ou mp3 selon ce qui sera spécifié dans l'Annonce de la compétition.

Les fichiers musicaux doivent être **renommés** selon les modèles décrits dans la communication CSNDG n° [324](#).

Une violation des spécifications du tempo conduira à **une déduction de 1.0** point par le Juge Arbitre.

Musique vocale autorisée.

Echauffement : 3 minutes (30 secondes sans musique et 3 x 50 secondes en musique)

Médailles : Depuis la saison 2019/2020, il est possible de valider les différentes danses en compétition, en version Major uniquement (points requis inférieurs aux versions Standard et Solo). Le test sera validé officiellement le 30 juin de la saison en cours. (Com CSNDG à venir)



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace ADULTES 2022/2023

Rhythm Dance Adulte ISU			
Catégorie	Durée	Codes éléments	Détails éléments
Rhythm Dance Adulte	2'50 +/- 10 s	1ATsq, 2ATsq	<p>2 Sections de Tango Argentin (96 battements par minute, +/- 2 battements par minute) patinées l'une après l'autre ou séparément, dans n'importe quel ordre. Le pas #1 doit être patiné du côté gauche des juges et le pas #19 du côté droit des juges. Com ISU 2468</p> <p>Le Tango Argentin sera jugé avec point-clé.</p>
		StaLi, SiLi, CuLi, RoLi	<p>1 Porté Court max (7 secondes maximum) <i>(Stationary / Straight Line / Curve or Rotational Lift)</i></p>
		MiStW+MiStM OU DiStW+DiStM)	<p>1 Séquence de Pas (Style B) Médiane ou Diagonale patinée sur un rythme différent de celui de l'élément danse imposée Série de pas en positions de danse, ou sans se toucher, ou une combinaison des deux</p> <p>Spécifications du Style B :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arrêt jusqu'à 1 autorisé sur 1 durée max de 5 secondes • Rétrogression interdite • Boucles NON autorisées • Séparation autorisée mais max 2 longueurs de bras sur 1 durée max de 5 sec • Pas de main à main bras tendus
		SqTwW / SqTwM	<p>1 Série de Twizzles Séquentiels Au moins 2 Twizzles pour chaque partenaire. Sans contact entre les Twizzles (pas plus d'1 pas entre chaque Twizzle / chaque pose de pied ou poussée compte comme un pas)</p>

Musique vocale autorisée

Echauffement 5 minutes



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace ADULTES 2022/2023

Danse Libre Couple Adulte ISU			
Catégorie	Durée	Codes éléments	Détails éléments
Adulte Bronze	1'50	StaLi, SILi, CuLi, RoLi	1 Porté Court (7 secondes max), mais pas plus. <i>(Stationnary / Straight Line / Curve or Rotational Lift).</i> Sera compté Niveau 1 max
		DSp	1 Pirouette de Danse (Pirouette Combinée NON autorisée), mais pas plus
	+/- 10 s	DiStW+DiStM	1 Séquence de Pas Diagonale en Positions (style B), mais pas plus
Adulte Argent	2'30	StaLi, SILi, CuLi, RoLi	1 Porté Court (7 secondes max) mais pas plus. <i>(Stationnary/Straight Line/Curve or Rotational Lift).</i> Sera compté Niveau 2 max
		DSp	1 Pirouette de Danse (Pirouette ou Pirouette Combinée), mais pas plus
		DiStW+DiStM	1 Séquence de Pas Diagonale en Positions (style B), mais pas plus
	+/- 10 s	SyTwW / SyTwM	1 Série de Twizzles Synchronisés, mais pas plus Au moins 2 twizzles par partenaire. Les partenaires DOIVENT être en contact à un moment entre le 1er et le 2ème twizzle. Entre 2 et 4 pas maximum entre le 1er et le 2ème Twizzle / chaque pose de pied ou poussée compte comme un pas
Adulte Or Masters Elite Masters	3'00	StaLi, SILi, CuLi, RoLi	Option 1 : 1 Porté Court (7 secondes max) et 1 Porté Combiné (12 secondes max), mais pas plus. Option 2 : 3 Portés Courts (7 secondes max pour chaque porté), mais pas plus. Types différents dans les 2 cas. <i>(Stationnary / Straight Line / Curve or Rotational Lift).</i>
		DSp	1 Pirouette de Danse (Pirouette ou Pirouette Combinée), mais pas plus
		CiStW+CiStM	1 Séquence de Pas Circulaire en Positions (style B), mais pas plus
	+/- 10 s	SyTwW / SyTwM	1 Série de Twizzles Synchronisés, mais pas plus Au moins 2 twizzles par partenaire. Les partenaires DOIVENT être en contact à un moment entre le 1^{er} et le 2^{ème} twizzle. Entre 2 et 4 pas maximum entre le 1 ^{er} et le 2 ^{ème} Twizzle / chaque pose de pied ou poussée compte comme un pas

Musique vocale autorisée

Echauffement 5 minutes



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace ADULTES 2022/2023

Danse d'Interprétation Solo Adulte			
Catégorie	Durée	Codes éléments	Détails éléments
Adulte Prébronze	1'30 +/- 10 s	sPo sSqPpCi sPir	1 Pose 1 Séquence de Pas Circulaire de petit diamètre avec des Retournements 1 Pirouette Solo Simple de 2 tours minimum sur 1 pied (Pirouette Solo Combinée NON autorisée)
Adulte Bronze	1'45 +/- 10 s	sPoCo sSqPMe sPir sSTwS	1 <u>Pose Combinée</u> 1 Séquence de Pas <u>Médiane</u> comportant des retournements 1 Pirouette Solo Simple de 2 tours minimum sur 1 pied (Pirouette Solo Combinée NON autorisée) 1 Série de Twizzles Solo
Adulte Argent	2' +/- 10 s	sPoCo sSqPCi sPir sSTwS	1 Pose Combinée comportant une Attitude 1 Séquence de Pas Circulaire avec Retournements 1 Pirouette Solo simple de 3 tours minimum (deuxième Pirouette Solo simple ou Combinée autorisée) 1 Série de Twizzles Solo
Adulte Or	2'30 +/- 10 s	sPoCo sSqPCi, ou sSqPSe sSTwS sPirCo	1 Pose Combinée comportant une Attitude 1 Séquence de Pas Circulaire ou Serpentine (2 lobes) comportant des Retournements 1 Série de Twizzles Solo 1 Pirouette Solo Combinée : au moins 3 tours sur un pied dans l'une des parties, et au moins 1 tour sur l'autre pied dans l'autre partie.

Musique vocale autorisée

Echauffement 5 minutes