

# **FEDERACIÓN GALEGA DE PATINAXE**



## **GUÍA COMPLEMENTARIA NIVELES MODALIDAD DE SOLO DANZA**

**2026**



---

*La siguiente Guía complementaria recoge el conjunto de integrativos que rigen los programas de la modalidad de niveles en las competiciones oficiales de la modalidad de solo danza de Patinaje Artístico de la Federación Galega de Patinaxe, en adelante F.G.P.*

## **INDICE**

1. OBJETO .....	3
2. ACLARACIONES .....	3
3. MÉTODO GENERAL DE VALORACIÓN DE NIVELES .....	4
4. DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE FIGURAS .....	5
5. DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE LAS DANZAS OBLIGATORIAS .....	9
6. DIAGRAMAS DE LOS DIFERENTES ELEMENTOS .....	18
7. TABLAS DE PROGRESIÓN POR TIPO DE INTEGRATIVO .....	24
8. INTEGRATIVOS DEL NIVEL I .....	27
9. INTEGRATIVOS DEL NIVEL II .....	28
10. INTEGRATIVOS DEL NIVEL III .....	29
11. INTEGRATIVOS DEL NIVEL IV .....	30
12. INTEGRATIVOS DEL NIVEL V .....	31
13. INTEGRATIVOS DEL NIVEL VI .....	32
14. INTEGRATIVOS DEL NIVEL VII .....	33
15. ERRORES EN ELEMENTOS DE PASOS (STEP) .....	34
16. ERRORES EN ELEMENTOS DE GIROS (TURN) .....	37
17. ERRORES EN ELEMENTOS COREOGRÁFICOS (CHOREO) .....	39
18. ERRORES EN ELEMENTOS DE PATTERN (PATTERN) .....	42
ANEXO I. DESCRIPCIÓN DE DANZAS OBLIGATORIAS (PATTERN) .....	43



## **1. OBJETO**

La filosofía de los niveles de la modalidad de solo danza reside en conseguir un aprendizaje y evaluación más progresiva de los patinadores, así como alcanzar una formación más global de los mismos. Las normas generales de esta modalidad se detallan en la Normativa Autonómica de Patinaje Artístico.

La modalidad de niveles se clasifica en un total de 7 niveles. Se realiza una escalada de dificultad en giros, pasos, elementos coreográficos y pattern de danzas obligatorias.

### **OBJETIVOS:**

- Que el patinador pueda evolucionar de forma más gradual y próspera.
- Que los programas se realicen con mayor seguridad y limpieza.
- Que se sienten unas bases firmes sobre las que avanzar y construir patinadores más completos en el futuro.

## **2. ACLARACIONES**

Es importante tener clara la normativa de niveles de la F.G.P. en referencia al nivel a puntuar. La normativa se recoge en el documento “Normativa Artístico” del año en vigor. La normativa se encuentra publicada en la página web oficial de la F.G.P.

Se debe tener en cuenta que:

- La definición de cada uno de los integrativos contenida en esta guía se especifica cuando el elemento es ejecutado correctamente y con la calidad mínima exigida.
- Será considerado “error” todo aquel integrativo que se ejecuta sin adecuarse a su definición. La clasificación del error vendrá en función de su gravedad pudiendo ser clasificado como grave (G), como medio (M) o como leve (L).
- Los errores en los elementos que no están definidos en la categoría de “Graves” o “Medios” serán automáticamente calificados como “Leves”. Solo se hacen explícitos en cada tipo de elemento (turn, step, choreo, pattern) los errores de tipo “G” y de tipo “M”. Para los errores de tipo “L”, el juez considerará que son aquellos que no se explican en el presente documento pero que no se ajustan a la definición del integrativo y/o son fallos evidentes en el elemento.
- Los patinadores pueden repetir un solo elemento al finalizar el programa, salvo el integrativo de “Pattern”, que no se puede repetir. Si se valora un elemento de libre elección (giros, figuras, etc) deberá repetirse exactamente igual el mismo realizado con anterioridad para poder ser tenido en cuenta por el jurado. Se valorará únicamente el mejor de las dos ejecuciones, siempre en favor del patinador.
- Si el patinador repite algunos integrativos a lo largo del programa sin ser al final, estas repeticiones no serán valoradas, pero tampoco penalizadas. Solo se evaluará la primera repetición realizada al finalizar todos los integrativos.



### **3. MÉTODO GENERAL DE VALORACIÓN DE NIVELES**

El juez valorará cada integrativo del nivel con una única distinción:

- ✓: Integrativo correcto. Se ajusta a su definición.
- G: Error grave en el integrativo.
- M: Error medio en el integrativo. El cúmulo de dos (2) errores (uno de ellos medio y el otro medio o leve) en un mismo integrativo hará que el error sea considerado de tipo grave.
- L: Error leve en el integrativo. El cúmulo de dos (2) errores leves en un mismo integrativo hará que el error sea considerado de tipo medio. Mayor cantidad de errores leves (3 o más) hará que el error sea considerado grave.

Los límites de error máximos permitidos para que un patinador resulte apto serán:

- Errores graves. Se permite solo un (1) error grave en el programa. Si el patinador presenta algún otro error adicional en otro integrativo (medio o leve), implica un 'no apto'.
- Errores medios. Se permiten dos (2) errores medios en el programa, o un (1) error medio y un (1) error leve. Si el patinador presenta algún otro error adicional (leve o grave), será 'no apto'.
- Errores leves. Se permiten tres (3) errores leves en el programa, o un (1) error leve y un (1) error medio. Si el patinador presenta algún otro error adicional (medio o grave), será 'no apto'.

	<b>G</b>	<b>M</b>	<b>L</b>	<b>RESULTADO</b>
<b>Caso 1</b>	1	0	0	<b>APTO</b>
<b>Caso 2</b>	0	2	0	<b>APTO</b>
<b>Caso 3</b>	0	1	1	<b>APTO</b>
<b>Caso 4</b>	0	0	3	<b>APTO</b>

**COREOGRAFÍA:** La coreografía se valorará como un integrativo adicional de todos los niveles. Es decir, los errores en la coreografía se tendrán en cuenta para decidir el aprobado del patinador. Se considerarán como elementos coreográficos los movimientos y pasos en los que el patinador sale de su posición base y/o no ejecuta simplemente pasos progresivos o cruzados: movimientos de brazos, movimientos de torso, body movements, etc. serán considerados válidos para cumplir con este requisito. Las caídas no serán penalizadas durante la coreografía para que el patinador arriesgue y así premiar más el intento de coreografiar que los fallos durante la ejecución. Errores en coreografía:

Grave:

- Sólo realizar movimientos/pasos coreográficos al principio y al final del disco.
- Sólo realizar movimientos/pasos coreográficos entre dos elementos y al principio o al final.

Medio:

- Realizar movimientos coreográficos al principio, final y solo entre dos de los cinco integrativos.

Ejemplo resumen de valoración de un programa:

	<b>ELEM 1</b>	<b>ELEM 2</b>	<b>ELEM 3</b>	<b>ELEM 4</b>	<b>ELEM 5</b>	<b>COREO</b>	<b>RESULTADO</b>
<b>Patinador A</b>	✓	L	✓	L	L	✓	<b>APTO</b>
<b>Patinador B</b>	M	✓	✓	✓	M	✓	<b>APTO</b>
<b>Patinador C</b>	✓	✓	L	✓	✓	M	<b>APTO</b>
<b>Patinador D</b>	L	✓	M	L	✓	✓	<b>NO APTO</b>
<b>Patinador E</b>	✓	G	✓	✓	✓	L	<b>NO APTO</b>

## 4. DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE FIGURAS

### - ÁNGEL

- Pierna libre y hombros a la altura de las caderas como mínimo.
- Pierna libre completamente estirada.



### - ÁNGEL SOSTENIDO

- Pierna libre sostenida.
- Rodilla libre y hombros a la altura de las caderas como mínimo.
- Espalda y pierna sostenida creando una forma de arco.
- El pie libre se puede coger con cualquier mano.



### - ÁGUILA

- Los pies marcan un arco en posición lateral sobre ambos patines.
- El pie trasero continúa el trazado del pie portante.
- Pueden utilizar ocho o seis ruedas.
- Puede ser en interior o en exterior.



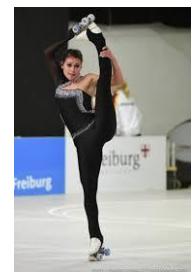
### - INA BAUER

- Posición de águila, con la pierna delantera en flexión y la trasera en extensión.
- Los dos pies realizan trazados paralelos, con un mínimo de 6 ruedas en contacto con el suelo.
- Puede ser en interior o en exterior.



### - UP SPLIT

- Una pierna levantada de lado o delante.
- Apertura de más de 120º con respecto a la pierna portante.
- Las dos piernas tienen que estar extendidas.



- **BIELLMAN**

- Pierna libre sostenida a la altura de la cabeza o por encima.
- Pierna libre extendida.
- Espalda forma un arco con la pierna libre.
- El pecho orientado hacia el frente.



- **RING**

- Pierna libre sostenida y próxima a la cabeza.
- Pierna libre doblada.
- Cabeza y espalda forma un arco con la pierna libre en forma circular.



- **STAGG JUMP**

- Salto de  $\frac{1}{2}$  rotación con asistencia de freno en la entrada.
- Posición aérea con las piernas dobladas y el tronco vertical.
- Recepción asistida en el freno contrario al de entrada para finalizar rodando sobre el otro patín.



- **SPLIT JUMP**

- Salto de  $\frac{1}{2}$  rotación con asistencia de freno en la entrada.
- Posición aérea con las piernas estiradas en split lateral y el tronco vertical.
- Recepción asistida en el freno contrario al de entrada para finalizar rodando sobre el otro patín.



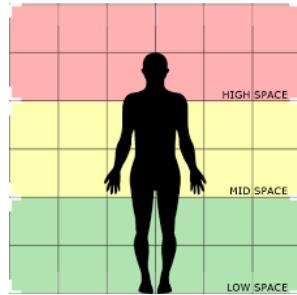
- **CHARLOTTE O ILLUSION**

- Torso lo más cerca posible de la pierna portante.
- Piernas estiradas.
- Pierna libre por encima de los 120º con respecto a la portante.
- Torso en la misma línea que la pierna.
- Illusion: completa una rotación sobre el freno del pie portante.



## - BODY MOVEMENTS

Posiciones o movimientos que hace el patinador en posición divergente, con respecto a las dimensiones espaciales alrededor del cuerpo.



Para contarlo como un body movement, el patinador debe conseguir una de las siguientes categorías de uso del espacio personal con la cabeza, el torso y/o las piernas:

1. Cabeza y pierna en el HIGH SPACE (ej. posición “Y”, patada alta).
2. Cabeza y torso en el MIDSPACE, pierna en el HIGHSPACE (ej. El cuerpo lateral y la pierna alta, posición Biellman).
3. Cabeza en el LOW SPACE, pierna en el HIGH SPACE (ej. posición Charlotte, illusion).
4. Cabeza, torso y pierna en el MID SPACE (ej. posición camel, posición inverted, anillo completo lateralmente).
5. Cabeza, torso y piernas en el LOW SPACE (ej. posición sit, arabesco bajo).
6. Cabeza y torso en el MID SPACE y lateral, pierna en el LOW SPACE (ej. Ina Bauer con el cuerpo inclinado lateralmente, águila extendida con el cuerpo inclinado lateralmente).

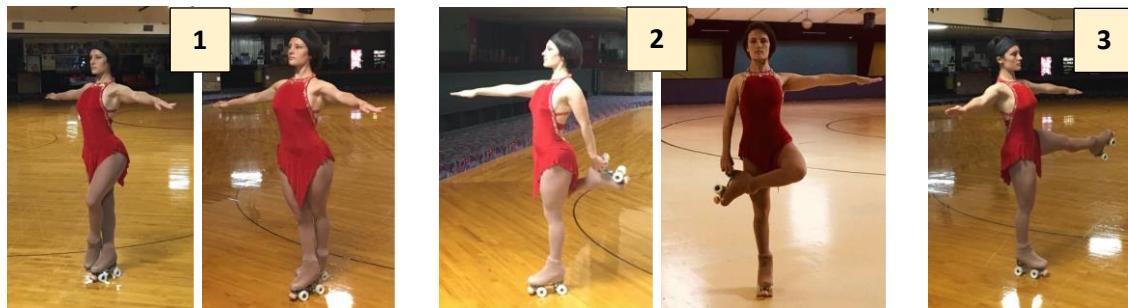
## - FEATURES DE TRAVELLING

Las features del elemento travelling se dividen en cuatro grupos:

- Grupo 1:
  1. Difficult entry, a escoger entre: águila, Ina Bauer, salto de una rotación, choctaw, un giro (rocker o counter), stagg jump o split jump.
  2. Different feet: ejecutar un set con cada pie.
- Grupo 2: posiciones difíciles de brazos.
  1. Codos a la altura o por encima de los hombros.
  2. Manos juntas y estiradas detrás de la espalda.
  3. Un brazo por detrás y otro por delante del tronco doblados.
  4. Manos juntas y estiradas delante entre la cintura y los hombros.
  5. Movimiento continuo de los brazos.



- Grupo 3: posiciones difíciles de piernas.
  1. Pierna libre cruzada por delante o por detrás de la portante.
  2. Pierna libre sujetada por una o las dos manos.
  3. Pierna libre estirada en un ángulo de al menos 45º con la portante.



- Grupo 4: extra features.
  1. Tercer set de travelling.
  2. Movimiento continuo de pierna libre.
  3. Pie libre por encima de la altura de la cadera.
  4. Torsión del tronco 45º.
  5. Cambio de flexión en la rodilla portante.



## **5. DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE LAS DANZAS OBLIGATORIAS**

### **5.1. And foxtrot (Nivel IV)**

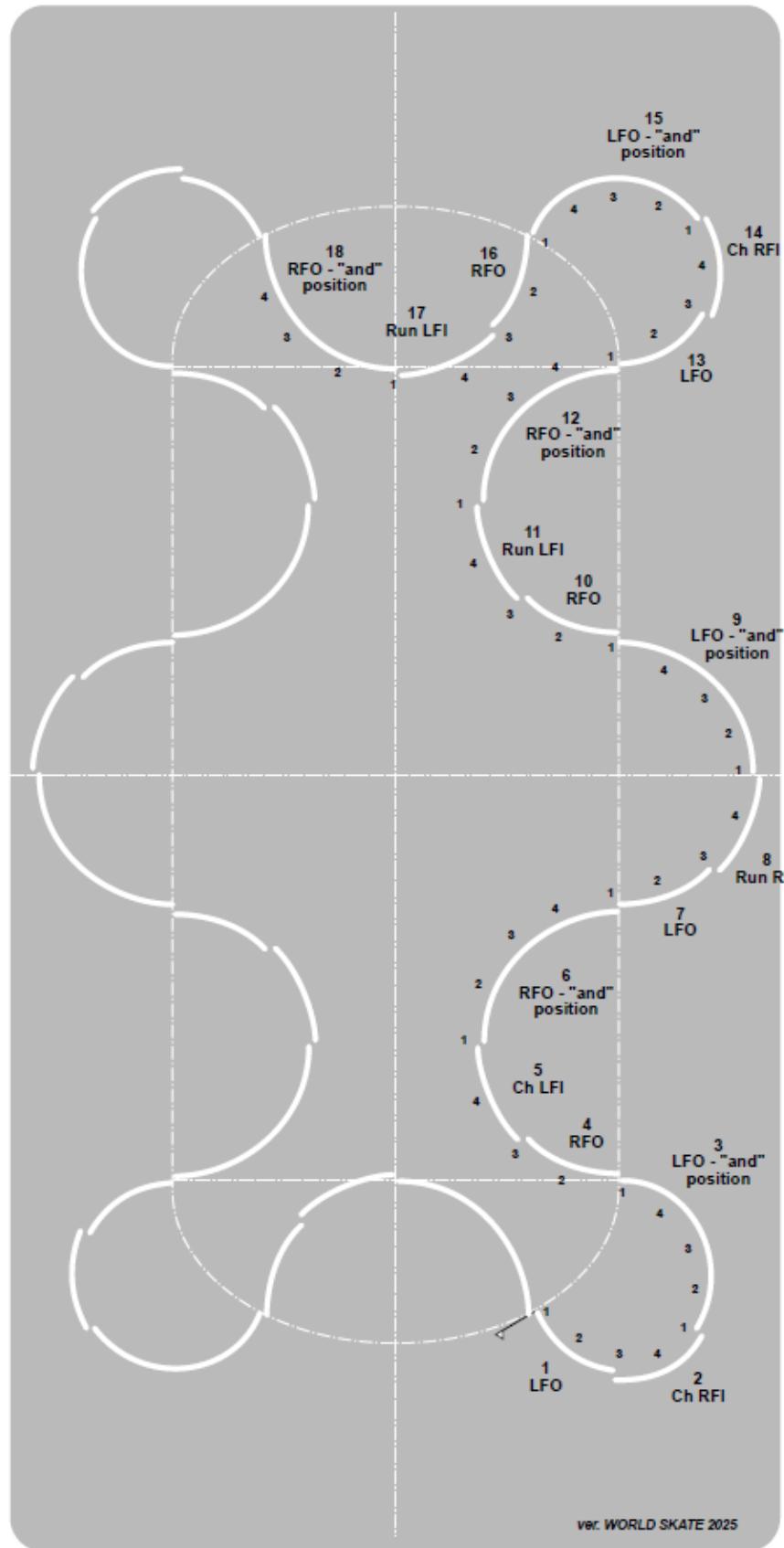
- Ritmo: foxtrot 4/4.
- Tempo: 104 bpm.
- Ejecución de 2 secuencias.
- Pasos de referencia:
  - o Paso 9: LFO – posición 'And' (2+2 batutas). Debe comenzar en el eje transversal.
  - o Paso 18: RFO – posición 'And' (2+2 batutas). Debe comenzar en el eje longitudinal.

<b>Número de paso</b>	<b>Paso</b>	<b>Batutas musicales</b>
1	LFO	2
2	Chassé RFI	2
3	LFO – posición 'And'	2+2
4	RFO	2
5	Chassé LFI	2
6	RFO – posición 'And'	2+2
7	LFO	2
8	Progresivo RFI	2
9	LFO – posición 'And'	2+2
10	RFO	2
11	Progresivo LFI	2
12	RFO – posición 'And'	2+2
13	LFO	2
14	Chassé RFI	2
15	LFO – posición 'And'	2+2
16	RFO	2
17	Progresivo LFI	2
18	RFO – posición 'And'	2+2

\*Notación abreviada de 3 letras:

- R/L (right/left): pie portante, derecho (R) o izquierdo (L).
- F/B (forward, backwards): dirección, adelante (F) o atrás (B).
- O/I (outside/inside): filo, exterior (O) o interior (I).

\*\*Batutas de tipo 'X+X': indica que el paso tiene dos partes, separadas normalmente por '–' (ej. paso 3, 6, 9...).





## 5.2. Skaters march (Nivel V)

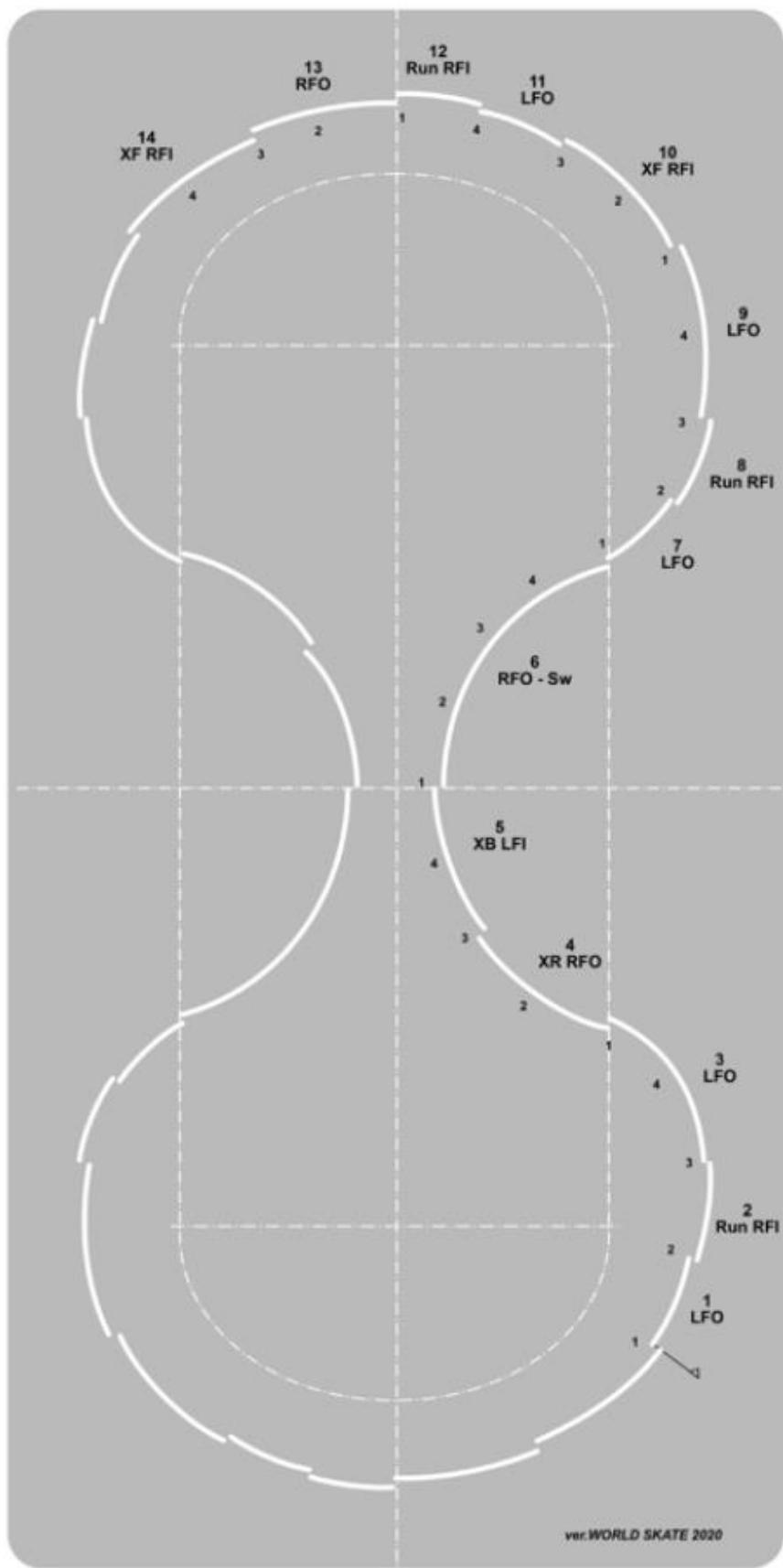
- Ritmo: march 4/4.
- Tempo: 100 bpm.
- Ejecución de 2 secuencias.
- Pasos de referencia:
  - Paso 6: RFO – Swing (2+2 batutas). Debe comenzar en el eje transversal.
  - Paso 13: LFO (2 batutas). Debe comenzar en el eje longitudinal.

Número de paso	Paso	Batutas musicales
1	LFO	1
2	Progresivo RFI	1
3	LFO	2
4	Cross roll RFO	2
5	Cross back LFI	2
6	RFO – Swing	2+2
7	LFO	1
8	Progresivo RFI	1
9	LFO	2
10	Cross front RFI	2
11	LFO	1
12	Progresivo RFI	1
13	LFO	2
14	Cross front RFI	2

\*Notación abreviada de 3 letras:

- R/L (right/left): pie portante, derecho (R) o izquierdo (L).
- F/B (forward, backwards): dirección, adelante (F) o atrás (B).
- O/I (outside/inside): filo, exterior (O) o interior (I).

\*\*Batutas de tipo 'X+X': indica que el paso tiene dos partes, separadas normalmente por ‘-’ (ej. paso 6).





### 5.3. Little waltz (Nivel VI)

- Ritmo: waltz 3/4.
- Tempo: 132 bpm.
- Ejecución de 1 secuencia.
- Pasos de referencia:
  - o Paso 6: LFO (3 batutas). Debe comenzar el eje transversal.
  - o Paso 15: Mohawk RFO – Swing (3+3 batutas). Debe atravesar el eje longitudinal.
  - o Paso 23: RBO (3 batutas). Debe comenzar en el eje transversal.
  - o Paso 32: Mohawk cerrado LBO – Swing (3+3 batutas). Debe atravesar el eje longitudinal.

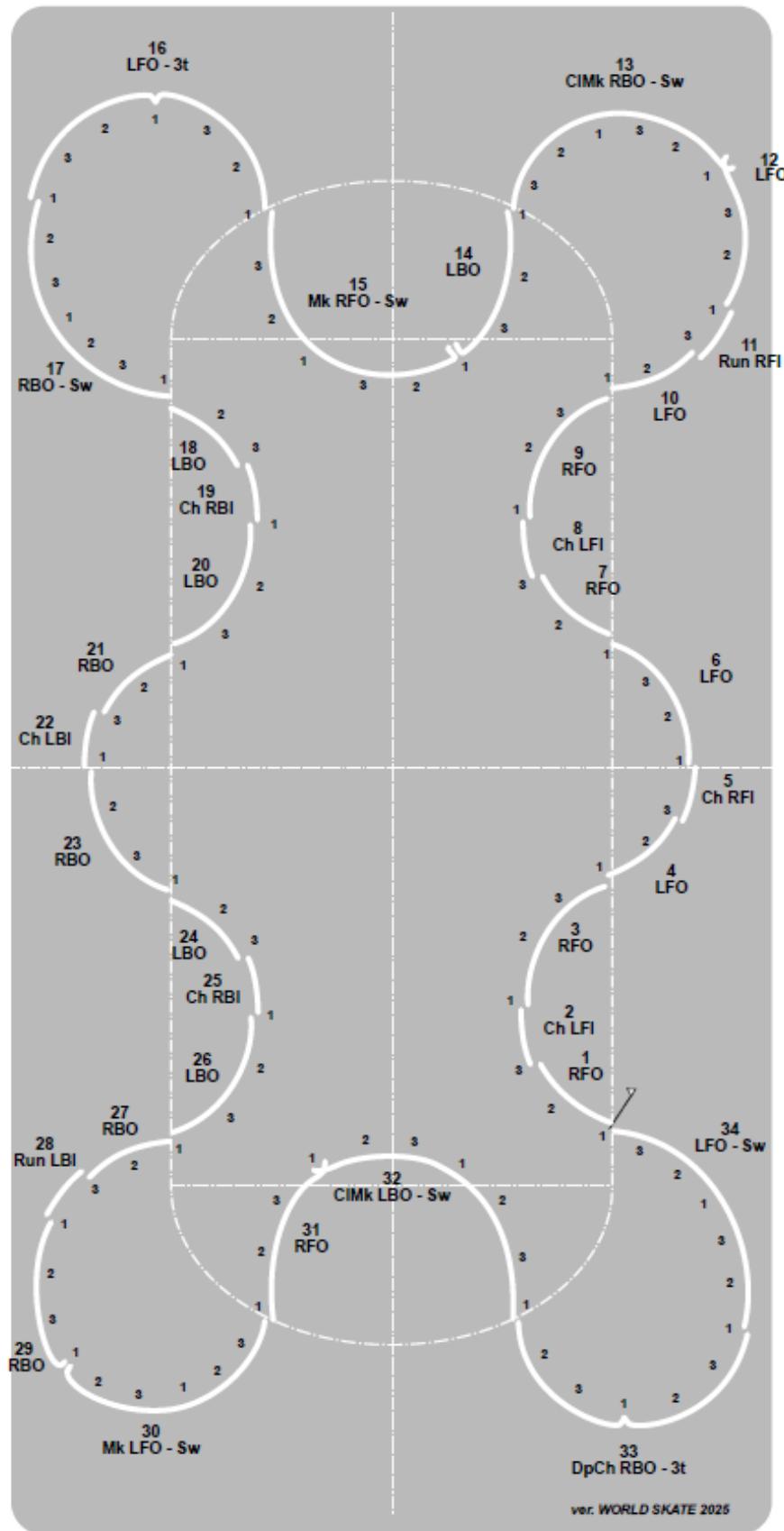


Número de paso	Paso	Batutas musicales
Sección 1		
1	RFO	2
2	Chassé LFI	1
3	RFO	3
4	LFO	2
5	Chassé RFI	1
6	LFO	3
7	RFO	2
8	Chassé LFI	1
9	RFO	3
10	LFO	2
11	Progresivo LFI	1
12	LFO	3
13	Mohawk cerrado RBO – Swing	3+3
14	LBO	3
15	Mohawk RFO – Swing	3+3
16	LFO – giro ‘tres’ LBI	3+3
17	RBO – Swing	3+3
Sección 2		
18	LBO	2
19	Chassé RBI	1
20	LBO	3
21	RBO	2
22	Chassé LBI	1
23	RBO	3
24	LBO	2
25	Chassé RBI	1
26	LBO	3
27	RBO	2
28	Progresivo LBI	1
29	RBO	3
30	Mohawk LFO – Swing	3+3
31	RFO	3
32	Mohawk cerrado LBO – Swing	3+3
33	Dropped chassé RBO – giro ‘tres’ RFI	3+3
34	LFO – Swing	3+3

\*Notación abreviada de 3 letras:

- R/L (right/left): pie portante, derecho (R) o izquierdo (L).
- F/B (forward, backwards): dirección, adelante (F) o atrás (B).
- O/I (outside/inside): filo, exterior (O) o interior (I).

\*\*Batutas de tipo ‘X+X’: indica que el paso tiene dos partes, separadas normalmente por ‘-’ (ej. paso 13, 15, 16...).



ver. WORLD SKATE 2025



#### 5.4. Werner tango (Nivel VII)

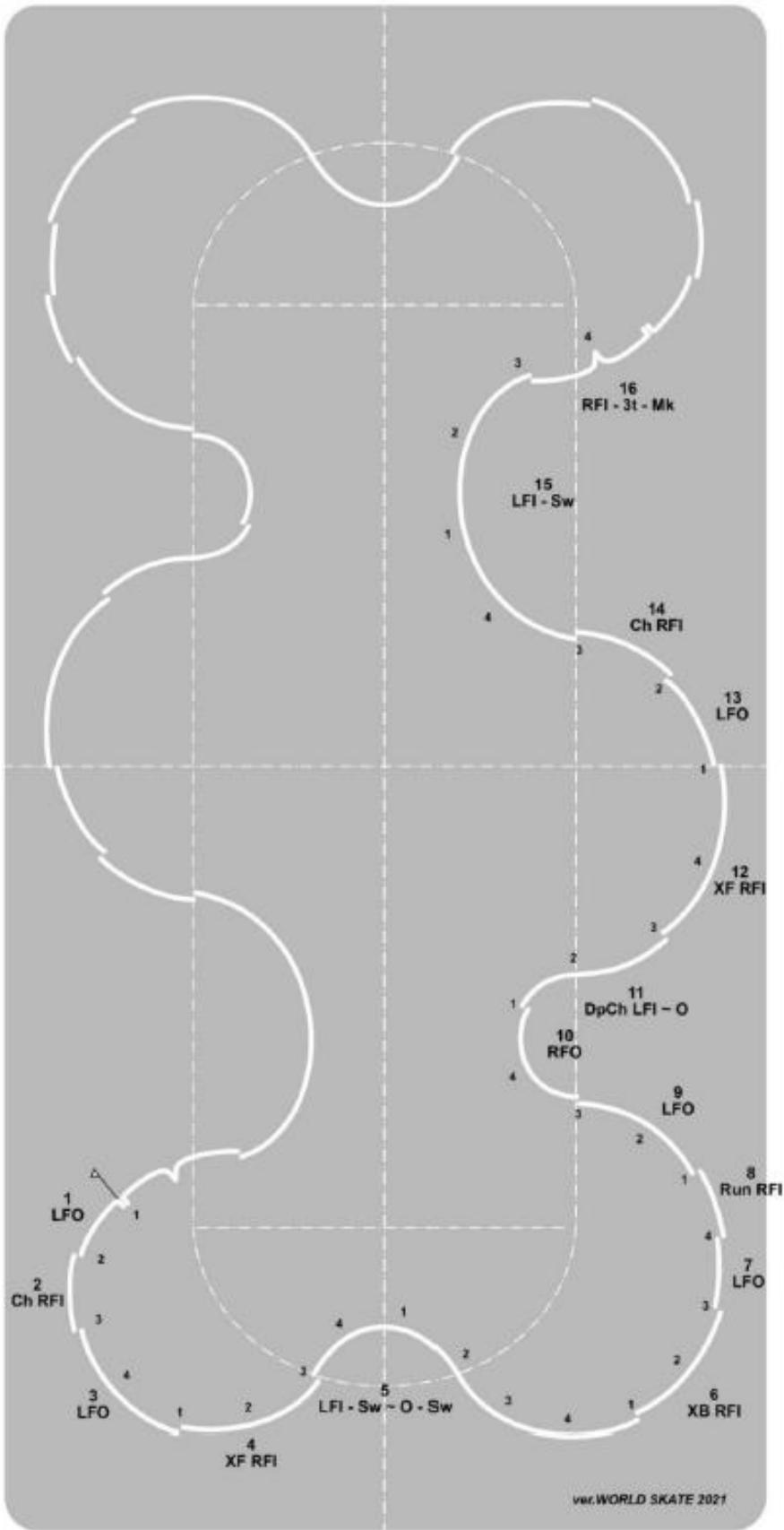
- Ritmo: tango 4/4.
- Tempo: 100 bpm.
- Ejecución de 2 secuencias.
- Pasos de referencia:
  - o Paso 5: LFI – Sw ~ O – Sw (2+1+1+2 beats). Debe atravesar el eje longitudinal.
  - o Paso 13: LFO (1 beat). Debe comenzar en el eje transversal.

Número de paso	Paso	Batutas musicales
1	LFO	1
2	Chassé RFI	1
3	LFO	2
4	Cross front RFI	2
5	LFI – Swing I~O – Swing	2+1+1+2
6	Cross back RFI	2
7	LFO	1
8	Progresivo RFI	1
9	LFO	2
10	RFO	2
11	Dropped chassé LFI~O	1+1
12	Cross front RFI	2
13	LFO	1
14	Chassé RFI	1
15	LFI – Swing	2+2
16	RFI – giro 'tres'	1+1
	Mohawk a paso 1...	

\*Notación abreviada de 3 letras:

- R/L (right/left): pie portante, derecho (R) o izquierdo (L).
- F/B (forward, backwards): dirección, adelante (F) o atrás (B).
- O/I (outside/inside): filo, exterior (O) o interior (I).

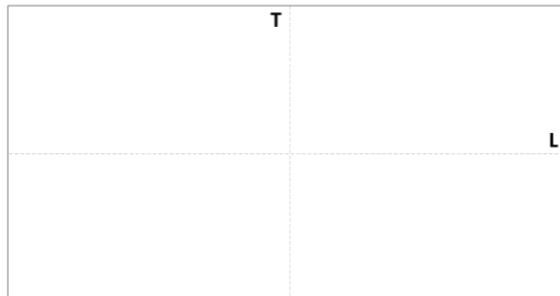
\*\*Batutas de tipo 'X+X': indica que el paso tiene dos partes, separadas normalmente por ‘-’ (ej. paso 5, 11...).





## **6. DIAGRAMAS DE LOS DIFERENTES ELEMENTOS**

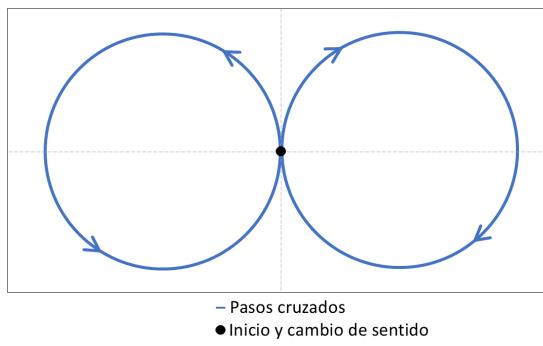
Se considera la pista en función de sus dos ejes principales: el eje transversal (T) y el eje longitudinal (L), como se indica en este primer esquema. Para la ejecución de estos patrones, no se toma como referencia la colocación del jurado en la pista (a diferencia de las danzas obligatorias), por lo que se consideran iguales y equivalentes los dos laterales cortos y los dos laterales largos.



### **PATRÓN 1: ocho I.**

*Aplica en: ocho cruzado adelante (Nivel I).*

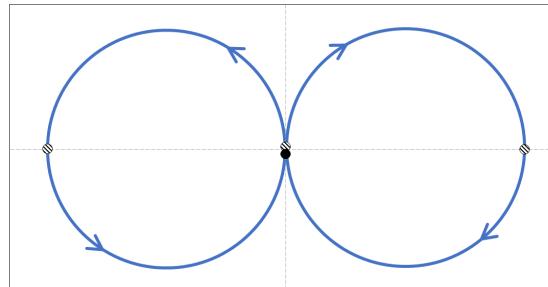
El patinaje puede comenzarse en el cruce del eje transversal con el longitudinal, en cualquier sentido (horario o antihorario), siempre que al volver a pasar por este punto se realice el cambio al sentido contrario. El ocho debe cubrir toda la superficie de la pista.



### **PATRÓN 2: ocho II.**

*Aplica en: ocho adelante con 3 body movements (Nivel II), ocho atrás con 3 body movements (Nivel III).*

El patinaje puede comenzarse en el cruce del eje transversal con el longitudinal, en cualquier sentido (horario o antihorario), siempre que al volver a pasar por este punto se realice el cambio al sentido contrario. El ocho debe cubrir toda la superficie de la pista. Se realizará un body movement en cada uno de los lóbulos del ocho, coincidiendo con los cruces con el eje longitudinal, y en el cambio de sentido. Al comienzo y al final no es necesario realizar ningún body movement.



— Pasos cruzados  
● Inicio y cambio de sentido  
◎ Body movements

### **PATRÓN 3: recta o diagonal.**

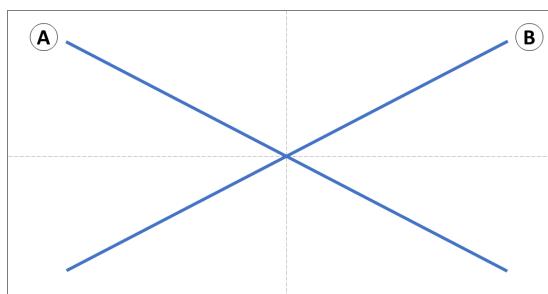
Aplica en: *ángel / ángel sostenido (Nivel I), split / biellman / ring (Nivel III).*

Para estas figuras, el patinador puede escoger el patrón a realizar.

En el caso del patrón en línea recta, la figura puede comenzarse en cualquier punto del lateral corto, siempre que la figura se extienda un mínimo de tres cuartas partes ( $\frac{3}{4}$ ) del eje transversal.



En el caso del patrón en diagonal, la figura debe cubrir cualquiera de las dos diagonales de la pista (A o B), con una extensión mínima de  $\frac{3}{4}$  y pasando por el cruce entre el eje transversal y el longitudinal.



### **PATRÓN 4: arco.**

Aplica en: *águila / Ina Bauer (Nivel II).*

El patinador tiene que trazar un arco que se extienda en todo el eje transversal de forma continua. Puede comenzarse en cualquier punto del lateral largo, siempre que se termine en el punto equivalente del lateral

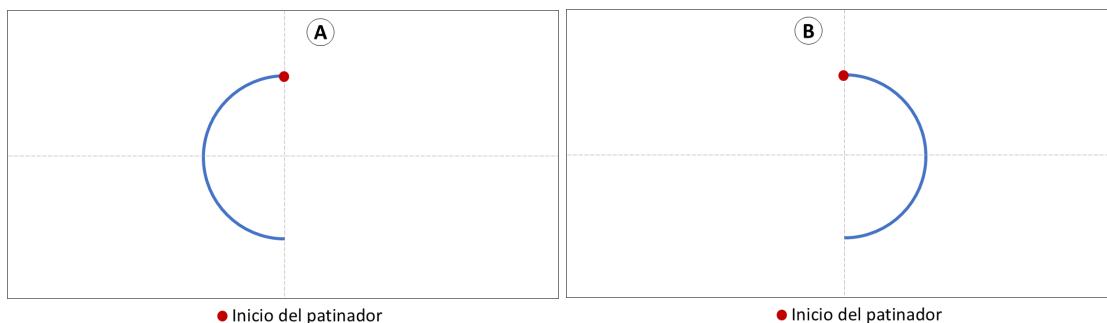
opuesto. El sentido de patinaje es de libre elección, siendo indiferente que se realice la figura en sentido antihorario (A) o sentido horario (B).



#### **PATRÓN 5: semicírculo I.**

*Aplica en: un swing adelante a libre elección (Nivel I).*

El patinador debe trazar una curva en forma de semicírculo que ocupe no menos de  $\frac{1}{2}$  del eje corto de la pista, pudiendo patinarse en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B). El elemento puede comenzar en cualquier altura del eje largo, siempre que finalice en un punto equivalente al otro lado del eje longitudinal. El balanceo del swing debe completarse antes de terminar el patrón, realizándose la ‘bajada’ y la ‘subida’ de la pierna libre de forma equilibrada.



#### **PATRÓN 6: semicírculo II.**

*Aplica en: chassé adelante interior (Nivel I), tres exterior a libre elección (Nivel I), cross front (Nivel II), tres interior a libre elección (Nivel II), cross back (Nivel III), bracket a libre elección (Nivel III).*

El patinador debe trazar una curva en forma de semicírculo que ocupe no menos de  $\frac{1}{2}$  del eje corto de la pista, pudiendo patinarse en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B). El elemento puede comenzar en cualquier altura del eje largo, siempre que finalice en un punto equivalente al otro lado del eje longitudinal.

En el caso del chassé, el cross front y el cross back, el paso debe ejecutarse en el momento que el patinador cruza el eje longitudinal, con filos de entrada y salida claros.

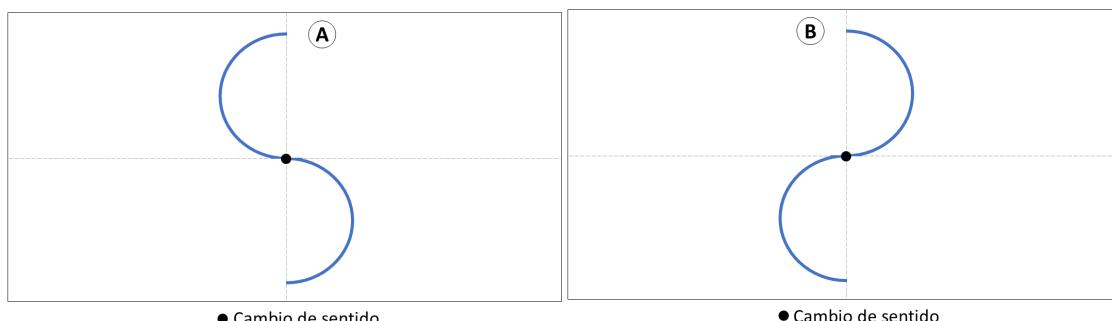
En el caso del tres (exterior o interior) y el bracket, el giro debe ejecutarse en el momento que el patinador cruza el eje longitudinal, con filos de entrada y salida claros.



### **PATRÓN 7: ese (S) I.**

*Aplica en: dos swing adelante con pie derecho e izquierdo (Nivel II).*

El patinador debe trazar dos arcos formando una ese (S), que ocupe todo el eje corto de la pista. Este paso puede comenzarse en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B). El balanceo de la pierna libre debe realizarse completo antes del cambio de pie y sentido. El elemento puede comenzar en cualquier punto del lateral largo, siempre que el cambio de sentido se realice en un punto equivalente del eje longitudinal, y el final del elemento se realicen en un punto equivalente del lateral opuesto.



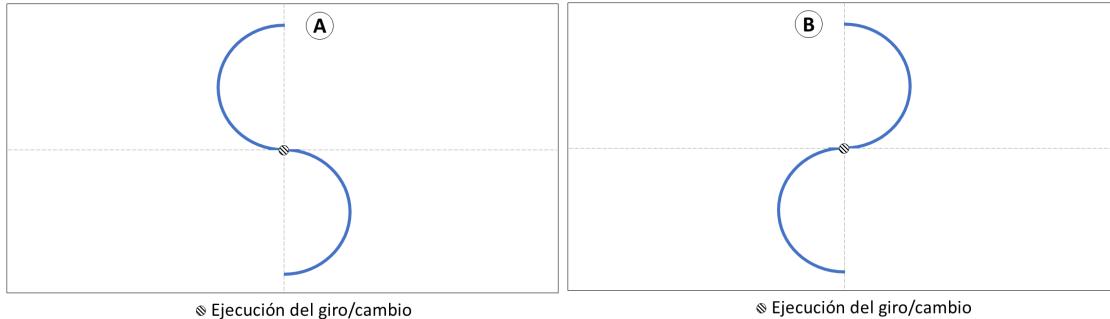
### **PATRÓN 8: ese (S) II.**

*Aplica en: cambio de filo sobre un pie (Nivel III), rocker a libre elección (Nivel IV), counter a libre elección (Nivel V).*

El patinador debe trazar dos arcos formando una ese (S), que ocupe no menos de  $\frac{3}{4}$  del eje corto de la pista. Este paso puede comenzarse en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B). El elemento puede comenzar en cualquier punto del lateral largo, siempre que el cambio de sentido se realice en un punto equivalente del eje longitudinal, y el final del elemento se realicen en un punto equivalente del lateral opuesto.

En el caso del cambio de filo, debe producirse en el momento que se cruza el eje longitudinal.

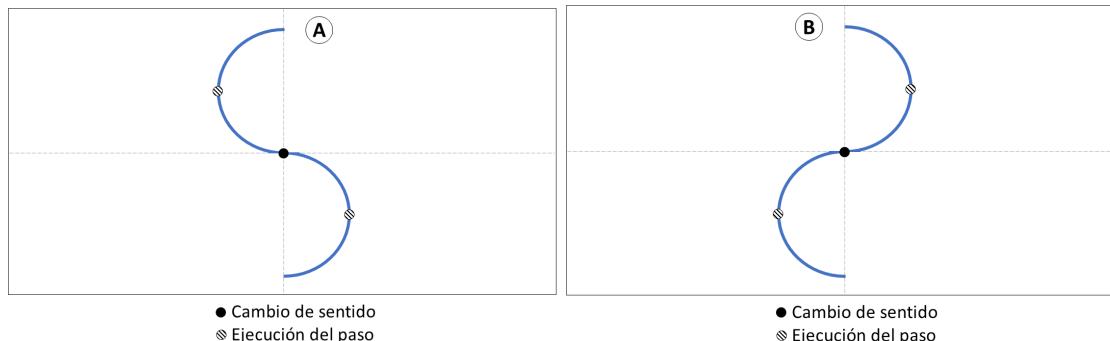
En el caso del rocker y el counter, el giro debe ejecutarse en el momento en que se cruza el eje longitudinal.



### **PATRÓN 9: ese (S) III.**

*Aplica en: dos mohawk de adelante a atrás (Nivel IV).*

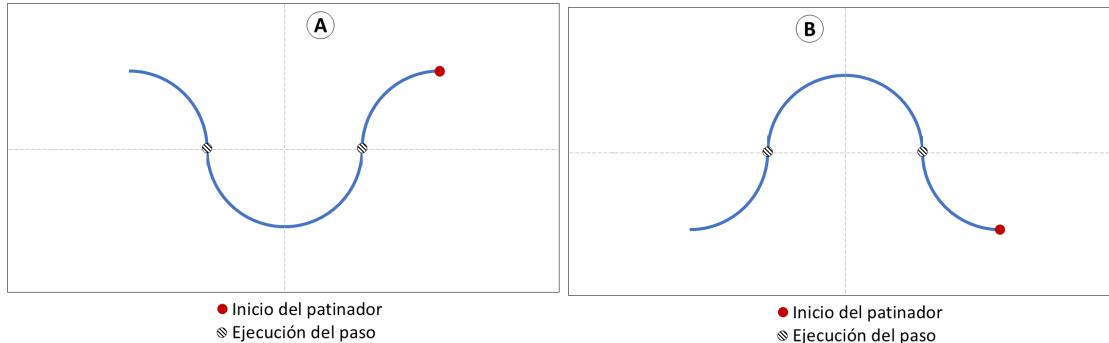
El patinador puede comenzar el patrón patinando en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B). Cada mohawk tiene que realizarse en la mitad de la semicircunferencia, según se describe en ambas opciones. El elemento puede comenzar en cualquier punto del lateral largo, siempre que el cambio de sentido y filo se realice en un punto equivalente del eje longitudinal, y el final del elemento se realicen en un punto equivalente del lateral opuesto. Se puede realizar un máximo de dos pasos cruzados entre los dos mohawk, sin contar el paso de cambio de dirección y sin que impida la correcta ejecución del elemento.



### **PATRÓN 10: doble ese (S).**

*Aplica en: dos choctaw en ambos sentidos (Nivel VI).*

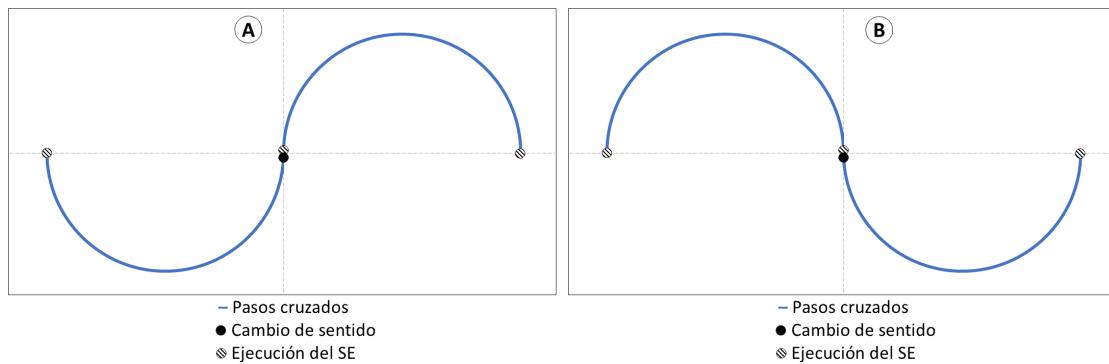
El patinador puede comenzar el patrón patinando en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B), con una distancia al eje longitudinal de no menos de  $\frac{1}{4}$  del eje corto. El choctaw se ejecuta al atravesar el eje longitudinal y debe realizarse cada uno en un sentido (horario o antihorario), debiendo realizarse ambos de adelante a atrás. Se puede realizar un máximo de dos pasos cruzados entre los dos choctaw, sin contar el paso de cambio de dirección y sin que impida la correcta ejecución del elemento.



### **PATRÓN 11: serpentina.**

*Aplica en: tres skating elements diferentes (Nivel IV).*

El patinador debe trazar un diseño de serpentina, pudiendo comenzar en sentido antihorario (A) o en sentido horario (B). El patinador realiza dos curvas bien marcadas que no ocupen menos de  $\frac{1}{4}$  del eje corto y  $\frac{1}{2}$  del eje largo cada una. La ejecución de los skating elements (SE) debe coincidir con los cruces del eje longitudinal. El cambio de sentido ha de realizarse coincidiendo con la ejecución del segundo skating element.





## **7. TABLAS DE PROGRESIÓN POR TIPO DE INTEGRATIVO**

A continuación se detallan mediante las tablas de las diferentes progresiones de aspectos técnicos que serán requeridos y evaluados en todos los niveles: pasos, giros, coreo y pattern de danza obligatoria.

### **a) TABLA DE PROGRESIÓN EN PASOS**

<b>NIVEL I</b>	<b>OCHO CON PASO CRUZADO ADELANTE</b> <b>CHASSÉ ADELANTE INTERIOR</b> <b>UN SWING ADELANTE A LIBRE ELECCIÓN</b>
<b>NIVEL II</b>	<b>OCHO CRUZADO ADELANTE CON 3 BODY MOVEMENTS</b> <b>CROSS FRONT</b> <b>DOS SWING ADELANTE CON PIE DERECHO E IZQUIERDO</b>
<b>NIVEL III</b>	<b>OCHO CRUZADO ATRÁS CON 3 BODY MOVEMENTS</b> <b>CROSS BACK</b> <b>CAMBIO DE FILO SOBRE UN PIE</b>
<b>NIVEL IV</b>	<b>DOS MOHAWK DE ADELANTE A ATRÁS</b>
<b>NIVEL V</b>	
<b>NIVEL VI</b>	<b>DOS CHOCTAW EN AMBOS SENTIDOS</b>
<b>NIVEL VII</b>	



**b) TABLA DE PROGRESIÓN EN GIROS**

<b>NIVEL I</b>	<b>TRES EXTERIOR A LIBRE ELECCIÓN</b>
<b>NIVEL II</b>	<b>TRES INTERIOR A LIBRE ELECCIÓN</b>
<b>NIVEL III</b>	<b>BRACKET A LIBRE ELECCIÓN</b>
<b>NIVEL IV</b>	<b>ROCKER A LIBRE ELECCIÓN</b> <b>TRAVELING ANTIHORARIO (UN SET)</b>
<b>NIVEL V</b>	<b>COUNTER A LIBRE ELECCIÓN</b> <b>TRAVELLING HORARIO (UN SET)</b>
<b>NIVEL VI</b>	<b>DOS GIROS DIFERENTES CONSECUTIVOS</b> <b>SECUENCIA DE TRAVELLING (MÍNIMO 2 SET A ELECCIÓN)</b>
<b>NIVEL VII</b>	<b>SET DE CLUSTER CON TRES GIROS DIFERENTES</b> <b>SECUENCIA DE TRAVELLING (MÍNIMO 2 SET A ELECCIÓN) CON UNA FEATURE</b>



**c) TABLA DE PROGRESIÓN EN COREO**

<b>NIVEL I</b>	<b>ÁNGEL // ÁNGEL SOSTENIDO</b>
<b>NIVEL II</b>	<b>ÁGUILA // INA BAUER</b>
<b>NIVEL III</b>	<b>UP SPLIT // BIELLMAN // RING</b>
<b>NIVEL IV</b>	<b>TRES SKATING ELEMENTS DIFERENTES</b>
<b>NIVEL V</b>	<b>SALTO COREOGRÁFICO DE UNA ROTACIÓN PARADA COREOGRÁFICA</b>
<b>NIVEL VI</b>	<b>SECUENCIA COREOGRÁFICA</b>
<b>NIVEL VII</b>	<b>PIRUETA CREATIVA DE DANZA SECUENCIA COREOGRÁFICA</b>

**d) TABLA DE PROGRESIÓN EN PATTERN**

<b>NIVEL IV</b>	<b>AND FOXTROT</b>
<b>NIVEL V</b>	<b>SKATERS MARCH</b>
<b>NIVEL VI</b>	<b>LITTLE WALTZ</b>
<b>NIVEL VII</b>	<b>WERNER TANGO</b>



## **8. INTEGRATIVOS DEL NIVEL I**

ORDEN	TIPO	INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS
<b>1º</b>	<b>STEP</b>	<b>OCHO CON PASO CRUZADO ADELANTE</b>  Este elemento debe comenzar desde una posición estacionaria. Se deben realizar pasos cruzados de forma controlada y fluida, en ambos sentidos. El pie libre tiene que cruzar la línea trazada por el pie portante antes de apoyarse en el suelo, y no se considerará correcto cuando se realicen únicamente progresivos. Se debe dominar la ejecución del cruzado en ambos lados. Se ejecuta de acuerdo al patrón 1 definido en el apartado 6 de esta guía. Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, profundidad de filos y limpieza.
<b>2º</b>	<b>STEP</b>	<b>CHASSÉ ADELANTE INTERIOR</b>  En este elemento, se realiza un chassé en cualquier sentido (horario o antihorario). Tiene que ejecutarse patinando hacia delante y comenzando con un filo exterior, de forma que al realizar el cambio de pie y situar la pierna libre en posición “and” (paralela al suelo y a media rueda de altura), el pie portante trace un filo interior, para volver nuevamente al filo exterior inicial. El paso se considera completo cuando se realicen estas tres fases marcadas. Se ejecuta de acuerdo al patrón 6 definido en el apartado 6 de esta guía. Puntos clave: velocidad, profundidad de filos, posición, estabilidad y limpieza
<b>3º</b>	<b>STEP</b>	<b>UN SWING ADELANTE A LIBRE ELECCIÓN</b>  El swing es un balanceo controlado y fluido de la pierna libre. Debe comenzar con la pierna libre estirada hacia atrás y, sin perder el filo que marca el patín portante, se balancea hacia delante, alcanzando la misma altura que tenía atrás inicialmente. No se pueden realizar movimientos bruscos y no es una ‘patada’, sino que se trata de un movimiento suave. El movimiento de la pierna debe completarse durante la ejecución del patrón 5 definido en el apartado 6 de esta guía. Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, profundidad de filos y limpieza.
<b>4º</b>	<b>CHOREO</b>	<b>ÁNGEL // ÁNGEL SOSTENIDO</b>  Se debe presentar una de estas dos figuras a libre elección por parte del patinador. En este elemento se busca la realización de la figura con control y estabilidad. Los requisitos de esta figura se recogen en el punto 4 de la guía. La pierna y el torso deben encontrarse por lo menos a la altura de la cadera portante. En el caso del ángel, la pierna libre debe estar completamente estirada; mientras que en el ángel sostenido, el pie libre está sujeto con una mano a la altura o por encima de la cabeza. La velocidad debe ser constante durante toda la figura. Será considerado como mala ejecución cuando el patín oscile de un filo a otro, ya que demostrará falta de control. Se ejecuta de acuerdo al patrón 3 definido en el apartado 6 de esta guía. Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad y control.
<b>5º</b>	<b>TURN</b>	<b>TRES EXTERIOR A LIBRE ELECCIÓN</b>  En este elemento, se realiza un giro tres en filo exterior en cualquier sentido (horario o antihorario). Debe comenzar en un filo exterior adelante, para cambiar suavemente a un filo interior atrás, girando en la dirección del filo inicial. Los filos y la ejecución deben ser claros y estables. La pierna libre no tiene una posición definida, pero debe mantenerse controlada en todo momento. La ejecución del giro debe coincidir con el eje longitudinal, de acuerdo al patrón 6 definido en el apartado 6 de esta guía. Puntos clave: profundidad de filos, cambio de sentido, estabilidad y control.



## **9. INTEGRATIVOS DEL NIVEL II**

<b>ORDEN</b>	<b>TIPO</b>	<b>INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS</b>
<b>1º</b>	<b>STEP</b>	<b>OCHO ADELANTE CON 3 BODY MOVEMENTS</b>
<p>Téngase en cuenta lo descrito en el nivel I para el ocho cruzado, con una excepción: este elemento no tiene por qué comenzar desde una posición estacionaria. En cada uno de los lóbulos se realiza un body movement al atravesar el eje longitudinal, así como en el cambio de sentido. En total se ejecutan 3 body movements, que deben pertenecer a tres espacios diferentes (alto, medio, bajo), y se describen en el apartado 4 de esta guía. El elemento se ejecuta de acuerdo al patrón 2 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, profundidad de filos y limpieza.</p>		
<b>2º</b>	<b>STEP</b>	<b>CROSS FRONT</b>
<p>Este elemento debe comenzar patinando hacia delante en cualquier filo (exterior o interior) y sentido (horario o antihorario). El pie libre debe atravesar el trazado del pie portante por delante para apoyarse próximo y paralelo a este, sin modificar la dirección y sentido iniciales. La transferencia de peso tiene que ser fluida, marcada y clara, controlando la nueva pierna libre y el filo de salida, para terminar sobre un único pie. Se ejecuta de acuerdo al patrón 6 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, ejecución del paso, estabilidad, control y limpieza.</p>		
<b>3º</b>	<b>STEP</b>	<b>DOS SWING ADELANTE CON PIE DERECHO E IZQUIERDO</b>
<p>El paso se encuentra descrito en el nivel I. Ambos swing deben comenzar con la pierna atrás y balancear la pierna libre de forma suave, controlada y fluida hacia delante, alcanzando la misma altura que tenía atrás inicialmente. Deben ser consecutivos, sin ningún paso cruzado entre ellos. Puede comenzarse con el pie derecho o el izquierdo y en cualquier sentido (horario o antihorario). Se ejecuta de acuerdo al patrón 7 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, profundidad de filos y limpieza.</p>		
<b>4º</b>	<b>CHOREO</b>	<b>ÁGUILA // INA BAUER</b>
<p>Se debe presentar una de estas dos figuras a libre elección por parte del patinador. La figura escogida se puede realizar en cualquier sentido (horario o antihorario) y filo (interior o exterior), manteniendo un mínimo de 6 ruedas en contacto con la pista, tal y como se define en el punto 4 de esta guía. Esta elección de sentido y filo tiene que mantenerse durante toda la ejecución de la figura. Se ejecuta de acuerdo al patrón 4 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, control y limpieza.</p>		
<b>5º</b>	<b>TURN</b>	<b>TRES INTERIOR A LIBRE ELECCIÓN</b>
<p>En este elemento, se realiza un giro tres en filo interior en cualquier sentido (horario o antihorario). Debe comenzar en un filo interior adelante, para cambiar suavemente a un filo exterior atrás, girando en la dirección del filo inicial. Los filos y la ejecución deben ser claros y estables. La pierna libre no tiene una posición definida, pero debe mantenerse controlada en todo momento. La ejecución del giro debe coincidir con el eje longitudinal, de acuerdo al patrón 6 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: profundidad de filos, cambio de sentido, estabilidad y control.</p>		



## **10. INTEGRATIVOS DEL NIVEL III**

<b>ORDEN</b>	<b>TIPO</b>	<b>INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS</b>
<b>1º</b>	<b>STEP</b>	<b>OCHO ATRÁS CON 3 BODY MOVEMENTS</b>
<p>Se deben realizar pasos cruzados hacia atrás de forma controlada y fluida, en ambos sentidos. El pie portante tiene que atravesar la línea trazada por el otro pie durante la transferencia de peso. No se considerará correcto cuando no se vea una transferencia de peso clara entre ambos pies. En cada uno de los lóbulos se realiza un body movement al atravesar el eje longitudinal, así como en el cambio de sentido, de acuerdo al patrón 2 definido en el apartado 6 de esta guía. En total se ejecutan 3 body movements, que deben pertenecer a tres espacios diferentes (alto, medio, bajo), y se describen en el apartado 4 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, profundidad de filos y limpieza.</p>		
<b>2º</b>	<b>STEP</b>	<b>CROSS BACK</b>
<p>Este elemento debe comenzar patinando hacia delante en cualquier filo (exterior o interior) y sentido (horario o antihorario). El pie libre debe atravesar el trazado del pie portante por detrás para apoyarse próximo y paralelo a este, sin modificar la dirección y sentido iniciales. La transferencia de peso tiene que ser fluida, marcada y clara, controlando la nueva pierna libre y el filo de salida, para terminar sobre un único pie. Se ejecuta de acuerdo al patrón 6 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, ejecución del paso, estabilidad, control y limpieza.</p>		
<b>3º</b>	<b>CHOREO</b>	<b>UP SPLIT // BIELLMAN // RING</b>
<p>Se debe presentar una de estas dos figuras a libre elección por parte del patinador. La figura escogida se puede realizar en cualquier dirección (adelante o atrás) y deben ser en ausencia de filo. Cualquiera de las tres posiciones debe realizarse según lo indicado en el punto 4 de esta guía, a la vez que el trazado del patín debe mantenerse sin filo y sin titubeos. La velocidad debe ser constante durante toda la figura. Se ejecuta de acuerdo al patrón 3 definido en el apartado 6 de esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, control y limpieza.</p>		
<b>4º</b>	<b>STEP</b>	<b>CAMBIO DE FILO SOBRE UN PIE</b>
<p>Este elemento se puede realizar comenzando en cualquier dirección (adelante o atrás), filo (interior o exterior) y sentido (horario o antihorario), siempre que se mantenga el mismo pie portante y la misma dirección durante la ejecución de todo el elemento. Se debe realizar un cambio de filo y sentido simultáneos, de forma rápida y controlada, de acuerdo al patrón 8 definido en esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, profundidad de filos, estabilidad, control y limpieza.</p>		
<b>5º</b>	<b>TURN</b>	<b>BRACKET A LIBRE ELECCIÓN</b>
<p>Este elemento puede realizarse en cualquier dirección (adelante o atrás), cualquier filo (exterior o interior) y cualquier sentido (horario o antihorario). Del filo inicial, se cambia suavemente al filo y dirección contrarios, girando en la dirección contraria a la del filo inicial. Los filos y la ejecución deben ser claros y estables. La pierna libre no tiene una posición definida, pero debe mantenerse controlada en todo momento. La ejecución del giro debe coincidir con el eje longitudinal, de acuerdo al patrón 6 definido en esta guía.</p> <p>Puntos clave: profundidad de filos, ejecución del giro, estabilidad, control y limpieza.</p>		



## **11. INTEGRATIVOS DEL NIVEL IV**

ORDEN	TIPO	INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS
1º	PATTERN	DANZA OBLIGATORIA: AND FOXTROT
<p>Se deben realizar dos secuencias completas de este pattern, de forma que se complete una vuelta a la pista. Se considerará la adecuación al timing y al ritmo de este foxtrot, así como el trazado en la pista y la correcta ejecución de los 4 key points que se describen en el apartado 5.1 de esta guía. La última secuencia debe finalizarse con el paso 1 del pattern.</p> <p>Puntos clave: velocidad, trazado, timing, ritmo, control y limpieza.</p>		
2º	STEP	DOS MOHAWK DE ADELANTE A ATRÁS
<p>El mohawk es un giro de dos pies desde un filo hacia adelante a un filo hacia atrás similar (o viceversa). En este elemento, únicamente se consideran de adelante hacia atrás. Deben realizarse dos mohawk, uno en cada sentido (horario y antihorario), de acuerdo al patrón 9 definido en esta guía. El pie libre debe apoyarse próximo o casi paralelo al pie portante, a la vez que este pie portante se levanta de la superficie para ser el nuevo pie libre. Los mohawk deben realizarse de forma consecutiva, no puede contener ningún elemento coreográfico ni otro integrativo. Se pueden ejecutar realizando un máximo de dos cruzados entre ambos pasos, sin contar el paso de cambio de dirección.</p> <p>Puntos clave: posición, estabilidad, control, cambio de pie y limpieza.</p>		
3º	CHOREO	TRES SKATING ELEMENTS DIFERENTES
<p>En este elemento se traza una serpentina de pasos cruzados en los que deben incluir 3 skating elements diferentes, a escoger entre: ina bauer, águila (de 8, 6 o 4 ruedas), stag jump, split jump, salto de una rotación, posición biellman, posición ring, Charlotte o illusion. Todas las posiciones se encuentran descritas en el apartado 4 de esta guía. Cada skating element debe ejecutarse con claridad y limpieza en el momento en que se cruce el eje longitudinal, de acuerdo al patrón 11 definido en esta guía.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, profundidad de filos y limpieza.</p>		
4º	TURN	ROCKER A LIBRE ELECCIÓN
<p>El giro rocker puede realizarse en cualquier dirección (adelante o atrás), cualquier filo (exterior o interior) y cualquier sentido (horario o antihorario). Del filo inicial, se cambia suavemente a un filo similar en dirección contraria, girando en la dirección del filo inicial. Los filos y la ejecución deben ser claros y estables. La pierna libre no tiene una posición definida, pero debe mantenerse controlada en todo momento. La ejecución del giro debe coincidir con el cruce del eje longitudinal, de acuerdo al patrón 8 definido en esta guía.</p> <p>Puntos clave: profundidad de filos, ejecución del giro, estabilidad, control y limpieza.</p>		
5º	TURN	TRAVELLING ANTIHORARIO (UN SET)
<p>En este elemento deben completarse como mínimo 2 rotaciones (4 giros), realizándose en sentido antihorario y sobre cualquier pie. Todos los giros deben realizarse de forma continua, controlada y con ritmo, sin saltar los giros y sin marcar ningún filo durante la ejecución. La posición de la pierna libre es de libre elección, pero debe mantenerse en la misma posición durante toda la ejecución del elemento. Se puede comenzar y finalizar el set en cualquier dirección (adelante o atrás), siempre que se cumpla el mínimo de 4 giros.</p> <p>Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, control y limpieza.</p>		



## 12. INTEGRATIVOS DEL NIVEL V

ORDEN	TIPO	INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS
1º	PATTERN	<b>DANZA OBLIGATORIA: SKATERS MARCH</b>  Se deben realizar dos secuencias de este pattern, de forma que se complete una vuelta a la pista. Se considerará la adecuación al timing y al ritmo de esta marcha, así como el trazado en la pista y la correcta ejecución de los 4 key points que se describen en el punto 5.2 de esta guía. La última secuencia debe finalizarse con el paso 1 del pattern. Puntos clave: velocidad, trazado, timing, ritmo, control y limpieza.
2º	CHOREO	<b>SALTO COREOGRÁFICO DE UNA ROTACIÓN</b>  El salto es de libre elección y no se requiere que sea uno de los reconocidos en la modalidad de libre. Debe incluirse al menos un elemento coreográfico en la entrada (águila, body movement, etc), la fase aérea (posición artística de brazos) o la salida (movimiento creativo, body movement, etc), pudiendo realizarse más de uno. La fase de entrada puede realizarse sobre uno o los dos pies, mientras que la de salida tiene que ser únicamente sobre un pie. Durante la fase aérea debe mantenerse la posición vertical. Las tres fases deben ejecutarse de forma controlada, clara y en movimiento, es decir, el patinador no puede estar parado para comenzar el salto, ni se puede detener por completo en la recepción. Puntos clave: velocidad, posición, altura, control y limpieza.
3º	CHOREO	<b>PARADA COREOGRÁFICA</b>  Este elemento es enteramente de intención coreográfica, con una duración máxima de 10 segundos. Tiene que comenzar en una posición parada y se permite un pequeño desplazamiento, en un círculo de 3 metros desde el lugar de inicio, si es necesario para enfatizar la interpretación. Se deben utilizar elementos coreográficos, artísticos, pequeños saltos, movimientos rotacionales o acrobáticos, que demuestren habilidades teatrales y sensibilidad musical. Deben encontrarse implicadas al menos dos partes del cuerpo (cabeza, torso, brazos y piernas) en dos momentos diferentes del elemento. Puntos clave: posición, energía, control y limpieza.
4º	TURN	<b>COUNTER A LIBRE ELECCIÓN</b>  El giro counter puede realizarse en cualquier dirección (adelante o atrás), cualquier filo (exterior o interior) y cualquier sentido (horario o antihorario). Del filo inicial, se cambia suavemente a un filo similar en dirección contraria, girando en la dirección contraria a la del filo inicial. Los filos y la ejecución deben ser claros y estables. La pierna libre no tiene una posición definida, pero debe mantenerse controlada en todo momento. La ejecución del giro debe coincidir con el cruce del eje longitudinal, de acuerdo al patrón 8 definido en esta guía. Puntos clave: profundidad de filos, ejecución del giro, estabilidad, control y limpieza.
5º	TURN	<b>TRAVELLING HORARIO (UN SET)</b>  En este elemento deben completarse como mínimo 2 rotaciones (4 giros), realizándose en sentido horario y sobre cualquier pie. Todos los giros deben realizarse de forma continua, controlada y con ritmo, sin saltar los giros y sin marcar ningún filo durante la ejecución. La posición de la pierna libre es de libre elección, pero debe mantenerse en la misma posición durante toda la ejecución del elemento. Se puede comenzar y finalizar el set en cualquier dirección (adelante o atrás), siempre que se cumpla el mínimo de 4 giros. Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, control y limpieza.



## **13. INTEGRATIVOS DEL NIVEL VI**

ORDEN	TIPO	INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS
<b>1º</b>	<b>PATTERN</b>	<b>DANZA OBLIGATORIA: LITTLE WALTZ</b>  Se debe realizar una secuencia de este pattern, de forma que se complete una vuelta a la pista. Se considerará la adecuación al timing y al ritmo de este waltz, así como el trazado en la pista y la correcta ejecución de los 4 key points que se describen en el punto 5.3 de esta guía. La última secuencia debe finalizarse con el paso 1 del pattern. Puntos clave: velocidad, trazado, timing, ritmo, control y limpieza.
<b>2º</b>	<b>TURN</b>	<b>DOS GIROS DIFERENTES CONSECUTIVOS</b>  En este elemento, se deben realizar dos giros de forma consecutiva sin cambiar de pie y sin perder el ritmo. Los giros pueden ser: tres, bracket, rocker, counter o travelling. El pie, dirección y filo de salida del primer giro tiene que ser el pie, dirección y filo de entrada del segundo giro y no se permite patinar ni incluir elementos coreográficos en medio, puesto que es una combinación de giros. Puntos clave: profundidad de filos, ejecución de giros, estabilidad, control y limpieza.
<b>3º</b>	<b>STEP</b>	<b>DOS CHOCTAW EN AMBOS SENTIDOS</b>  El choctaw es un giro de dos pies, desde un filo adelante a un filo contrario hacia atrás (o viceversa). En este elemento deben realizarse dos, uno en cada sentido (horario y antihorario). Se debe comenzar en dirección adelante. El pie libre debe apoyarse próximo al pie portante, a la vez que este pie portante se levanta de la superficie para ser el nuevo pie libre. Deben realizarse dos choctaw de adelante a atrás y cada uno un sentido, de acuerdo al patrón 10 definido en esta guía. Se pueden ejecutar realizando un máximo de dos cruzados entre ambos pasos, sin contar el paso de cambio de dirección. Puntos clave: posición, estabilidad, control, cambio de pie y limpieza.
<b>4º</b>	<b>CHOREO</b>	<b>SECUENCIA COREOGRÁFICA</b>  Este elemento es enteramente de intención coreográfica, con una duración máxima de 15 segundos. Tiene que comenzar y finalizar en una posición parada o de <i>stop and go</i> , para ejecutar una secuencia de patinaje libre en la que se utilicen giros, pasos, elementos coreográficos o artísticos, pequeños saltos, movimientos rotacionales o acrobáticos, que demuestren habilidades teatrales y sensibilidad musical. Deben encontrarse implicadas al menos dos partes del cuerpo (cabeza, torso, brazos y piernas) en dos momentos diferentes del elemento. Puntos clave: velocidad, posición, energía, control y limpieza.
<b>5º</b>	<b>TURN</b>	<b>SECUENCIA DE TRAVELLING (MÍNIMO 2 SETS A ELECCIÓN)</b>  Téngase en cuenta lo descrito en los niveles IV y V. Se deben presentar dos set de travelling de al menos dos (2) rotaciones cada uno. Se puede empezar y finalizar cada set en cualquier dirección (adelante o atrás), siempre que se cumpla el mínimo de dos rotaciones. El sentido de giro (horario o antihorario) puede ser el mismo o diferente para ambos sets. Se deben realizar al menos dos pasos entre cada set, pero no se puede realizar ningún elemento entre ellos. Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, control y limpieza.



## **14. INTEGRATIVOS DEL NIVEL VII**

<b>ORDEN</b>	<b>TIPO</b>	<b>INTEGRATIVOS OBLIGATORIOS</b>
<b>1º</b>	<b>PATTERN</b>	<b>DANZA OBLIGATORIA: WERNER TANGO</b>
Se deben realizar dos secuencias de esta este pattern, de forma que se complete una vuelta a la pista. Se considerará la adecuación al timing y al ritmo de este tango, así como el trazado en la pista y la correcta ejecución de los 4 key points que se describen en el punto 5.4 de esta guía. La última secuencia debe finalizarse con el paso 1 del pattern.		
Puntos clave: velocidad, trazado, timing, ritmo, control y limpieza.		
<b>2º</b>	<b>TURN</b>	<b>SET DE CLUSTER CON TRES GIROS DIFERENTES</b>
En este elemento, se deben realizar tres giros de forma consecutiva sin cambiar de pie y sin perder el ritmo. Los giros pueden ser: tres, bracket, rocker, counter o travelling. El pie, dirección y filo de salida del primer giro tiene que ser el pie, dirección y filo de entrada del segundo giro, y de la misma forma entre el segundo y el tercero. No se permite patinar ni incluir elementos coreográficos en medio, puesto que es una combinación de giros.		
Puntos clave: profundidad de filos, ejecución de giros, estabilidad, control y limpieza.		
<b>3º</b>	<b>CHOREO</b>	<b>PIRUETA CREATIVA DE DANZA</b>
Se deben realizar 2 rotaciones en una única posición creativa. Esta posición tiene que ser una posición tipo "up", pero no puede estar realizada en estilo clásico (en la vertical y sin implicar los brazos, el torso o la pierna libre en la rotación). Se debe fomentar la creatividad y originalidad con el uso del cuerpo del patinador. Se permite el uso de freno durante las rotaciones para impulsar el uso de estas posiciones creativas. La elección del uso de freno debe ser constante durante todas las rotaciones, las oscilaciones entre las ruedas y el freno se considerará una mala ejecución de la pируeta. Las 2 rotaciones se comenzarán a contar en el momento que el patinador alcance la posición final con todo el cuerpo.		
Puntos clave: velocidad, estabilidad del filo, continuidad del giro, control y limpieza.		
<b>4º</b>	<b>CHOREO</b>	<b>SECUENCIA COREOGRÁFICA</b>
Este elemento es enteramente de intención coreográfica, con una duración máxima de 15 segundos. Tiene que comenzar y finalizar en una posición parada o de <i>stop and go</i> , para ejecutar una secuencia de patinaje libre en la que se utilicen giros, pasos, elementos coreográficos o artísticos, pequeños saltos, movimientos rotacionales o acrobáticos, que demuestren habilidades teatrales y sensibilidad musical. Deben encontrarse implicadas al menos dos partes del cuerpo (cabeza, torso, brazos y piernas) en dos momentos diferentes del elemento.		
Puntos clave: velocidad, posición, energía, control y limpieza.		
<b>5º</b>	<b>TURN</b>	<b>SECUENCIA DE TRAVELLING (MÍNIMO 2 SETS A ELECCIÓN) CON UNA FEATURE</b>
Téngase en cuenta lo descrito en el nivel VI. Además, en uno de los sets debe ejecutarse una única feature propia del elemento travelling, que puede ser del grupo 1, 2, 3 o 4. Estas features se describen en el apartado 4 de esta guía.		
Puntos clave: velocidad, posición, estabilidad, control y limpieza.		



## **15. ERRORES EN ELEMENTOS DE PASOS (STEP)**

**Aplica en: ocho con paso cruzado adelante (N.I), ocho adelante con 3 body movements (N.II), ocho atrás con 3 body movements (N.III)**

### **ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Más de una caída durante el patrón obligatorio.
<b>G</b>	No demostrar que sabe cruzar: <ul style="list-style-type: none"><li>- Ocho adelante: para demostrar que se sabe cruzar, el pie libre debe atravesar el trazado que está dibujando el pie portante antes de pasar el pie libre a ser portante, en ambos sentidos (horario y antihorario). Apoyar el pie en la línea que se está patinando y cruzar después el pie por detrás no es suficiente para cumplir con este requisito.</li><li>- Ocho atrás: a pierna libre no puede cruzar por detrás de la pierna portante solo apoyando las ruedas delanteras, es decir, se tiene que percibir cierta transferencia de peso (por contacto de al menos tres ruedas del pie libre durante el apoyo) en cada cruce.</li></ul>
<b>G</b>	Uso del freno en varios momentos del patrón, siempre que sea de forma no puntual y no accidental.
<b>G</b>	Realizar al menos dos body movements pertenecientes al mismo espacio (alto, medio bajo).
<b>G</b>	Error de ejecución en tres (3) body movements (tropiezo, uso de freno...).

### **ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Una caída durante el patrón obligatorio.
<b>M</b>	Se realizan algunos pasos cruzados completos (pie libre que atraviesa el trazado del portante hacia delante, o apoya al menos tres ruedas hacia atrás) y otros incompletos, demostrando una habilidad inconsistente.
<b>M</b>	Velocidad significativamente diferente entre los dos sentidos (horario y antihorario).
<b>M</b>	Inclinación o porte (mano, cabeza, hombros y pecho) claramente incorrectos, es decir, contrarios a una posición natural que favorezca el patinaje.
<b>M</b>	Error de ejecución en dos (2) body movements (tropiezo, uso de freno...).

**Aplica en: chassé adelante interior (N.I)**

### **ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída.
<b>G</b>	Ausencia total de filo, dibujando una línea recta.
<b>G</b>	Interrupción: apoyo del freno o del pie libre en cualquier momento.

### **ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Falta de coordinación: levantar el pie más de una rueda de altura o de forma no paralela al suelo.
<b>M</b>	Pérdida de velocidad debido a la ejecución del paso.



**Aplica en: un swing adelante a libre elección (N.I), dos swing adelante con pie derecho e izquierdo (N.II)**

**ERRORES GRAVES**

- |          |  |
|----------|--|
| <b>G</b> | Caída en cualquier momento del elemento.   |
| <b>G</b> | Ausencia total de filo: el patinador dibuja una recta y no una curva progresiva. |
| <b>G</b> | Interrupción: apoyo del freno o del pie libre en cualquier momento.              |

**ERRORES MEDIOS**

- |          |  |
|----------|--|
| <b>M</b> | Filos muy poco marcados o sin control: el pie portante realiza cambios de filo o un trazado angular, en varios momentos del elemento.        |
| <b>M</b> | Pierna libre excesivamente baja y/o la altura de la pierna no es la misma antes del balanceo que después del balanceo.                       |
| <b>M</b> | Movimiento de la pierna en forma de patada hacia delante, en lugar de realizar un balanceo suave manteniendo el filo y la posición corporal. |
| <b>M</b> | Pérdida de velocidad hasta posición parada: si en uno o ambos swing el patinador acaba completamente parado.                                 |

**Aplica en: cross front (N.II), cross back (N.III)**

**ERRORES GRAVES**

- |          |  |
|----------|--|
| <b>G</b> | Caída.   |
| <b>G</b> | Falta de coordinación: apoyar el pie libre sin atravesar el trazado del pie portante.      |
| <b>G</b> | Ausencia total de filo, es decir, la entrada y la salida se realizan completamente planas. |
| <b>G</b> | Interrupción: apoyo del freno o del pie libre en cualquier momento.                        |

**ERRORES MEDIOS**

- |          |  |
|----------|--|
| <b>M</b> | Asistencia del freno en el cambio de pie.  |
| <b>M</b> | Trazado angular: los filos y el cambio de pie se realizan con ángulos o tirones. |
| <b>M</b> | Pérdida de velocidad debido a la ejecución del paso.                             |



**Aplica en: cambio de filo sobre un pie (N.III)**

**ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída.
<b>G</b>	Ausencia total de filo o filo claramente incorrecto.
<b>G</b>	Interrupción: apoyo del freno o del pie libre en cualquier momento.

**ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Filos muy poco marcados o sin control: el pie portante oscila o titubea en la entrada o la salida del paso.
<b>M</b>	Trazado angular: movimiento del pie portante y realización de los filos con ángulos.
<b>M</b>	Cambio de sentido lento: trazado plano prolongado para el cambio de filo y sentido.
<b>M</b>	Filo no uniforme: diferencia significativa entre el sentido horario y el antihorario.

**Aplica en: dos mohawk de adelante a atrás (N.IV), dos choctaw en ambos sentidos (N.VI)**

**ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída en el mohawk/choctaw.
<b>G</b>	Ausencia total de filo o filo claramente incorrecto, en la entrada y en la salida.
<b>G</b>	Interrupción: apoyo del freno o del pie libre en cualquier momento.

**ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Caída en los pasos entre el primer y segundo mohawk/choctaw.
<b>M</b>	Filos muy poco marcados o con titubeos.
<b>M</b>	Falta de coordinación: apoyo del pie libre no se realiza próximo al pie portante, con una distancia aproximada de más de medio patín entre los dos pies.
<b>M</b>	Cambio de pie excesivamente lento, manteniendo los dos pies en contacto con el suelo de forma prolongada.
<b>M</b>	Pérdida de velocidad debido a la ejecución del paso.



## **16. ERRORES EN ELEMENTOS DE GIROS (TURN)**

**Aplica en: tres exterior a libre elección (N.I), tres interior a libre elección (N.II), bracket a libre elección (N.III), rocker a libre elección (N.IV), counter a libre elección (N.V)**

### **ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída.
<b>G</b>	Filo incorrecto de entrada o salida.
<b>G</b>	Apoyo de la pierna libre en cualquier momento del giro.

### **ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Hacer el giro saltado.
<b>M</b>	Pierna libre no controlada: titubea, con falta de tensión, se mueve de una forma que descontrola el giro.
<b>M</b>	Disminución evidente de velocidad al realizar el giro, es decir, la ejecución del giro hace perder la velocidad lineal del patinador hasta casi detenerse por completo.
<b>M</b>	Baja velocidad lineal: no se ve un desplazamiento longitudinal evidente durante la ejecución.

**Aplica en: travelling antihorario (N.IV), travelling horario (N.V), secuencia de travelling (N.VI), secuencia de travelling con una feature (N.VII)**

### **ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída.
<b>G</b>	Velocidad de ejecución excesivamente lenta y/o presencia de filo en los giros, es decir, el patinador realiza una consecución de giros independientes, en lugar de un travelling.
<b>G</b>	Apoyo de la pierna libre en cualquier momento del giro.

### **ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Hacer al menos un (1) giro saltado.
<b>M</b>	Pierna libre no controlada: titubea, con falta de tensión, se mueve de una forma que descontrola el giro.
<b>M</b>	Disminución evidente de velocidad al realizar el giro, es decir, la ejecución hace perder la velocidad lineal del patinador hasta casi detenerse por completo.
<b>M</b>	Pérdida de ritmo muy evidente a lo largo de la ejecución.
<b>M</b>	No incluir al menos dos pasos entre ambos sets de travelling (Nivel VI y VII).



**Aplica en: dos giros diferentes consecutivos (N.VI), set de cluster con tres giros diferentes (N.VII)**

**ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída.
<b>G</b>	Filo incorrecto de entrada o salida.
<b>G</b>	Apoyo de la pierna libre en cualquier momento de la combinación de giros.
<b>G</b>	Dos cambios de filo consecutivos entre dos giros.

**ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Hacer al menos un (1) giro saltado.
<b>M</b>	Pierna libre no controlada: titubea, con falta de tensión, se mueve de una forma que descontrola el giro.
<b>M</b>	Disminución evidente de velocidad al realizar el giro, es decir, la ejecución del giro hace perder la velocidad lineal del patinador hasta casi detenerse por completo.
<b>M</b>	Ritmo incorrecto: los giros parecen realizarse de forma independiente, en lugar de formar un combinado.



## **17. ERRORES EN ELEMENTOS COREOGRÁFICOS (CHOREO)**

**Aplica en: ángel // ángel sostenido (N.I), up split // biellman // ring (N.III)**

### **ERRORES GRAVES**

**G** Caída al principio del elemento.

**G** No conseguir la posición (descrita en el apartado 4) en ningún momento.

### **ERRORES MEDIOS**

**M** Caída tras haber completado al menos la mitad del patrón correspondiente, cuando ya se ha demostrado que domina la posición.

**M** La figura se realiza durante menos de  $\frac{1}{2}$  del patrón correspondiente.

**M** Titubeo u oscilación del filo: la pierna portante tiembla o cambia repetidamente de un filo a otro durante al menos la mitad del patrón correspondiente.

**M** Pérdida de velocidad durante la ejecución: el patinador comienza en movimiento, pero termina la figura completamente parado.

**M** En el ángel, ángel sostenido o ring, la pierna libre está a la altura o por encima de la cadera, pero el tronco y/o cabeza bajan de la línea de la cadera.

**Aplica en: águila // ina bauer (N.II)**

### **ERRORES GRAVES**

**G** Caída al principio del elemento.

**G** No trazar el arco del águila / ina bauer en ningún momento del patrón obligatorio: la posición se realiza en línea recta, sin filo.

### **ERRORES MEDIOS**

**M** Caída tras haber completado al menos la mitad del patrón, cuando ya se ha demostrado que domina la posición.

**M** La figura se realiza durante menos de  $\frac{1}{2}$  del patrón.

**M** Falta de control en la posición: no se controla la postura de manera evidente durante la mitad del patrón, con balanceos corporales o titubeo de los patines.

**M** Pérdida de velocidad durante la ejecución: el patinador comienza en movimiento, pero termina la figura completamente parado.



**Aplica en: tres skating elements diferentes (N.IV)**

**ERRORES GRAVES**

- |          |   |
|----------|---|
| <b>G</b> | Más de una caída durante el patrón obligatorio (en la ejecución de los pasos cruzados). |
| <b>G</b> | Caída en uno (1) de los skating elements.   |
| <b>G</b> | Realizar al menos dos skating elements iguales.   |
| <b>G</b> | Error de ejecución en tres (3) skating elements (tropiezo, uso de freno...).            |

**ERRORES MEDIOS**

- |          |  |
|----------|--|
| <b>M</b> | Una (1) caída durante el patrón obligatorio.   |
| <b>M</b> | Falta de control en los skating elements: no se controla la postura de manera evidente, con balanceos corporales o titubeo de los patines. |
| <b>M</b> | Pérdida de velocidad durante la ejecución: el patinador comienza en movimiento, pero termina los skating elements completamente parado.    |
| <b>M</b> | Error de ejecución en dos (2) skating elements (tropiezo, uso de freno...).  |

**Aplica en: salto coreográfico de una rotación (N.V)**

**ERRORES GRAVES**

- |          |   |
|----------|---|
| <b>G</b> | Una (1) caída.                                |
| <b>G</b> | No realizar la rotación completa en el salto. |
| <b>G</b> | Aterrizar el salto directamente en dos pies.  |

**ERRORES MEDIOS**

- |          |   |
|----------|---|
| <b>M</b> | No realizar al menos un elemento de coreografía antes de despegar, durante el salto o después de la recepción.  |
| <b>M</b> | Salto sin desplazamiento: el patinador hace el despegue y aterrizaje en el mismo sitio.   |
| <b>M</b> | Aterrizar el salto con asistencia del pie libre (por falta de control, el pie libre se apoya en el suelo justo después de aterrizar el pie portante). |
| <b>M</b> | Pérdida de velocidad durante la ejecución: el patinador comienza en movimiento, pero termina el salto completamente parado.                           |



**Aplica en: parada coreográfica (N.V), secuencia coreográfica (N.VI, N.VII)**

**ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Más de una (1) caída en la secuencia coreográfica.
<b>G</b>	No utilizar ninguna parte del cuerpo (cabeza, torso, brazos y piernas) en ningún momento del elemento coreográfico: por ejemplo, solo se realizan pasos cruzados o trabajo de pies básico sin ningún otro elemento coreográfico.
<b>G</b>	Falta de musicalidad: completa desconexión de los movimientos con la música.

**ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Una (1) caída.
<b>M</b>	Utilizar solo una parte del cuerpo (cabeza, torso, brazos y piernas): por ejemplo, solo se realizan movimientos de brazos durante todo el elemento.
<b>M</b>	Baja velocidad lineal: no se ve un desplazamiento longitudinal evidente durante la ejecución.
<b>M</b>	Uso abusivo de frenos sin intención coreográfica durante el elemento: cuando no se utiliza para realizar elementos acrobáticos o artísticos.

**Aplica en: pируeta creativa de danza (N.VII)**

**ERRORES GRAVES**

<b>G</b>	Caída antes de completar las dos (2) vueltas.
<b>G</b>	Girar menos de una (1) vuelta en la pируeta.
<b>G</b>	Realizar las vueltas con tirones (de forma que, sin ellos, no podría completar dos vueltas).
<b>G</b>	Realizar la pируeta en una posición diferente a la vertical, es decir, en el espacio bajo (tipo "sit") o medio (tipo "camel").

**ERRORES MEDIOS**

<b>M</b>	Caída cuando se han completado las tres (2) vueltas.
<b>M</b>	Girar menos de dos (2) vueltas en la pируeta.
<b>M</b>	Pérdida de filo durante las rotaciones.
<b>M</b>	Pirueta desplazada del eje inicial durante las rotaciones.
<b>M</b>	La posición no implica ni el tronco, ni los brazos, ni la pierna libre, se realiza en estilo clásico.



## **18. ERRORES EN ELEMENTOS DE PATTERN (PATTERN)**

<b>Aplica en: And foxtrot (N.IV), Skaters march (N.V), Little waltz (N.VI), Werner tango (N.VII)</b>	
<b>ERRORES GRAVES</b>	
<b>G</b>	Más de una (1) caída.
<b>G</b>	Ejecutar de forma incorrecta o fuera de tiempo más del 50% de los pasos requeridos para la danza.
<b>G</b>	No comenzar la primera/única secuencia de la danza a la izquierda del jurado.
<b>G</b>	El trazado está completamente distorsionado, de forma que apenas se parezca al descrito para cada danza.
<b>ERRORES MEDIOS</b>	
<b>M</b>	Una (1) caída.
<b>M</b>	Ejecutar de forma incorrecta o fuera de tiempo entre el 25% y el 50% de los pasos requeridos para la danza.
<b>M</b>	Comenzar la danza en el beat incorrecto.
<b>M</b>	No terminar la última secuencia con el primer paso de la danza.
<b>M</b>	El trazado está desplazado o ligeramente distorsionado: los pasos de referencia no se realizan al atravesar el eje correspondiente.
<b>M</b>	Mala posición corporal durante todas las secuencias.



## **ANEXO I. DESCRIPCIÓN DE DANZAS OBLIGATORIAS (PATTERN)**

A continuación, se recoge la descripción oficial del *Dance and Solo dance book 2026* de World Skate para cada uno de los elementos 'pattern' requeridos en los niveles 4, 5, 6 y 7.

- Nivel 4: And Foxtrot.
- Nivel 5: Skaters march.
- Nivel 6: little waltz.
- Nivel 7: werner tango.

## **AND FOXTROT – SOLO**

By Mario Lago, 2015

Music: Foxtrot 4/4

Tempo: 104 bpm

Pattern: set

This is a simple and introductory dance.

The And Foxtrot is composed of six lobes composed of strokes, chasses, runs, and mandatory parallel “and” positions. Three lobes are skated anticlockwise and the other three skated clockwise.

The overall purpose of this dance is that the young skater works the muscle memory in order execute a correct recovering of the free skate to a close and parallel positioning of the skate, so the quality of changing support is obtained. The skater must be able to do with perfect timing, the finishing of clear outside edges in a parallel “and” position, as well good inside edges when executing the chasses at the top of the lobes. When recovering the free leg to the “and” position, the skater, ideally, should gain speed with this movement while maintaining the outside edge before changing feet (cusp).

All lobes are finished on 4 beats outside edges. It is mandatory that on the first 2 beats the free leg is held in back and on the last 2 beats the free leg is held in clear “and” positions.

In the execution of this dance, all chasses and mandatory “and” positions must be done with the free skate parallel to the floor and with a distance from the floor not less than 1/2 wheel.

The first lobe is composed of:

Step 1 LFO (2 beats) aimed to the short side barrier;

Step 2 Ch RFI (2 beats) that must be done on a very strong inside edge ending near the long side barrier;

Step 3 LFO (2+2) beginning near the long side barrier and finishing in the direction of the long axis. During this step the first 2 beats are executed with the free leg in back and the 3rd and 4<sup>th</sup> beats in a clear “and” position.

The second lobe, that begins towards the long axis and finishes towards the long side barrier, is composed of Step 4 RFO (2 beats), Step 5 Ch LFI (2 beats) and Step 6 RFO (2+2 beats). During Step 6 the first 2 beats are executed with the free leg in back and the 3rd and 4<sup>th</sup> beats in a clear “and” position.

The third lobe begins towards the long side barrier and finishes toward the long axis. It is composed of Step 7 LFO (2 beats), Step 8 Run RFI (2 beats) and Step 9 LFO (2+2 beats). During Step 9 the first 2 beats are executed with the free leg in

back and the 3rd and 4<sup>th</sup> beats in a clear “and” position. The last stroke begins on the short axis.

The fourth lobe begins towards the long axis and finishes toward the long side barrier. It is composed of Step 10 RFO (2 beats), Step 11 Run LFI (2 beats) and Step 12 RFO (2+2 beats). During Step 12 the first 2 beats are executed with the free leg in back and the 3rd and 4<sup>th</sup> beats in a clear “and” position.

The fifth lobe begins towards the long side barrier and finishes toward the short axis. It is composed of Step 13 LFO (2 beats), Step 14 Ch RFI (2 beats) and Step 15 LFO (2+2 beats). During Step 15 the first 2 beats are executed with the free leg in back and the 3rd and 4<sup>th</sup> beats in a clear “and” position

The sixth lobe begins towards the short axis and finishes toward the short side barrier, It is composed of Step 16 RFO (2 beats), Step 17 Run LFI (2 beats) and Step 18 RFO (2+2 beats). During Step 18 the first 2 beats are executed with the free leg in back and the 3rd and 4<sup>th</sup> beats in a clear “and” position. The last stroke (step 18) begins on the long axis.

#### REFERENCE STEPS:

Step 9 – must start on the short axis;

Step 18 – must start on the long axis.

#### Key Points – and Foxtrot Solo

##### 1. Step 3: LFO – “And” position (2+2 beats)

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of the stroke - 2 beats with the free leg held back and 2 beats on a clear “and position”;
- No deviation from the outside edge during the entire step.

##### 2. Step 11: Run LFI (2 beats)

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of the Run without crossing the tracing of the previous skating leg;
- No deviation from the inside edge during the entire step.

##### 3. Step 14: CH RFI (2 beats)

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of the Chasse on a clear inside edge;
- No deviation from the inside edge during the entire step.

##### 4. Step 18: RFO – “And” Position (2+2 beats)

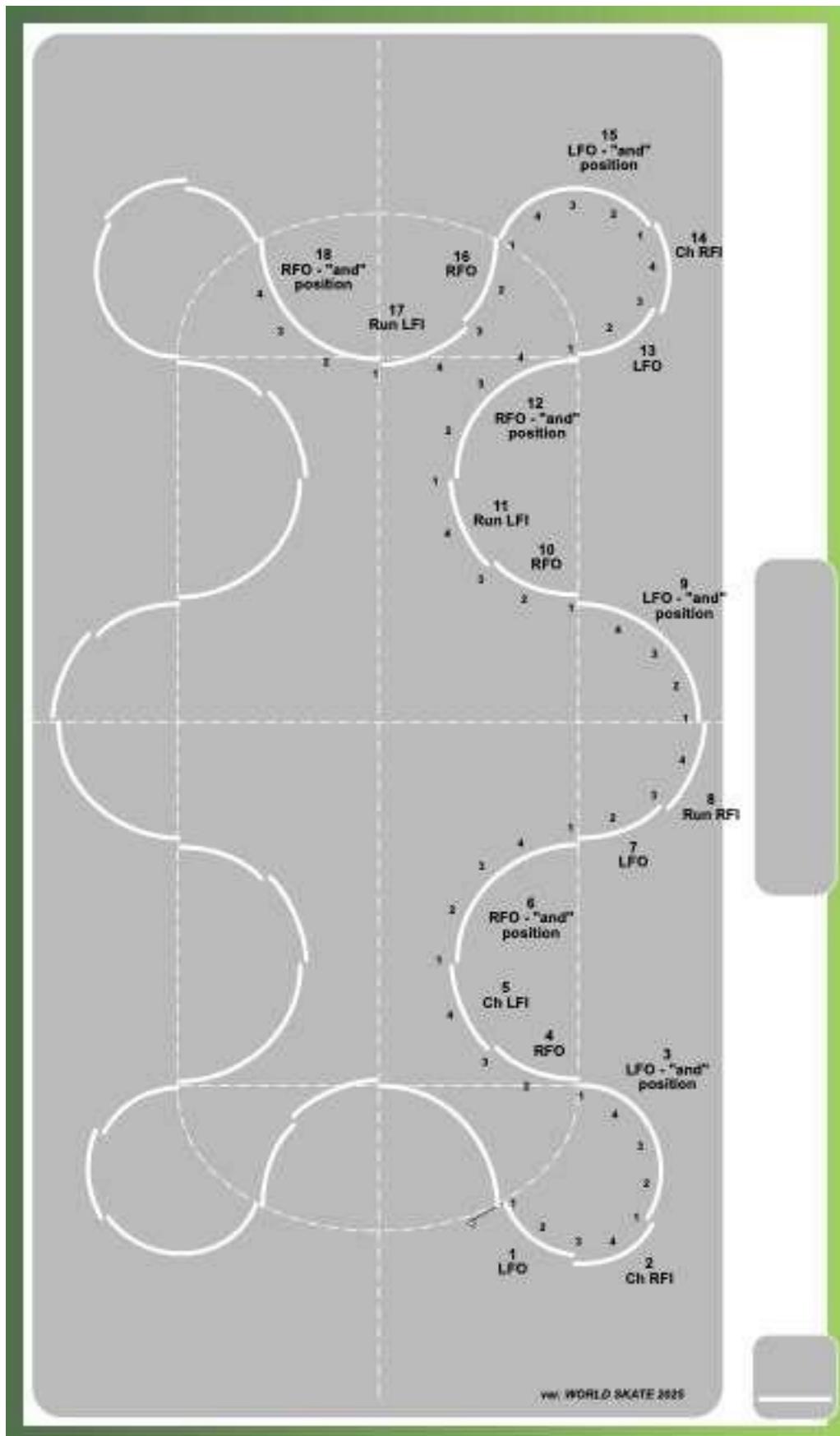
- Correct timing of the step;

- Correct technical execution of the stroke - 2 beats with the free leg held back and 2 beats on a clear “and position”;
- No deviation from the outside edge during the entire step.

## List of steps – And Foxtrot Solo

Step Number	Step	Musical Beats
1	LFO	2
2	Ch RFI	2
3	LFO – “And” position	2+2
4	RFO	2
5	Ch LFI	2
6	RFO – “And” position	2+2
7	LFO	2
8	Run RFI	2
9	LFO – “And” position	2+2
10	RFO	2
11	Run LFI	2
12	RFO – “And” position	2+2
13	LFO	2
14	Ch RFI	2
15	LFO – “And” position	2+2
16	RFO	2
17	Run LFI	2
18	RFO – “And” position	2+2

## Pattern – And Foxtrot Solo



## SKATERS MARCH – SOLO/COUPLES

*By Irwin & Nazzaro*

Music: March 4/4

Tempo: 100 bpm

Pattern: set

The dance is performed in Kilian position and the steps are the same for both skaters.

The dance begins aiming toward the long side barrier with a sequence of three steps:

Step 1 LFO (1 beat) beginning toward the long side barrier.

Step 2 Run RFI (1 beat) is parallel to it.

Step 3 LFO (2 beats) curves away from the long side barrier and aims in the direction of the long axis.

Steps 4, 5 and 6 form the center lobe of the dance (8 beats total) with steps 4 and 5 forming the first half of the lobe and step 6 the second half.

Step 4 XR RFO (2 beats) is a right outside cross roll in the direction of the long axis;

Step 5 XB LFI (2 beats) is a left inside cross behind with the free leg stretched in front with the 1st beat aiming toward the long axis and the 2nd beat parallel to it.

Step 6 RFO Sw (4 beats total 2+2) where the free leg swings in front on the 3rd beat, begins at the short axis and finishes on the baseline in the direction of the long side barrier.

Step 7 LFO (1 beat) aims toward the long side barrier, step 8 Run RFI (1 beat) becomes parallel to it and step 9 LFO (2 beats), begins parallel to the long side barrier and curves away from it.

Step 10 XF RFI (2 beats) is a cross front with extension of the left leg in back, aimed in the direction of the short side barrier.

Steps 11, 12, 13 and 14, repeats the sequence of steps 7, 8, 9 and 10, with the same timing but with a direction toward and then parallel to the short side barrier with steps 11 and 12, finishing at the long axis, and steps 13 and 14 after the long axis in the direction of the long side barrier.

Reference Steps:

Step 6 – Must start by short axis;

Step 13 – Must start by the long axis.

## Key Points – Skaters March – Solo/Couples

---

### 1. Steps 4 XR RFO (2 beats):

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of the cross roll (respecting the prescribed edges required before and after the XR), on a clear and correct outside edge with adequate inclination of the body before and after the XR.  
For Couples:
  - Maintain closeness between the partners in the Kilian position;
  - Simultaneous placement of the feet and synchronization in the change of inclination

### 2. Step 6 RFO Sw (2 + 2 beats):

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of the stroke and swing on an outside edge with the free leg held back for 2 beats and swung forward on the 3rd beat;
- No deviations from the outside edge  
For Couples:
  - Maintain closeness between the partners in the Kilian position;
  - Attention with the unison of the free legs on the swing

### 3. Step 10 XF RFI (2 beats):

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of cross front with feet close and parallel before executing the RFI on a clear inside edge.  
For Couples
  - Correct Kilian position of the couple without separation during the step with correct lean and edges.

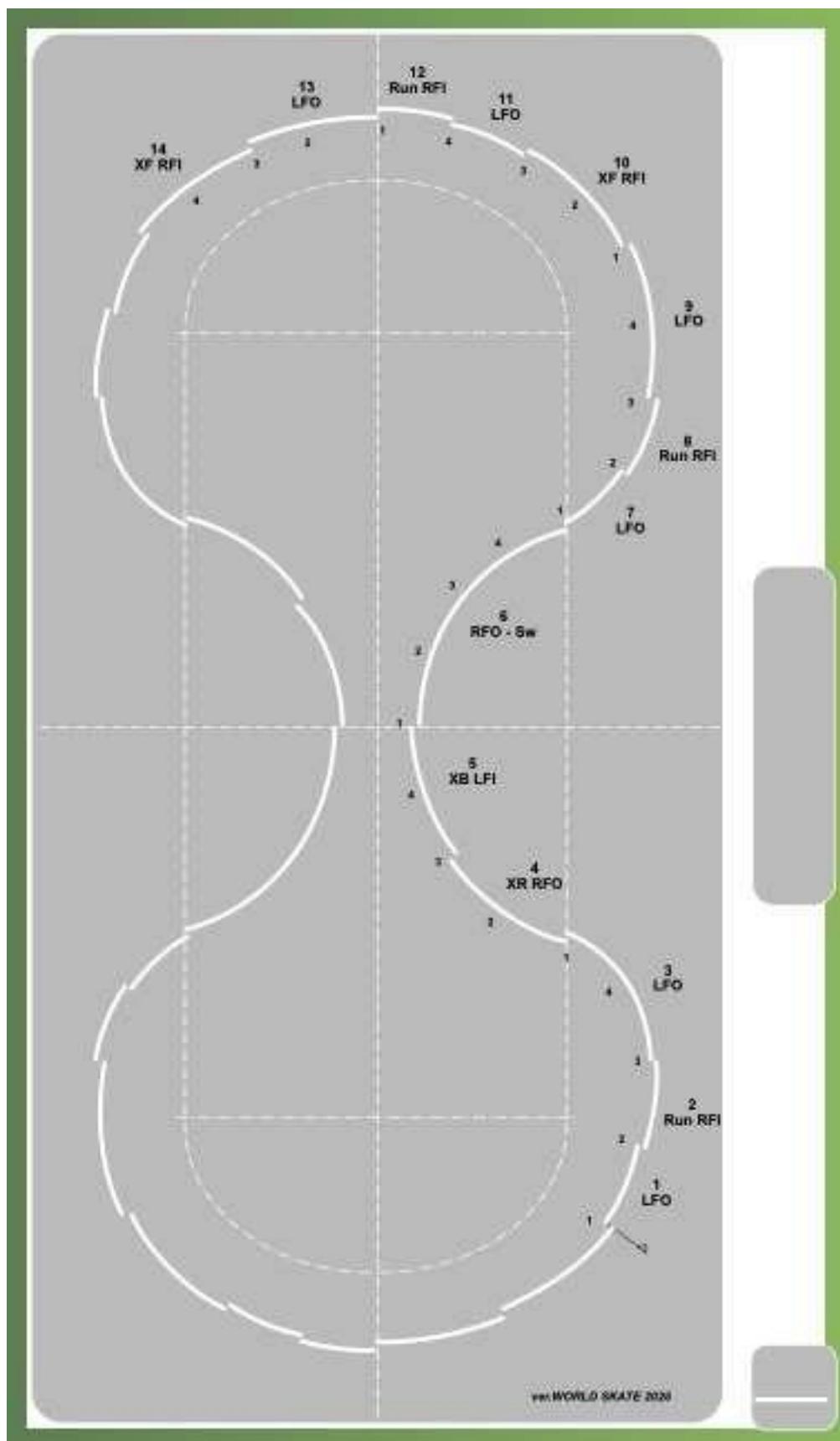
### 4. Step 14 XF RFI (2 beats):

- Correct timing of the step;
- Correct technical execution of cross front, with feet close and parallel before executing the RFI on a clear inside edge.  
For Couples
  - Correct Kilian position of the couple without separation during the step with correct lean and edges.

## List of steps – Skaters March Solo/Couple

POSITION	NO.	MAN'S STEPS	MUSICAL BEATS	WOMAN'S STEPS
Kilian	1	LFO	1	LFO
	2	Run RFI	1	Run RFI
	3	LFO	2	LFO
	4	XR RFO	2	XR RFO
	5	XB LFI	2	XB LFI
	6	RFO Sw	2+2	RFO Sw
	7	LFO	1	LFO
	8	Run RFI	1	Run RFI
	9	LFO	2	LFO
	10	XF RFI	2	XF RFI
	11	LFO	1	LFO
	12	Run RFI	1	Run RFI
	13	LFO	2	LFO
	14	XF RFI	2	XF RFI

## Pattern – Skaters March Solo



## LITTLE WALTZ - SOLO

*By: Ronald E. Gibbs - Adapted by Mario Lago.*

Music: Waltz 3/4

Tempo: 132 BPM

Pattern: Set

This dance should be skated with clear edges, respecting the baseline throughout, demonstrating flow and rhythmical movements in accordance with the music and in a correct timing.

### SECTION 1

Steps 1-9 are a sequence of strokes and chasse skated forward, constructing three (3) lobes along the length of the rink. These steps are orientated around a sub-baseline that runs parallel to the long side barrier.

Step 1 RFO (2 beats) travels in the direction of the long axis and Step 2 Ch LFI (1 beat) parallel to the long axis. Step 3 RFO (3 beats) curves in the direction of the long side barrier.

Step 4 LFO (2 beats) travels in the direction of the long side barrier and Step 5 Ch RFI (1 beat) ends on the short axis. Step 6 LFO (3 beats) starts in the transversal axis (reference step) and curves in the direction of the long axis.

Steps 7, 8 and 9 repeat the timing and technical execution of steps 1, 2 and 3.

The next steps create the first corner lobe that begins toward the long side barrier:

- Step 10 LFO (2 beats), Step 11 Run RFI (1 beat) and Step 12 LFO (3 beats).

Step 13 CIMk RBO Sw (3+3 beats) is a closed mohawk turn on the outside edge, executed with feet close together. On the 4<sup>th</sup> beat, the free leg swings behind the body. The closed mohawk turn begins with a slight aim to the short side barrier and subsequently curves away from the barrier to finish parallel to the long axis.

Step 14 LBO (3 beats) is a stroke and Step 15 Mk RFO Sw (3+3 beats) is a mohawk turn on the outside edge where the free leg must swing forward on the 4<sup>th</sup> beat. Step 15 must start before the longitudinal axis and finishes after it (reference step). These steps create a lobe that curves towards the short side barrier. These steps are orientated around a sub-baseline that runs parallel to the short side barrier.

The next steps create the second corner lobe.

Step 16 LFO 3T (3+3 beats) begins with a stroke, followed by a 3 turn to LBI on the 4<sup>th</sup> beat. The stroke begins in the direction of the short side barrier and the 3 turn must create the top of the lobe which allows the exit of the turn to descend toward the long side barrier.

The corner lobe finishes with Step 17 RBO Sw (3+3 beats). On the 4<sup>th</sup> beat, the free leg swings behind the body. The end of the swing travels in the direction of the long axis.

## SECTION 2

Steps 18-34 are a sequence of strokes and chasse skated forward, constructing three (3) lobes along the length of the rink. These steps are orientated around a sub-baseline that runs parallel to the long side barrier.

Step 18 LBO (2 beats) travels in the direction of the long axis and Step 19 Ch RBI (1 beat) parallel to the long axis. Step 20 LBO (3 beats) curves in the direction of the long side barrier.

Step 21 RBO (2 beats) travels in the direction of the long side barrier and Step 22 Ch LBI (1 beat) ends on the short axis. Step 23 RBO starts (3 beats) on the short axis (reference step) and curves in the direction of the long axis.

Steps 24, 25 and 26 repeat the timing and technical execution of steps 18, 19 and 20.

The next steps create the third corner lobe that begins toward the long side barrier:

- Step 27 RBO (2 beats), Step 28 Run LBI (1 beat) and Step 29 RBO (3 beats).

Step 30 Mk LFO Sw (3+3 beats) is a mohawk turn on the outside edge where the free leg must swing forward on the 4<sup>th</sup> beat. The mohawk turn begins with a slight aim to the short side barrier and subsequently curves away from the barrier to finish parallel to the long axis.

Step 31 RFO (3 beats) is a stroke and Step 32 CIMk LBO Sw (3+3 beats) is a closed mohawk turn on the outside edge, executed with feet close together. Step 32 must start before the longitudinal axis and finishes after it (reference step). On the 4<sup>th</sup> beat, the free leg swings behind the body. These steps are orientated around a sub-baseline that runs parallel to the short side barrier.

The next steps create the fourth corner lobe.

Step 16 DpCh RBO 3T (3+3 beats) begins with a dropped chasse, followed by a 3 turn to RFI on the 4<sup>th</sup> beat. The dropped chasse begins in the direction of the short side barrier and the 3 turn must create the top of the lobe which allows the exit of the turn to descend toward the long side barrier. At the end of the turn, the free leg must be stretched behind the body.

The corner lobe finishes with Step 34 LFO Sw (3+3 beats). On the 4<sup>th</sup> beat, the free leg swings in front of the body. The end of the swing travels in the direction of the long axis.

Special attention must be paid to:

- Quality of chasses, all with 1 beat, in which the free skate must be clearly lifted from the floor.

- Good amplitude of the swings;
- Correct technical execution of the Mohawks and Closed Mohawks;
- Correct execution and clear cusps on the 3 turns;
- Good flow of execution, with strong and smooth movements.

Reference steps:

Step 6 - Must start on the short axis;

Step 15 - Must start before the longitudinal axis and finishes after it;

Step 23 - Must start on the short axis;

Step 32 - Must start before the longitudinal axis and finishes after it;

## Key Points – Little Waltz Solo

---

### SECTION 1:

1. Step 2 CH LFI (1 beat):
  - Correct timing of the step;
  - Correct technical execution of the Chasse;
  - Correct timing and clear lift from the floor of the free skate.
2. Step 9 RFO (3 beats):
  - Correct timing of the step;
  - Correct technical execution of stroke on outside edge;
  - Correct timing for 3 beats without deviation from outside edge in advance.
3. Step 13 CIMk RBO Sw (3+3 beats):
  - Correct timing of the step;
  - Correct execution of the Closed Mohawk with feet close together, respecting the prescribed edges required before and after the turn;
  - Correct lean and body posture during the turn.
4. Step 16 LFO 3T LBI (3+3 beats):
  - Correct timing of the step;
  - Correct technical execution of the three turn with clear edges and evident cusp at the entrance and exit of the turn that must be done on the 4th beat;

### SECTION 2:

1. Step 19 CH RBI (1 beat):
  - Correct timing of the step;
  - Correct technical execution of the Chasse;
  - Correct timing and clear lift from the floor of the free skate.
2. Step 26 LBO (3 beats):
  - Correct timing of the step;
  - Correct technical execution of stroke on outside edge;
  - Correct timing for 3 beats without deviation from outside edge in advance.
3. Step 30 Mk LFO Sw (3+3 beats):
  - Correct timing of the step;
  - Correct execution of the Mohawk with feet close together, respecting the prescribed edges required before and after the turn.
  - Correct technical execution of the swing with the free leg being swung forward on the 4<sup>th</sup> beat, without deviation from the outside edge in advance.
4. Step 33 DpCh RBO 3T RFI (3+3 beats):
  - Correct timing of the steps;
  - Correct execution of the dropped chasse RBO;

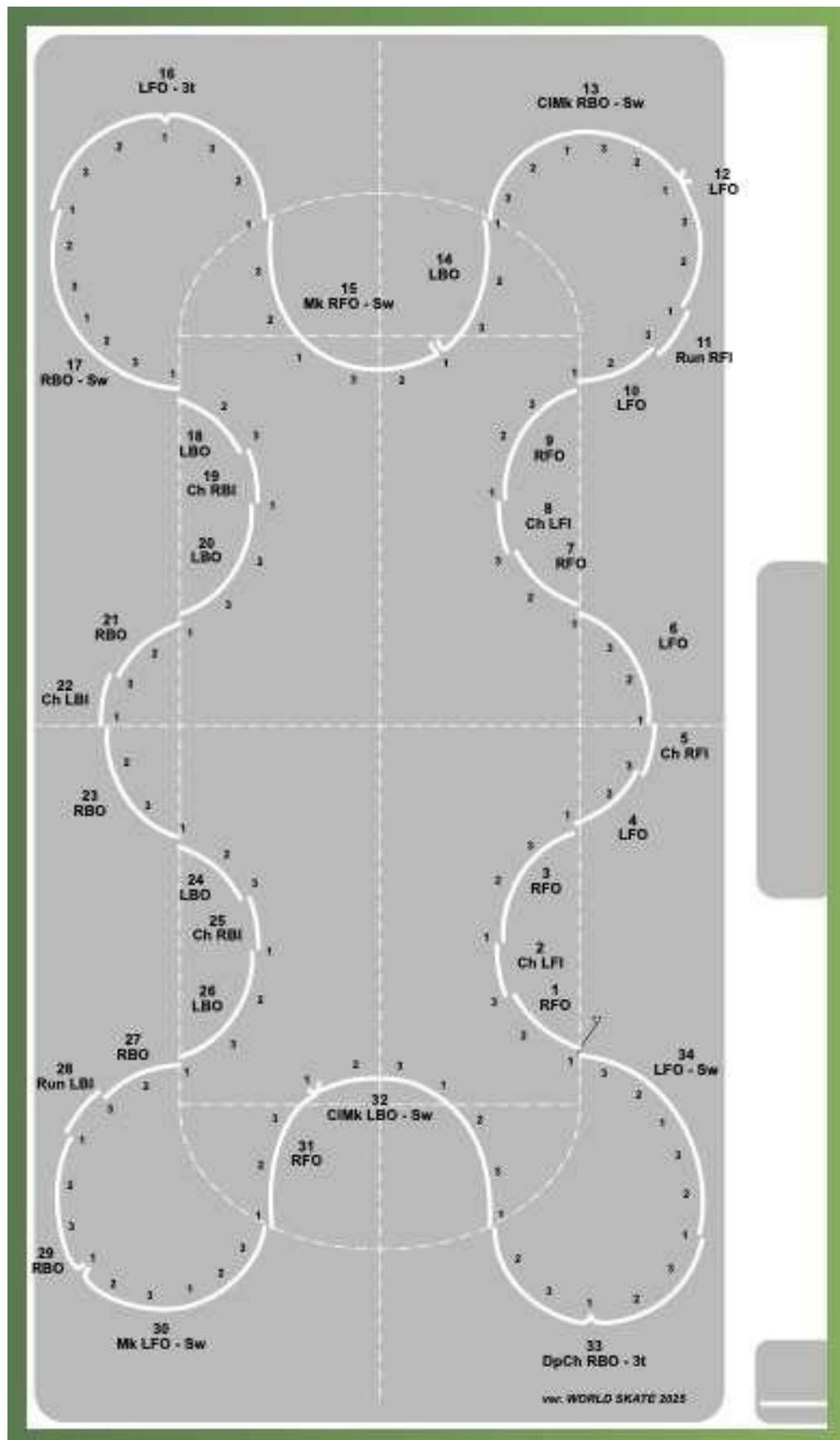
- Correct technical execution and clear cusp edges at the entrance and exit of the 3 turn that must be done on the 4th beat with the free leg stretched behind the body.

### List of steps – Little Waltz Solo

NO.	STEPS	MUSICAL BEATS
SECTION 1		
1	RFO	2
2	Ch LFI	1
3	RFO	3
4	LFO	2
5	Ch RFI	1
6	LFO	3
7	RFO	2
8	Ch LFI	1
9	RFO	3
10	LFO	2
11	Run RFI	1
12	LFO	3
13	CIMk RBO Sw	3+3
14	LBO	3
15	Mk RFO Sw	3+3
16	LFO 3T LBI	3+3
17	RBO Sw	3+3
SECTION 2		
18	LBO	2
19	Ch RBI	1
20	LBO	3
21	RBO	2
22	Ch LBI	1
23	RBO	3
24	LBO	2

25	Ch RBI	1
26	LBO	3
27	RBO	2
28	Run LBI	1
29	RBO	3
30	Mk LFO Sw	3+3
31	RFO	3
32	CIMk LBO Sw	3+3
33	DpCh RBO 3T RFI	3+3
34	LFO Sw	3+3

## Pattern – Little Waltz Solo



## WERNER TANGO - SOLO

*By Gladys & George Werner. Adapted by World Skate Dance Sub-Committee (2016)*

Music: Tango 4/4

Tempo: 100 Bpm

Competitive requirements: 4 sequences

Pattern: set

This dance should be skated with strong edges and character. Free leg and choreographed upper body movements should be added, if they respect the correct edges, timing and prescribed free leg positions.

Step 1 LFO (1 beat) must be aimed toward the right long side barrier near the left corner away from the judge stand.

Step 2 Ch RFI (1 beat) is parallel to the long side barrier.

Step 3 LFO (2 beats) is a stroke aimed toward the short side barrier.

Step 4 XF RFI (2 beats) is a cross in front that ends aiming toward the center of the floor.

Step 5 LFI Sw/O Sw (2+1+(1+2) beats) is a double swing of 6 beats with a change of edge (3 beats in inside edge + 3 beats on outside edge), starting toward the center of the floor, changing the edge aiming toward the short side barrier and finishing parallel to it. On this step, the free leg stays back for 2 beats and is swung forward on the 3rd beat. The change of edge to outside occurs on 4th beat still holding the free leg in front. On the 5th beat the free leg is swung back and stays back till the end of the 6th preparing for the next step.

Step 6 XB RFI (2 beats) is a cross behind aiming toward the long side barrier.

Step 7 LFO (1 beat) is a stroke followed by step 8 Run RFI (1 beat), both of 1 beat. The lobe finishes with step 9 LFO (2 beats) aimed toward the center of the floor.

Step 10 RFO (2 beats) is a deep outside stroke of two beats to allow Step 11 DpCh LFI/O (1+(1) beats), is an inside dropped chasse with a change of edge. The inside edge must be held for 1st beat, and the change of edge to outside occurs on the 2nd beat of the step, aiming toward the long side barrier.

Step 12 XF RFI (2 beats) that finishes parallel to the long side barrier.

Step 13 LFO (1 beat) is a stroke starting after the short axis, followed by Step 14 Ch RFI (1 beat) aimed toward the center of the floor, finishing the lobe.

Step 15 LFI Sw (2+2 beats) is a 4 beats LFI Swing back/front starting toward the center of the floor and finishing aiming toward the long side barrier. The free leg swings in front on the 3rd beat. At the end of the 4th beat the free leg assumes and-position to prepare the next step.

Step 16 RFI 3t (1+1 beats) is a right forward inside open stroke for 1 beat and a 3t on the 2nd beat, finishing on a RBO edge.

After the 3t the skater performs a mohawk to execute step 1 of the dance.

## Key Points – Werner Tango Solo

1. Step 2 Ch LFI (1 beat): correct technical execution of the Chasse. Correct timing and clear lift from the floor of the free skate.
2. Step 5 LFI Sw/O Sw (2+1+(1+2) beats): correct execution of Double Swing Change of edge, respecting the prescribed free leg position and the timing. The free leg stays back for 2 beats and is swung forward on the 3rd beat. The change of edge to outside occurs on 4th beat still holding the free leg in front. On the 5th beat the free leg is swung back and stays back till the end of the 6th beat, preparing for the next step.
3. Step 11 DpCh LFI/O (1+1 beats): correct timing and technical execution of the DpCh, with a clear change of edge on the 2nd beat.
4. Step 16 RFI 3t (1+1 beats): Correct technical execution and clear cusp edges at the entrance and exit of the 3 Turn that must be done on the 2nd beat.

## List of steps – Werner Tango Solo

NO.	STEPS	BEATS
1	LFO	1
2	Ch RFI	1
3	LFO	2
4	XF RFI	2
5	LFI Sw I/O Sw	2+1+1+2
6	XB RFI	2
7	LFO	1
8	Run RFI	1
9	LFO	2
10	RFO	2
11	DpCh LFI/O	1+1
12	XF RFI	2
13	LFO	1
14	Ch RFI	1
15	LFI Sw	2+2
16	RFI 3T	1+1
	Mk to...	



## Pattern – Werner Tango Solo

