



Schrittfolgen im Breitensport

Erläuterungen für die Kategorien Figurenläufer, Kunstläufer, Anwärter, Neulinge, Young Adult / Adult Gold und Master

Turns sind: Twizzels, Gegendreier, Schlingen, Gegenwenden, Wenden, Dreier

Steps sind: Zackenschritte, Chassés, Mohawks, Choctaws, Schlangenbögen, cross rolls

Zu den Schwierigen Drehungen und Schritten (difficult turns and Steps) gehören:

- Twizzles,
- Gegendreier (Brackets),
- Schlingen (Loops),
- Gegenwenden (Counters),
- Wenden (Rockers)
- Choctaws

Turns und Steps müssen auf sauberen Kanten ausgeführt werden. Wenn eine Drehung "gesprungen" wird, wird sie nicht als ausgeführt gewertet.

Features zur Erhöhung des Levels:

Feature (1): Difficult Steps and Turns

Für Level 1: Minimum Variety (5)=

- Die Schrittfolge muss 5 schwierige Steps und Turns enthalten

Für Level 2: simple variety (7) =

- Die Schrittfolge muss 7 schwierige Steps und Turns enthalten
- Und ein 1 zusätzliches Feature enthalten

Für Level 3: variety (9)=

- Die Schrittfolge muss 9 schwierige Steps und Turns enthalten
- Und zwei 2 zusätzliche Features enthalten

Feature (2): Rotations in beide Richtungen

- ein Läufer muss mit allen gelisteten und nicht gelisteten Drehungen und Schritten für **mindestens 1/3 der Sequenz** in eine Richtung und dann **für mindestens 1/3 der Sequenz** in die entgegengesetzte Richtung (im und gegen den Uhrzeigersinn) rotieren, das kann kontinuierlich sein oder abwechselnd sein.
- Eine "**Ganzkörperdrehung**" bedeutet eine vollständige Drehung (360°). Der Läufer sollte sich nicht nur eine halbe Umdrehung hin und her drehen

Feature (3): Bodymovements

- Verwendung von Körperbewegungen bedeutet die sichtbare Verwendung von Bewegungen der Arme und/oder des Kopfes und/oder Rumpfes und/oder der Hüften und/oder der Beine, die sich auf das Gleichgewicht des Hauptkörperkerns auswirken. Es kann auch eine Auswirkung auf das Gleichgewicht des Körpers als Ganzes und eine Beeinflussung des Gleichgewichts des Körpers auf den Schlittschuh (Kufe) bewirken. Dies muss **mindestens 1/3 der Schrittfolge** gezeigt werden.

Feature (4) Cluster:

= Zwei (2) Kombinationen von 3 schwierigen Drehungen je auf dem rechten und dem linken Fuß ohne Absetzen des Spielbeines

- Schwierige Drehungen sind Wenden, Gegenwenden, Gegendreier, Twizzles, Schlingen.
- In den beiden Kombinationen darf nur eine schwierige Drehung einmal wiederholt werden. Die wiederholte Drehung kann in einer Kombination ausgeführt werden (z.B. 1. Cluster: Wende, Gegenwende, Wende und 2. Cluster: Gegendreier, Twizzle, Schlinge). Oder die wiederholte Drehung kann einmal in jeder Kombination ausgeführt werden (z. B. 1. Kombination: Gegendreier, Gegenwende, Schlinge und 2. Kombination: Wende, Gegenwende, Twizzle).

In den Kombinationen gilt:

- **Drei Drehungen, Kantenwechsel, Sprung/Hüpfer, Fußwechsel sind nicht erlaubt!**
- Die Ausgangskante einer Drehung ist die Eingangskante der nächsten Drehung.
- Der freie Fuß darf das Eis nicht berühren.
- Die Kombination muss mit kontinuierlichem Fluss und Rhythmus innerhalb der Sequenz ausgeführt werden.
- Nur die erste Kombination, die mit jedem Fuß versucht wird, kann gezählt werden.
- Es gibt keine Höchstzahl von Drehungen, aber es müssen drei (3) aufeinanderfolgende und korrekte schwierige Drehungen erfolgreich ausgeführt werden, um zu zählen.

- Zum Beispiel ist Folgendes erlaubt: 1. Kombination: Rocker, Bracket, Counter und 2. Kombination: Rocker, Counter, Twizzle, Loop. Bei der zweiten Kombination müssen die drei aufeinanderfolgenden und korrekten schwierigen Drehungen (Counter, Twizzle, Loop) für die Kombination gezählt.

➤ Für die Advanced Novice Kategorie KP gelten für den Cluster andere Regeln. Hier bitte die ISU **Communication No. 2624 SINGLE & PAIR SKATING. GUIDELINES FOR INTERNATIONAL NOVICE COMPETITIONS 2024/25** beachten!

Wie erhält man Levels in der Schrittfolge in den Kategorien: Kunstläufer, Anwärter und Neulinge, Young Adult/ Adult Gold und Master?

Für Level Base:

- Mindestens **zwei (2) schwierige Drehungen und Schritte** müssen mit sauberer Kante gelaufen sein
- **Mindestens ein (1) skating movement** wie Spirale, Ina-Mond, hydrobladding, Rutscher etc. muss enthalten sein

Für Level 1 (minimum variety):

- Es müssen **mindestens fünf (5) schwierige Drehungen und Schritte** mit sauberen Kanten enthalten sein, wobei keiner der **schwierigen Drehungen und Schritte** **mehr als zweimal gezählt werden können.**
- **Mindestens ein (1) skating movement** wie Spirale, Ina-Mond, hydrobladding etc. muss enthalten sein



Für Level 2 (simple Variety):

- Es müssen **mindestens sieben (7) schwierige Drehungen und Schritte** mit sauberen Kanten enthalten sein, wobei keiner der schwierigen Drehungen und Schritte mehr als zweimal gezählt werden können
- **Mindestens ein (1) skating movement** wie Spirale, Ina-Mond, hydrobladding etc. muss enthalten sein
- **Feature (2) Rotations:** **Mindestens 1/3** der Schrittfolge müssen die Schritte in beide Richtungen (links und rechts) mit Vollkörperdrehung (360°) gelaufen werden.

Bei Kunstläufer, Anwärtern und Neulingen werden die **Feature (3) (Bodymovements)** und **Feature (4) („Cluster“)** vom Technischen Panel ignoriert!