



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

13	123771	JO	APRib	Matilde Roque Pereira				
	Nota	5.1	5.3	5.0	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	1	1			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	1	1	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	1	1	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	0	1	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos
Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa
Juíz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juíz Árbitro: APLei - Cláudia Marques
Juíz Nº1: APRib - Rita Maria Silva
Juíz Nº3: APRib - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

14	124413	JO	APRib	Diana Tavares Simão		
Nota	5.1	5.2	5.1	Penalização	Resultado	5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente

- ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo
- Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos
- Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)

Nota	0	0	0	Penalização
------	---	---	---	-------------

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)

- Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés
- Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista
- Manter o tronco direito e verticalizado

Nota	0	0	0	Penalização
------	---	---	---	-------------

Curvas exteriores sobre um pé

- Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé
- Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício
- Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado

Nota	0	0	0	Penalização
------	---	---	---	-------------

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente

- No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado
- A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente
- Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal

Nota	1	1	0	Penalização
------	---	---	---	-------------

Deslizar em posição de 4 para a frente

- ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia
- Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé
- Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão

Nota	0	1	1	Penalização
------	---	---	---	-------------

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos

Juíz Árbitro: APLei - Cláudia Marques

Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa

Juíz Nº1: APRib - Rita Maria Silva

Juíz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juíz Nº3: APRib - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

15	124137	JO	APRiB	Clara Forte Cravo			
	Nota	5.0	4.9	5.0	Penalização		Resultado 5.0 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> — ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos — Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> — Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés — Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista — Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> — Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé — Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício — Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	1	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> — No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado — A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente — Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> — ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé — Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos
Calculador/Data Operator: APRiB - Paula Cristina Sousa
Juíz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juíz Árbitro: APLei - Cláudia Marques
Juíz Nº1: APRiB - Rita Maria Silva
Juíz Nº3: APRiB - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

9	124167	JO	APR ib	Rute Almeida Ligeiro			
	Nota	5.1	5.2	5.1	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) – Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) – Executar o exercício num círculo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores para trás							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Change of edge sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Definir corretamente os rodados exteriores e interiores – Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés – Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Salto de Cavalo							
<ul style="list-style-type: none"> – Utilizar apenas um travão – Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta – Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 							
	Nota	0	1	1			Penalização

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)							
<ul style="list-style-type: none"> – ****Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador – Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Body Movement (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> – Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos – Demonstrar fluidez no movimento – Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 							
	Nota	1	1	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos
 Calculador/Data Operator: APR**ib** - Paula Cristina Sousa
 Juíz Nº2: APL**ei** - Cláudia Marques

Juiz Árbitro: APL**ei** - Cláudia Marques
 Juíz Nº1: APR**ib** - Rita Maria Silva
 Juíz Nº3: APR**ib** - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

10	100682	JO	APRiB	Soraia Luana Santos			
	Nota	4.7	4.6	4.6	Penalização		Resultado 4.6 - Reprovado

Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> - A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora - Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés - Roll: Fazer coincidir a inclinação do eixo do corpo com a pressão no rodado exterior 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de Avião (Camel)							
<ul style="list-style-type: none"> - Executar o exercício com as pernas livre e portadora em extensão - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé - ****Manter a cintura escapular, a perna livre e os ombros, no mínimo, ao nível da bacia 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)							
<ul style="list-style-type: none"> - Definir a curva interior antes e depois de executar o Mohawk (Mk) - Fazer a inversão da marcha apoiando o pé livre junto do pé portador, na posição escolhida para o tipo de Mohawk executado (CIMK ou OpMk ou HHMK) - Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com aproximadamente quatro (4) metros de diâmetro, em cada sentido 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside - 3t FO)							
<ul style="list-style-type: none"> - Executar o piquê com fluidez e velocidade - Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída do Three Turn (3t) - Executar o Three Turn (3t) sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta							
<ul style="list-style-type: none"> - Realizar o exercício de forma dinâmica e ritmada, sem interrupções entre os saltos - Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída - Definir a receção dos três saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos 							
	Nota	0	-1	-1			Penalização

Patinar num círculo fechado para trás							
<ul style="list-style-type: none"> - Definir corretamente o Thrust Backward Outside (Tt BO) - Executar corretamente o Cross-Stroke Backward Inside (XS BI) - Executar o exercício num círculo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido 							
	Nota	-2	-2	-2			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos

Calculador/Data Operator: APRiB - Paula Cristina Sousa

Juíz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juíz Árbitro: APLei - Cláudia Marques

Juíz Nº1: APRiB - Rita Maria Silva

Juíz Nº3: APRiB - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

8	105207	JO	APRiB	Duarte Vigário Custódio		
Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia						
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 						
Nota	0	0	0	Penalização		

One Foot Turns (iniciação ao travelling)						
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as três (3) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do ringue 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé						
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)						
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 						
Nota	-1	0	0	Penalização		

Dois Body Movements (BM)						
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Uma Volta de três em cada sentido						
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos
 Calculador/Data Operator: APRiB - Paula Cristina Sousa
 Juiz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juiz Árbitro: APLei - Cláudia Marques
 Juiz Nº1: APRiB - Rita Maria Silva
 Juiz Nº3: APRiB - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

7	95754	JO	APRib	Iara Carvalho Santos			
	Nota	4.7	4.7	4.7	Penalização		Resultado
							4.7 - Reprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos dois saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	-1	-1	0			Penalização

Flip (1F)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Loop (1Lo)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	-1	-1	-2			Penalização

Pião Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo, e caso se inclua Travelling, deve-se manter um ritmo constante de execução durante a: 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Transição							
-							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos
 Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa
 Juíz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juíz Árbitro: APLei - Cláudia Marques
 Juíz Nº1: APRib - Rita Maria Silva
 Juíz Nº3: APRib - Ana Beatriz Ventura



5º Testes de Iniciação e Especialidade

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo | 2024-07-06 - 2024-07-06

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre III

1	96923	JO	APRib	Luísa Patriarca Gonçalves			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Thoren (1Th)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto usando apenas as rodas para a impulsão Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Lutz (1Lz)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Combinação De 2 A 4 Saltos							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Combinação De 2 Piões Verticais							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após a estabilização de cada pião, sem uso de travões Definir a posição de saída sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2024 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Transição							
-							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Clara Marcos
 Calculador/Data Operator: APRib - Paula Cristina Sousa
 Juíz Nº2: APLei - Cláudia Marques

Juíz Árbitro: APLei - Cláudia Marques
 Juíz Nº1: APRib - Rita Maria Silva
 Juíz Nº3: APRib - Ana Beatriz Ventura