



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Base.0

2	79917	CDTN	APR ib	Laura Manuel Teixeira				
	Nota	4,4	4,5	4,5	Penalização	0,3	Resultado	4,5 - Reprovado

Uma sequência de movimentos arabescos (sma)

- As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.
- Rodado definido durante a execução das posições arabescas.
- Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.

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

Dragões

- Definição clara da posição de "dragão".
- Cumprir o diâmetro dos rodados.
- Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.

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

Step sequence nível base (stb)

- *** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***
- Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.
- Execução com a frase/estrutura musical escolhida.

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

Combinação de três (3) saltos ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre um pé.

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

Pião vertical com entrada em movimento

- Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***
- Saída definida.

Nota	-2	-2	-2	Penalização	-0,3
------	----	----	----	-------------	------

Três body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Base.0

3	82450	CDTN	APR ib	Maria Beatriz Medinas					
	Nota	5.0	5,1	5.0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Uma sequência de movimentos arabescos (sma)

- As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.
- Rodado definido durante a execução das posições arabescas.
- Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.

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

Dragões

- Definição clara da posição de "dragão".
- Cumprir o diâmetro dos rodados.
- Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.

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

Step sequence nível base (stb)

- *** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***
- Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.
- Execução com a frase/estrutura musical escolhida.

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

Combinação de três (3) saltos ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre um pé.

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

Pião vertical com entrada em movimento

- Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***
- Saída definida.

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

Três body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

2	91299	CDTN	APRib	Eva Lopes Moura			
	Nota	5,0	5,1	5,2	Penalização		Resultado 5,1 - Aprovado

Patinar num Círculo Fechado para a Frente

- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.

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

Deslizar para trás na Posição de Quatro

- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.
- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- Tronco direito.

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

Swing Forward Outside (Sw FO)

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.
- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.

Nota	-1	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 semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.
- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.
- ***Utilização do tronco e membros superiores.***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

3	94148	CDTN	APRib	Maria Beatriz Carvalho					
	Nota	5,0	5,0	5,1	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar num Círculo Fechado para a Frente

- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.

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

Deslizar para trás na Posição de Quatro

- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.
- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- Tronco direito.

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

Swing Forward Outside (Sw FO)

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.
- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do 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 semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.
- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.
- ***Utilização do tronco e membros superiores.***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

5	91295	CDTN	APR ib	Rafael Duarte Pina					
	Nota	5,1	5,1	5,0	Penalização			Resultado	5,1 - Aprovado

Travagem para trás a um pé sobre o travão

- Tronco direito.
- Adquirir a posição parada sobre cada um dos pés, no mínimo durante dois (2) segundos.
- Perna livre em extensão em posição opcional (à frente ou atrás).

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.
- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***

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

Patinar num Círculo Fechado para Trás

- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.

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

Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé

- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.
- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***
- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***

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

Change of Edge sobre um pé

- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***
- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.

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

Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.
- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

6	91443	CDTN	APRIB	Vanda Rosa Vaz					
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Travagem para trás a um pé sobre o travão

- Tronco direito.
- Adquirir a posição parada sobre cada um dos pés, no mínimo durante dois (2) segundos.
- Perna livre em extensão em posição opcional (à frente ou atrás).

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.
- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***

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

Patinar num Círculo Fechado para Trás

- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.

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

Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé

- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.
- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***
- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***

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

Change of Edge sobre um pé

- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***
- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.

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

Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.
- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

7	89477	CDTN	APRIB	Rodrigo Manuel Almeida					
	Nota	4,8	4,8	4,8	Penalização			Resultado	4,8 - Reprovado

Travagem para trás a um pé sobre o travão

- Tronco direito.
- Adquirir a posição parada sobre cada um dos pés, no mínimo durante dois (2) segundos.
- Perna livre em extensão em posição opcional (à frente ou atrás).

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.
- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***

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

Patinar num Círculo Fechado para Trás

- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.

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

Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé

- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.
- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***
- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***

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

Change of Edge sobre um pé

- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***
- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.

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

Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.
- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

8	91298	CDTN	APRib	Bárbara Agostinho Silva					
	Nota	5.0	5.0	4,9	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Travagem para trás a um pé sobre o travão

- Tronco direito.
- Adquirir a posição parada sobre cada um dos pés, no mínimo durante dois (2) segundos.
- Perna livre em extensão em posição opcional (à frente ou atrás).

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.
- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***

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

Patinar num Círculo Fechado para Trás

- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.

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

Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé

- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.
- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***
- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***

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

Change of Edge sobre um pé

- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***
- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.

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

Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.
- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

9	92576	CDTN	APRiB	Madalena Teixeira Granjo			
	Nota	4,5	4,5	4,5	Penalização	0,3	Resultado
4,5 - Reprovado							

Travagem para trás a um pé sobre o travão

- Tronco direito.
- Adquirir a posição parada sobre cada um dos pés, no mínimo durante dois (2) segundos.
- Perna livre em extensão em posição opcional (à frente ou atrás).

Nota 0 0 0

Penalização

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.
- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***

Nota 0 0 0

Penalização

Patinar num Círculo Fechado para Trás

- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.

Nota 0 0 0

Penalização

Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé

- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.
- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***
- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***

Nota -1 -1 -1

Penalização -0,3

Change of Edge sobre um pé

- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***
- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.

Nota -1 -1 -1

Penalização

Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.
- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.

Nota 0 0 0

Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

10	91442	CDTN	APRIB	Leonor Santos Bonito				
	Nota	4,6	4,6	4,6	Penalização		Resultado	4,6 - Reprovado

Travagem para trás a um pé sobre o travão

- Tronco direito.
- Adquirir a posição parada sobre cada um dos pés, no mínimo durante dois (2) segundos.
- Perna livre em extensão em posição opcional (à frente ou atrás).

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

Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.
- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***

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

Patinar num Circulo Fechado para Trás

- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.

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

Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé

- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.
- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***
- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***

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

Change of Edge sobre um pé

- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***
- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.

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

Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.
- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***
- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

11	88435	CDTN	APRiB	Andreia Mendes Garcia				
	Nota	5,0	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para a frente

- 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.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Skating movement "taça"

- Manter o rodado durante a execução do exercício.
- Definição correta da posição, sem oscilações.
- Deslocação durante cinco (5) metros.

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

Três interior frente

- Definição clara dos rodados de entrada e saída.
- Viragem sem execução saltada.
- Não tocar com o pé livre no solo durante a execução de todo o exercício.

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

Combinação: "piquet" lateral + três exterior frente

- Execução do "piquet" com fluidez e velocidade.
- Definição clara dos rodados de entrada e saída do "Três".
- *** Viragens sem execução saltada ***

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

Combinação de três (3) saltos de ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulso - rotação - saída.
- A recepção dos três saltos deverá ser executada sobre os dois pés, paralelos e com joelhos semi fletidos.

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

Rotação nos dois pés

- *** Realizar um movimento contínuo durante as rotações, ***
- Ambos os pés em contato com a superfície.
- *** Mínimo 2 voltas após a estabilização da posição. ***

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz Nº1: Marisa Henriques

Juíz Nº2: Daniel Pereira

Juíz Nº3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

12	91443	CDTN	APRib	Vanda Rosa Vaz					
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para a frente

- 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.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Skating movement "taça"

- Manter o rodado durante a execução do exercício.
- Definição correta da posição, sem oscilações.
- Deslocação durante cinco (5) metros.

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

Três interior frente

- Definição clara dos rodados de entrada e saída.
- Viragem sem execução saltada.
- Não tocar com o pé livre no solo durante a execução de todo o exercício.

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

Combinação: "piquet" lateral + três exterior frente

- Execução do "piquet" com fluidez e velocidade.
- Definição clara dos rodados de entrada e saída do "Três".
- *** Viragens sem execução saltada ***

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

Combinação de três (3) saltos de 1/2 volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulso - rotação - saída.
- A recepção dos três saltos deverá ser executada sobre os dois pés, paralelos e com joelhos semi fletidos.

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

Rotação nos dois pés

- *** Realizar um movimento contínuo durante as rotações, ***
- Ambos os pés em contato com a superfície.
- *** Mínimo 2 voltas após a estabilização da posição. ***

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juiz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juiz Nº1: Marisa Henriques

Juiz Nº2: Daniel Pereira

Juiz Nº3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

4	82455	CDTN	APR ib	Francisca Maria Figueiredo					
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

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

Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

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

Pião vertical interior trás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***
- Tronco direito e saída bem definida.

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

5	88884	CDTN	APRIB	Catarina Rosa Matos				
	Nota	5.0	5,1	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior atrás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

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

Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhas fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

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

Pião vertical interior atrás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***
- Tronco direito e saída bem definida.

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juiz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juiz N°1: Marisa Henriques

Juiz N°2: Daniel Pereira

Juiz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

6	82453	CDTN	APR ib	Carolina Maria Figueiredo					
	Nota	4,9	5.0	5,1	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

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

Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

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

Pião vertical interior trás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***
- Tronco direito e saída bem definida.

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

7	83765	CDTN	APRIB	Leonor Reis Pinto				
	Nota	5,0	5,0	5,1	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior atrás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

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

Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhas fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

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

Pião vertical interior atrás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***
- Tronco direito e saída bem definida.

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juiz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juiz Nº1: Marisa Henriques

Juiz Nº2: Daniel Pereira

Juiz Nº3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

8	87291	CDTN	APR ib	Carolina Evangelista Frazão					
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

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

Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

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

Pião vertical interior trás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***
- Tronco direito e saída bem definida.

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

9	78589	CDTN	APR ib	Inês Silva Neves				
	Nota	5,0	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

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

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

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

Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

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

Pião vertical interior trás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***
- Tronco direito e saída bem definida.

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

Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

1	85103	CDTN	APR ib	Ana Leonor Bugada					
	Nota	5,0	5,0	5,1	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação de salchow/toe loop

- 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	0	0	0	Penalização	
------	---	---	---	-------------	--

Flip

- 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	0	0	0	Penalização	
------	---	---	---	-------------	--

Thoren

- 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	
------	---	---	---	-------------	--

Pião exterior trás ou exterior frente

- Definir a centragem do pião.
- *** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***
- Definir a posição de saída sem uso dos travões.

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

Uma sequência de movimentos arabescos (sma)

- Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.
- Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.
- Cumprir o diagrama imposto.

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

Uma step sequence (stsq)

- Execução da sequência no timing musical escolhido.
- Incluir um body movement à escolha.
- Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juíz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juíz N°1: Marisa Henriques

Juíz N°2: Daniel Pereira

Juíz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

1	79913	CDTN	APRIB	Bruna Sousinha Silva				
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Axel

- 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 com uma feature

- Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.
- *** Realizar a rotação completa dos saltos e saída regulamentar ***
- Feature a escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da World Skate ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.

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

Pião vertical com difficult position

- Entrada e centragem do pião de forma regulamentar.
- *** Difficult Position com um mínimo de 2 rotações e posição difícil bem definida, a escolher entre as apresentadas em "Rules for Artistic Skating Competitions - FREESKATING" da WS A
- Saída regulamentar.

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

Pião em baixo isolado ou combinação de 2 piões em baixo

- Definir o três exterior frente que antecede a centragem do pião, que deverá ser mantida.
- *** Realizar as rotações exigidas sem uso dos travões. ***
- Definir a posição de saída sem uso dos travões.

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

Uma step sequence (stsq)

- Execução da sequência no timing musical escolhido.
- Incluir dois body movements à escolha.
- Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juiz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juiz N°1: Marisa Henriques

Juiz N°2: Daniel Pereira

Juiz N°3: Adriana Sousa



3º Testes de Iniciação e de Disciplina 2020

Palacio dos Desportos de Torres Novas | 2020-12-19 - 2020-12-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

2	86277	CDTN	APRIB	Gabriela Pereira Brites			
	Nota	4,3	4,5	4,4	Penalização	0,3	Resultado
							4,4 - Reprovado

Axel

- 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 -1

Penalização

Combinação de 2 a 4 saltos com uma feature

- Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.
- *** Realizar a rotação completa dos saltos e saída regulamentar ***
- Feature a escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da World Skate ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.

Nota 0 1 0

Penalização

Pião vertical com difficult position

- Entrada e centragem do pião de forma regulamentar.
- *** Difficult Position com um mínimo de 2 rotações e posição difícil bem definida, a escolher entre as apresentadas em "Rules for Artistic Skating Competitions - FREESKATING" da WS A'
- Saída regulamentar.

Nota -1 -1 -1

Penalização -0,3

Pião em baixo isolado ou combinação de 2 piões em baixo

- Definir o três exterior frente que antecede a centragem do pião, que deverá ser mantida.
- *** Realizar as rotações exigidas sem uso dos travões. ***
- Definir a posição de saída sem uso dos travões.

Nota -1 -1 0

Penalização

Uma step sequence (stsq)

- Execução da sequência no timing musical escolhido.
- Incluir dois body movements à escolha.
- Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.

Nota -1 0 -1

Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias

Juiz Árbitro: Daniel Pereira

Anotador/Calculador/Data Operator: Paulo Azevedo

Juiz N°1: Marisa Henriques

Juiz N°2: Daniel Pereira

Juiz N°3: Adriana Sousa