

**SZINKRONKORCSOLYA - Minimum követelmények 2019-2020. évi szezon (Ajánlott)**

Kor	PRE-JUVENILE /ISU 7-10/	JUVENILE /ISU 10- 13/	BASIC NOVICE /ISU 10-15/	ADVANCED NOVICE /ISU 10-15/	MIXED AGE /NO AGE LIMIT/	JUNIOR /ISU 13-19/	SENIOR /ISU 15+/
	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>1. Ellökések előre, hátra egyenesen 2. Alapívek előre külső és belső (lengőláb vezetéssel) 3. Sasszé előre és hátra mindkét irányban körön 4. Koszorú előre és hátra mindkét irányban 5. Hármás mindkét irányban 6. Előre belső twizzle mindkét irányban</p> <p><b>FS elemek:</b> angyalka, fecske, ágyu vagy hold, galopp ugrás</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>5 kötelező elem:</b></p> <p>-1 Kereszteződés (Intersection) + pi (pi opcionális) -1 Pivotaló elem (Pivoting element) – Blokk -1 Vándorló elem (Travelling element) – Kör - Forgó elem (Rotating Element) – Malom - Sor elem (Linear Element) – Sor</p>	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>1. Egy lábon hullámvonal előre-hátra, mindkét lábbal 2. Előre belső hármás mindkét irányban 3. Cross-roll előre -hátra 4. Belső nyitott mohowk mindkét irányban 5. Előre belső dupla twizzle mindkét irányban</p> <p><b>FS elemek:</b> fecske, hold vagy Ina-bauer, ágyú köríven</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>5 kötelező elem:</b></p> <p>-1 Kereszteződés (Intersection) + pi (pi opcionális) -1 Pivotaló elem (Pivoting element) – Blokk -1 Vándorló elem (Travelling element) – Kör - Forgó elem (Rotating Element) – Malom - Sor elem (Linear Element) – Sor</p>	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>1. Külső zárt mohowk /mindkét irányban/ 2. Befelé counter /mindkét irányban/ 3. EB bracket /mindkét lábon/ 4. Hátra külső twizzle, belső nyitott mohowkkal-körön /mindkét irányban/ 5. Állóforgás /minimum 3 fordulattal/ 5. Fecske variációk egy élváltással, Biemann vagy más kitartott elem 6. Külső hold mindkét irányban (opcionális), Ina-bauer</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>ISU Com. 2238, 2246, 2270</b></p> <p><b>5 kötelező elem:</b></p> <p>-1 Kereszteződés (Intersection) + pi (pi opcionális) -1 Pivotaló elem (Pivoting element) – Blokk -1 Vándorló elem (Travelling element) – Kör - Forgó elem (Rotating Element) – Malom - Sor elem (Linear Element) – Sor</p>	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>Ugyanazok a lépések, melyek a basic novice kategóriában kötelezőek, kiegészítve:</p> <p>1. HB counter 2. HB és EK hurok 3. EK rocker /mindkét lábon/</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>ISU Com. 2238, 2246, 2270</b></p> <p><b>7 kötelező elem:</b></p> <p>-1 Kereszteződés (Intersection) + pi (pi opcionális) -1 Pivotaló elem (Pivoting element) – Blokk -1 Vándorló elem (Travelling element) : Kör -1 Move elem -1 No hold elem -1 twizzle elem ( twizzle sor, 2 twizzlevel,1-1 mindkét irányban kötelező) Plusz 1 elem a következő csoportból:</p> <p><b>A csoport</b> - Artistic elem : sor (line) VAGY - Artistic elem : malom</p>	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>1. Nyitott és zárt choctow /mindkét irányban - 8-ból 4 választott bemutatása/ 2. HB és EK hurok /mindkét lábon/ 3. Counterek 8-ból 4 4. Három nehéz lépés egy lábon összekötve /mindkét lábon/ 5. Tetszőlegesen választott twizzle 3 fordulattal 6. Előre külső+ Előre belső fecske élváltással 7. Külső hold, lábkihúzás vagy Biemann</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>ISU Com. 2236, 2270</b></p> <p><b>7 kötelező elem:</b></p> <p>-1 Kereszteződés (Intersection) + pi (pi opcionális) -1 Pivotaló elem (Pivoting element) – Blokk -1 Vándorló elem (Travelling element) : Kör -1 Move elem -1 No hold elem -1 twizzle elem ( twizzle sor: 2 twizzlevel, 1-1 mindkét irányban kötelező) Plusz 1 elem a következő csoportból:</p> <p><b>A csoport</b> - Artistic elem : sor (line) VAGY - Artistic elem: malom</p>	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>1. Nyitott és zárt choctow /mindkét irányban - 8-ból 4 választott bemutatása/ 2. HB és EK hurok /mindkét lábon/ 3. Counterek 8-ból 4 4. Három nehéz lépés egy lábon összekötve 5. Tetszőlegesen választott twizzle 3 fordulattal 6. Előre külső+ Előre belső fecske élváltással 7. Külső hold, lábkihúzás vagy Biemann</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>ISU Com. 2236, 2246, 2259, 2270</b></p>	<p><b>Egyéni követelmények</b></p> <p>1. Előre belső ellenhármás és hátra belső ellenhármás egy lábon összekötve 2. Hurkok mind a 4 féle 3. Counterek mind a 4 féle /mindkét lábon/ 4. 3 bonvoltult lépés egy lábon összekötve /mindkét 5. Ülőforgás vagy libelle minimum 4 fordulattal 6. Tripla -dupla twizzli kombináció ( az adott évi szabályokkal azonos kritériumok mentén) 7. Előre külső fecske két élváltással 8. Külső hold mindkét irányban, lábkihúzás (170fok) vagy Biemann</p> <p><b>Csapat követelmények (2019/20-as szezon)</b></p> <p><b>ISU Com. 2236, 2246, 2259, 2270</b></p>