

D - Kaderkriterinen weiblich Stand Juni 2016

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
D1a max.7 Jahre	1. vorwärts Übersetzen(Laufschritt) Kreis mindestens 2Runden 2. rückwärts Übersetzen Kreis mindestens 2Runden 3. Spirale/Flieger va 4. 3er Walzer in Achterform 2 Runden 5. Drehsprung von 2 Beinen rückwärts auf rückwärts am Kreis 6. 1Toeloop (1T) 7. 1Salchow (1S) 8. 1Rittberger (1Lo) 9. Standpirouette re (USp re) 10. Sitzpirouette re (SSp re)	R+L R+L R+L	R+L	Kreis an Körpergröße angepasst,Geschwindigkeit+Radius beibehalten drübersteigen nicht erwünscht, auf Kreislage/Abstöße achten Ohne anfassen, mindestens 6sec offene Spielbeinhaltung Fuß/Knie/Hüftstreckung!- beidbeinige Landung Absprung von vorwärts nicht erlaubt - aus 2 verschiedenen Ansätzen aus 2 verschiedenen Ansätzen 6 Umdrehungen (gestrecktes, leicht gebeugtes Standbein-Def.It.ISU) 4 Umdrehungen (Standbeinoberschenkel parallel zum Eis-Def. It. ISU)
D1b max. 8 Jahre mind. KK8	1. vorwärts +rückwärts Übersetzen im Wechsel mindestens 2 Runden 2. 3er Walzer in Achterform 2 Runden 3. Spirale/Flieger ve 4. Spirale/Flieger ra 5. Doppeldreier ve in Serpentinform 6. schnelle beidbeinige Drehsprünge von r auf r 7. 1Flip (1F) 8. 1Lutz (1Lz) 9. 1Axel (1A) 10. Waagepirouette re m.Fußwechsel in Standpirouette ra (CSp+Usp)	R+L R+L R+L R+L	R+L R+L R+L R+L	nach 4 Schritten wechseln, mit Auslauf beenden geschlossenen Spielbeinhaltung Ohne anfassen, mind. 6sec Ohne anfassen, mind. 6sec am Ende des Doppeldreier Standbeinhüfte hinten kurzer Eiskontakt,schneller Absprung, 3x hintereinander Landung in Auslaufhaltung korrekte Kante, 2 unterschiedliche Ansätze korrekte Kante 4/4Umdrehungen, Fußwechsel mit erkennbaren Abstoß

D - Kaderkriterinen weiblich Stand Juni 2016

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
D2a max.9 Jahre mind. KK8	1. aus dem Stand vorwärts Übersetzen in Schneckenform 2. aus dem Stand rückwärts Übersetzen in Schneckenform 3. Choctaw von ra auf ve 4. 2x Spreizsprung hintereinander+1Flip(1F) 5. Sprungkombination 1 Axel+Einfachsprung 6. Doppelsprung nach Wahl 7. 1Lutz+1Rittberger+1Rittberger (1Lz+1lo+1Lo) 8. Wechselsitzpirouette (CSSp) 9. Pirouettenkombination (CoSp) mit alle 3 Basispositionen 10. <i>Doppelaxel (2A)</i>	R+L R+L	R+L	immer größer werdende Kreise und steigendem Tempo, mit Auslauf im Gegenbogen mit Auslauf im Gegenbogen endend Spielbein in der 4. Position hinten ansetzen 1 Axel+1Rittberger(1A+1Lo) oder 1Axel+1Toeloop (1A+1T) 5/5 Umdrehungen, Ansatz nach Wahl, ohne schwierige Position (feature) je 3 U in jeder Basisposition - Eingang anders als in Übung 8 <i>optional, ohne Wertung</i>
D2b max.10 Jahre mind.KK6	1. Schrittfolge aus Dreiern,Wenden,Choctaw,Spitzenschritten,Mohawk 2. Spiralfolge mit 2 Variationen,Verbindungsschritte erlaubt 3. 2x Walley hintereinander 4. Doppelsprung nach Wahl 5. Doppelsprung nach Wahl <u>aus</u> Schritten 6. Sprungkombination doppelt+einfach 7. Wechselwaagepirouette (CCSp) 8. Himmelspirouette (LSp) 9. <i>Doppelaxel (2A)</i>		R+L	beidseitig,Verbindungsschritte erlaubt 1x mit anfassen , 1x ohne anfassen mit Standbeinwechsel,je 6sec halten verschieden zu Übung 4 verschieden zu Übung 4 und Übung 5 5/5 Umdrehungen, Ansatz nach Wahl,Knie über Spielbeinhüfte, ohne schwierige Position (feature) 6 Umdrehungen, seitlich oder rückwärts gelehnt <i>ohne Wertung</i>

D - Kaderkriterinen weiblich Stand Juni 2016

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
D3 max.11 Jahre	1. Schrittfolge aus Gegendreiern, Gegenwenden, Twizzle, Mohawk 2. Jeté + Doppelrittberger (2Lo) 3. Doppelflip (2F) oder Doppellutz (2LZ) 4. Sprungkombination aus 2 Doppelsprüngen 5. Sprungfolge aus Walley+ Walley +Euler/Thoren +Doppelsalchow (2S) 6. eingesprungene Waagepirouette (FCSp) 7. Pirouettenkombination mit Fußwechsel (CCoSp) 8. Doppelaxel (2A) 9. Dreifachsprung			beidseitig, Verbindungsschritte erlaubt Verbindung frei wählbar Augenmerk richtige Absprungkante 8 Umdrehungen, Einsprung lt. ISU-Regel auf beiden Beinen alle 3 Basisposition mit 3 U, Ansatz frei wählbar unvollendete Drehung(<) wird akzeptiert optional ohne Wertung
D3a max.12 Jahre	1. Schrittfolge mit 3 schwierigen Drehungen (lt. ISU: turns with a clear rhythm) incl. Schlingen - ohne Schlangenbogenverbindung, eine muss verschieden sein 2. Doppelflip (2F) direkt aus Schritten 3. Doppellutz (2Lz) 4. Doppelaxel (2A) oder Dreifachprung 5. eingesprungenen Sitzpirouette (FSSp) 6. Butterfly 7. Choreografie aus: 1Pirouette mit 10U +2 Doppelsprüngen aus klar erkennbaren Transitions und non listed jumps		R+L	beide Drehrichtungen; Dreier darf in der Kombination nicht enthalten sein Augenmerk richtige Absprungkante 8 Umdrehungen, Sitzposition in der Luft erkennbar Eingang auch über stars möglich, mit Drehung in Auslauf beenden max. 1 min +/- 10sec, Reihenfolge: Pirouette, Sprung, Sprung enthalten sein muss der Solosprung des KP aus der folgenden Saison, Mondvarianten müssen in den Transitions enthalten sein

D - Kaderkriterinen Stand Juni 2016

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
D4a max 13 Jahre	1. Choreografiensequenz (ChSq) 2. Doppelaxel (2A) 3. Dreifachsprung 4. Doppelflip+Doppeloeloop oder Doppelrittberger (2F+2T/2F+2Lo) 5. Doppellutz+Doppeloeloop od. Doppelrittberger (2Lz+2T/2Lz+2Lo) 6. eingesprungene Pirouettenkombination mit Fußwechsel (FCCoSp) mit schwierigem Eingang 7. Pirouette mit Umsprung			lt.ISU Regeln-volle Ausnutzung der Eisfläche,incl. Spirale Übung 2 oder 3 als Sprungkombination mit Doppelsprung Übung 4 oder 5 muss mit Doppelrittberger (2Lo) Basis zu Basisposition
D4b max. 14 Jahre	1. Sprungkombination mit Doppelaxel (2A) 2. Dreifachsprung 3. Dreifachsprung 4. 3Pirouetten(mind.L2 aus Kurzprogramm(SP) Junioren mit Verb.schritten/Transitions			unterschiedlichzu Übung 2 <u>Alternativ zu Übung 1-4:</u> eine Kür mit Doppelaxel(2A)+Dreifachsprung
D/C-Land max.15 Jahre	ausgewogene Kür mit Doppelaxel (2A) und Dreifachsprung			

Bemerkung: *D3a 1. Element + D4a ChSq* : mit /ohne Musik kann jeder LEV selbst entscheiden, **Mondvariationen müssen enthalten sein**

Zusätzlich: Sportmedizinische Untersuchung
 AT-Test **gilt bei Erreichen von 60% der Mindestpunktzahl als bestanden**