

# Håndbok kunstløp



## Innhold

1. Øvelsesutvalg	5-16
2. Oppvisning .....	17
Veiledning for bedømming .....	17
3. SPESIELLE REGLER - Kort utdrag .....	18
4. REGLER FOR AVBRYTELSER PROGRAM .....	20
Utdrag av ISU Rule 503 og 515 for alle klasser, samt Comm. 2024/2172.....	20
5. ELEMENTSKJEMA .....	22
6. HVA BEDØMMER DOMMERNE? .....	22
7. DELTAGELSE I STEVNER OG OPPVISNING.....	24
Påmelding til stevner: .....	26
Påmelding NM-LM.....	27
Utvide stevnet med nye klasser dersom maksimum antall påmeldte ikke er oppnådd.....	27
Reservelister .....	28
Begrensninger.....	28
Tidsskjema .....	28
Musikk.....	28
Påmeldingsgebyr stevner: .....	28
Påmeldingsgebyr NM-LM: .....	29
Konkurransesavvikling og tips til trenere:.....	29
Tilgang til garderobes under stevner:.....	29
Trekkningsregler;.....	29
Klubbovergang:.....	29
Startlisens: .....	30
Startlisens i utlandet:.....	30
Internasjonale klubbkonkurranser: .....	30
Deltagelse i stevner på ISUs liste .....	30
For deltagelse i mesterskapene:.....	30
For deltagelse i Norgesmesterskapet & Landsmesterskapet:.....	30
8. SALG AV KUNSTLØPMERKER .....	31
Skøyteskolemerket .....	31

Skolemerket i kunstløp .....	31
9. TESTER.....	31
SKOLEMERKER I KUNSTLØP, til bruk i skolen.....	31
SKOLEMERKET I BRONSE: .....	31
SKOLEMERKET I SØLV:.....	32
SKOLEMERKET I GULL: .....	32
SKØYTESKOLEMERKET, til bruk på skøyteskole.....	33
Aspirantnivå.....	34
GENERELL INFORMASJON OM TESTENE.....	35
10. SPESIELLE BESTEMMELSER .....	36
Fellesbestemmelser.....	36
§ 1. Reglement.....	36
§ 2. Startlisens .....	36
§ 3. Søknader om mesterskap og stevner .....	36
§ 4. Innbydelser .....	36
§ 5. Påmeldinger.....	36
§ 6. Funksjonærer.....	37
§ 7. Medaljer ved NM.....	38
Utdrag fra Spesielle Bestemmelser kunstløp .....	38
§ 15. Klasseinndelingen kunstløp .....	38
§ 16. Mesterskapene i kunstløp, generelt.....	40
§ 17. Mesterskapene i kunstløp, regler.....	40
§18 Resultater.....	42
§19 Norgescup.....	42
11.SKJEMATISK FREMSTILLING VED KLASSEBYTTE.....	44
12.KONTAKTINFO NORSKE OFFICIALS .....	45
13. UTDANNINGSSTIGER NORSKE OFFICIALS.....	47
Dommernivå .....	47
Kriterier for opprykk til de ulike nivåene.....	47
TC-nivå .....	49
Kriterier for opprykk i de ulike nivåene.....	49
TS-nivå .....	50
Kriterier for opprykk i de ulike kategoriene.....	50
Representasjonsovergang fra annen ISU-nasjon til Norge for internasjonale overdommere, dommere, tekniske kontrollere & tekniske spesialister.....	51



Aktivitetskrav og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå.....	51
DVO-nivå (Data- & Videooperatører) .....	52
Kriterier for opprykk til de ulike nivåene.....	52
Krav for opprettholdelse av nivå for DVO .....	53
14. UTTAKSKRITERIER .....	54
Generelt.....	54

FREE SKATING	Oppvisning boys & girls (6-11)	Cubs u/12 boys & girls (11-12) Cubs o/12 boys & girls (13-19)	Springs u/13 boys & girls (11-13) Springs o/13 boys & girls (13-19)								
<b>CONTENT</b>	The "oppvisningsklasse" has its own judging system and has no requirements. It is recommended that the skater follows the requirements for Cubs.	Max 5 jump elements Max 2 <u>different</u> spins of free choice - If combo spin (6) - All other spins (4) Minimum one (1) ChSq*	Max 5 jump elements ( <u>must include Axel</u> ) Max 2 <u>different</u> spins - CoSp (5)/CCoSp (8) - Spin in one position (5) or spin in one position with change of foot (4+4) StSq								
<b>CLARIFICATIONS</b>	Max 2 jump combo/seq. A jump combo/seq.* can contain only two jumps. All double jumps can only be executed twice. Only two triple or quadruple jumps can be executed twice, the second of the same abbreviation must be in combo/seq. *Please see definition for Choreo Sequence for Cubs in Clarifications.										
<b>NO. ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	---/---	8/2	8/3								
<b>NORWEGIAN RULES</b>	---	Feature: 8 rotations in basic sit position									
<b>BONUS</b>		<b>Bonus:</b> Only one bonus can be awarded per program. Only the highest valued bonus of the successfully executed jump elements will be awarded. In cases where two or more jump elements within the same bonus are successfully executed, only the first jump element will be awarded a bonus. See clarifications for more details. <b>BONUS A:</b> 3 points for a triple jump. <b>BONUS B:</b> 2 points for 2A. <b>BONUS C:</b> 1,5 points for a triple jump under-rotated or with a double three turn on the landing. <b>BONUS D:</b> 1 point for 2A under-rotated or with a double three turn on the landing. <b>BONUS F:</b> 0,5 points for three different double jumps									
<b>DEDUCTION FALL</b>	---	0,5 points	0,5 points								
<b>TIME/ MUSIC</b>	Recommendation: Max. 2 min. 30 sec. Instrumental/vocal music	Max. 2 min. 30 sec. Instrumental/vocal music	Max. 2 min. 30 sec. Instrumental/vocal music								
<b>WARM-UP</b>	5 minutes, max. 8 skaters	5 minutes, max. 8 skaters	5 minutes, max. 8 skaters								
<b>COMPONENTS</b>	---	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>PE</td> </tr> <tr> <td>3.0</td> <td>2.0</td> </tr> </table> General Factor 1.0	SS	PE	3.0	2.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>PE</td> </tr> <tr> <td>3.0</td> <td>2.0</td> </tr> </table> General Factor 1.0	SS	PE	3.0	2.0
SS	PE										
3.0	2.0										
SS	PE										
3.0	2.0										

SHORT PROGRAM	DEBS GIRLS (11-19)	DEBS BOYS (11-19)	NOVICE GIRLS (11-19)	NOVICE BOYS (11-19)																																
<b>CONTENT</b>	1A or 2A Double jump Jump combination (2+1, 2+2, 3+1, 3+2) FSSp/FCSp (5) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq	1A or 2A Double jump Jump combination (2+1, 2+2, 3+1, 3+2) FSSp/FCSp (5) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq	1A or 2A Double or triple jump Jump combination (2+2, 3+2) LSp/CSp/SSp/USp (6) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq	1A or 2A Double or triple jump Jump combination (2+2, 3+2) CCSp/CSSp/CUSp (5+5) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq																																
<b>CLARIFICATIONS</b>	<p>CCoSp/FCCoSp: only one change of foot is allowed.</p> <p>The solo jump must be of a different abbreviation than the jumps executed in the jump combination and cannot be an Axel-type jump.</p> <p>The jumps included in the jump combination must be of a different abbreviation than the solo jump and cannot include an Axel-type jump</p>																																			
<b>NO. ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	6/3	6/3	6/3	6/3																																
<b>BONUS</b>	<p><b>Bonus:</b> Only one bonus can be awarded per program. Only the highest valued bonus of the successfully executed jump elements will be awarded. In cases where two or more jump elements within the same bonus are successfully executed, only the first jump element will be awarded a bonus. See clarifications for more details.</p> <p><b>BONUS A:</b> 3 points for a triple jump.</p> <p><b>BONUS B:</b> 2 points for 2A.</p> <p><b>BONUS C:</b> 1,5 points for a triple jump under-rotated or with a double three turn on the landing.</p> <p><b>BONUS D:</b> 1 point for 2A under-rotated or with a double three turn on the landing.</p> <p><b>BONUS E:</b> 0,5 points for 2Lo, 2F and 2Lz (Debs only)</p>																																			
<b>DEDUCTION FALL</b>	0,5 points																																			
<b>TIME/ MUSIC</b>	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters																																
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> <p>General Factor 0.9</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	



FREE SKATING	DEBS GIRLS (11-19)	DEBS BOYS (11-19)	NOVICE GIRLS (11-19)	NOVICE BOYS (11-19)																																
<b>CONTENT</b>	Max. 6 jump elements (must include Axel) Max. 2 spins - Spin in one position (5) or spin in one position with change of foot (8) (flying entry is optional) - CoSp (6)/CCoSp(8) StSq	Max. 6 jump elements (must include Axel) Max. 2 spins - Spin in one position (5) or spin in one position with change of foot (8) (flying entry is optional) - CoSp (6)/CCoSp(8) StSq	Max. 6 jump elements (must include Axel) Max. 2 spins - FCSp/FSSp/FUSp (6) or FCCSp/FCSSp/FCUSp (8) -CCoSp(8) StSq	Max. 6 jump elements (must include Axel) Max. 2 spins - FCSp/FSSp/FUSp (6) or FCCSp/FCSSp/FCUSp (8) - CCoSp(8) StSq																																
<b>CLARIFICATIONS</b>	Max 2 jump comb/seq. A jump combo/seq.* can contain only two jumps. Only two triple jumps can be executed twice, the second of the same abbreviation must be in combo/seq. No quadruple jumps are allowed. Any single, double or triple jump cannot be executed more than twice in total.																																			
<b>NO. ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	9/3	9/3	9/3	9/3																																
<b>BONUS</b>	<b>Bonus:</b> Only one bonus can be awarded per program. Only the highest valued bonus of the successfully executed jump elements will be awarded. In cases where two or more jump elements within the same bonus are successfully executed, only the first jump element will be awarded a bonus. See clarifications for more details.  <b>BONUS A:</b> 3 points for a triple jump. <b>BONUS B:</b> 2 points for 2A. <b>BONUS C:</b> 1,5 points for a triple jump under-rotated or with a double three turn on the landing. <b>BONUS D:</b> 1 point for 2A under-rotated or with a double three turn on the landing. <b>BONUS E:</b> 0,5 points for 2Lo, 2F and 2Lz (Debs only)																																			
<b>DEDUCTION FALL</b>	0,5 points																																			
<b>TIME/ MUSIC</b>	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 8 skaters																																			
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.8	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	

SHORT PROGRAM	DEBS A GIRLS (11-19)	DEBS A BOYS (11-19)	NOVICE A GIRLS (11-19)	NOVICE A BOYS (11-19)																																
<b>CONTENT</b>	1A or 2A Double jump Jump combination (2+2, 3+2) FSSp/FCSp (5) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq	1A or 2A Double jump Jump combination (2+2, 3+2) FSSp/FCSp (5) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq	2A Double or triple jump Jump combination (2+2, 3+2, 2+3) LSp/CSp/SSp/USp (6) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq	2A Double or triple jump Jump combination (2+2, 3+2, 2+3) CCSp/CSSp/CUSp (5+5) CCoSp/FCCoSp (5+5) StSq																																
<b>CLARIFICATIONS</b>	<p>CCoSp/FCCoSp: only one change of foot is allowed.</p> <p>The solo jump must be of a different abbreviation than the jumps executed in the jump combination and cannot be an Axel-type jump.</p> <p>The jumps included in the jump combination must be of a different abbreviation than the solo jump and cannot include an Axel-type jump.</p>																																			
<b>ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	6/4	6/4	6/4	6/4																																
<b>BONUS</b>	<p><b>Bonus:</b> Only one bonus can be awarded per program. Only the highest valued bonus of the successfully executed jump elements will be awarded. In cases where two or more jump elements within the same bonus are successfully executed, only the first jump element will be awarded a bonus. See clarifications for more details.</p> <p><b>BONUS A:</b> 3 points for a triple jump.</p> <p><b>BONUS B:</b> 2 points for 2A.</p> <p><b>BONUS C:</b> 1,5 points for a triple jump under-rotated or with a double three turn on the landing.</p> <p><b>BONUS D:</b> 1 point for 2A under-rotated or with a double three turn on the landing.</p> <p><b>BONUS E:</b> 0,5 points for 2Lo, 2F and 2Lz (Debs A only)</p>																																			
<b>DEDUCTION FALL</b>	0,5 points	0,5 points	0,5 points	0,5 points																																
<b>TIME/ MUSIC</b>	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 20 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters																																
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.9</p>	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	



FREE SKATING	DEBS A GIRLS (11-19)	DEBS A BOYS (11-19)	NOVICE A GIRLS (11-19)	NOVICE A BOYS (11-19)																																
<b>CONTENT</b>	Max. 6 jump elements (must <u>include</u> Axel) Max. 2 spins - Spin in one position (5) or spin in one position with change of foot (8) (flying entry is optional) - CoSp (6)/CCoSp(8) StSq	Max. 6 jump elements (must <u>include</u> Axel) Max. 2 spins - Spin in one position (5) or spin in one position with change of foot (8) (flying entry is optional) - CoSp (6)/CCoSp(8) StSq	Max. 6 jump elements (must <u>include</u> 2A) Max. 2 spins - FCSp/FSSp/FUSp (6) or FCCSp/FCSSp/FCUSp (8) - CCoSp(8) StSq	Max. 6 jump elements (must <u>include</u> 2A) Max. 2 spins - FCSp/FSSp/FUSp (6) or FCCSp/FCSSp/FCUSp (8) - CCoSp(8) StSq																																
<b>CLARIFICATIONS</b>	Max 2 jump comb/seq. A jump combo/seq.* can contain only two jumps. Only two (2) triple jumps can be repeated either in a jump combination or a jump sequence. No quadruple jumps are allowed. Any single, double (including Double Axel) or triple jump cannot be executed more than twice in total.																																			
<b>ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	9/4	9/4	9/4	9/4																																
<b>BONUS</b>	<b>Bonus:</b> Only one bonus can be awarded per program. Only the highest valued bonus of the successfully executed jump elements will be awarded. In cases where two or more jump elements within the same bonus are successfully executed, only the first jump element will be awarded a bonus. See clarifications for more details. <b>BONUS A:</b> 3 points for a triple jump. <b>BONUS B:</b> 2 points for 2A. <b>BONUS C:</b> 1,5 points for a triple jump under-rotated or with a double three turn on the landing. <b>BONUS D:</b> 1 point for 2A under-rotated or with a double three turn on the landing. <b>BONUS E:</b> 0,5 points for 2Lo, 2F and 2Lz (Debs A only)																																			
<b>DEDUCTION FALL</b>	0,5 points	0,5 points	0,5 points	0,5 points																																
<b>TIME/ MUSIC</b>	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters	6 minutes, max. 8 skaters																																
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> General Factor 1.8	SS	TR	PE	IN	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	
SS	TR	PE	IN																																	
1.0	1.0	1.0	1.0																																	



SHORT PROGRAM	JUNIOR LADIES (11-19)	JUNIOR MEN (11-19)	SENIOR LADIES (11- )	SENIOR MEN (11- )																																								
<b>CONTENT</b>	2A 2F or 3F Jump combination (2+2,3+2,3+3) LSp/SSp (8) FCSp (8) CCoSp (6+6) StSq	2A or 3A 2F or 3F Jump combination (2+2, 3+2, 3+3) CSSp (6+6) FCSp (8) CCoSp (6+6) StSq	2A or 3A Triple jump Jump combination (2+2, 3+2, 3+3) LSp/SSp/CSp (8) FCSp/FSSp/FUSp (8) CCoSp (6+6) StSq	2A or 3A Triple or quad jump Jump combination (2+2,3+2,3+3,4+2,4+3) CCSp/CSSp (6+6) FCSp/FSSp/FUSp (8) CCoSp (6+6) StSq																																								
<b>CLARIFICATIONS</b>	<p>The solo jump must be of a different abbreviation than the jumps executed in the jump combination and cannot be an Axel-type jump. The jumps included in the jump combination must be of a different abbreviation than the solo jump and cannot include an Axel-type jump. The spin in one position (with or without a change of foot) must be different from the landing position of the flying spin.</p>																																											
<b>ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	7/4	7/4	7/4	7/4																																								
<b>BONUS</b>	10% bonus for the last executed jump element after half time.																																											
<b>DEDUCTION FALL</b>	1 point	1 point	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls																																								
<b>TIME/ MUSIC</b>	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																								
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters																																								
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>CO</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>CO</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 1.0</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>CO</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td> <td>TR</td> <td>PE</td> <td>CO</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 1.0</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								

FREE SKATING	JUNIOR LADIES (11-19)	JUNIOR MEN (11-19)	SENIOR LADIES (11- )	SENIOR MEN (11- )																																								
<b>CONTENT</b>	Max. 7 jump elements (must <u>include</u> Axel) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/CCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq	Max. 7 jump elements (must <u>include</u> Axel) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/CCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq	Max. 7 jump elements (must <u>include</u> Axel) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/FCoSp/CCoSp/FCCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq ChSq	Max. 7 jump elements (must <u>include</u> Axel) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/FCoSp/CCoSp/FCCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq ChSq																																								
<b>CLARIFICATIONS</b>	Max 3 jump comb/seq. A jump seq.* can contain only two jumps. One (1) combo can contain three (3) jumps Of all triple and quadruple jumps only two (2) can be executed twice. Of the two repetitions only one (1) can be a quadruple jump. Any double (including Double Axel) or triple jump cannot be executed more than twice in total.																																											
<b>ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	11/4	11/4	12/4	12/4																																								
<b>BONUS</b>	10% bonus for the 3 last executed jump elements after half time.																																											
<b>DEDUCTION FALL</b>	1 point	1 point	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls																																								
<b>TIME/ MUSIC</b>	3 min. 30 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. 30 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	4 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	4 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																								
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters																																								
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 2.0	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 2.0	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								



SHORT PROGRAM	JUNIOR A LADIES (11-19)	JUNIOR A MEN (11-19)	SENIOR A LADIES (11- )	SENIOR A MEN (11- )																																								
<b>CONTENT</b>	2A 2F or 3F Jump combination (3+2,3+3) LSp/SSp (8) FCSp (8) CCoSp (6+6) StSq	2A or 3A 2F or 3F Jump combination (3+2, 3+3) CSSp (6+6) FCSp (8) CCoSp (6+6) StSq	2A or 3A Triple jump Jump combination (3+2, 3+3) LSp/SSp/CSp (8) FCSp/FSSp/FUSp (8) CCoSp (6+6) StSq	2A or 3A Triple or quad jump Jump combination (3+2,3+3,4+2,4+3) CCSp/CSSp (6+6) FCSp/FSSp/FUSp (8) CCoSp (6+6) StSq																																								
<b>CLARIFICATIONS</b>	<p>The solo jump must be of a different abbreviation than the jumps executed in the jump combination and cannot be an Axel-type jump. The jumps included in the jump combination must be of a different abbreviation than the solo jump and cannot include an Axel-type jump. The spin in one position (with or without a change of foot) must be different from the landing position of the flying spin.</p>																																											
<b>NO. ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	7/4	7/4	7/4	7/4																																								
<b>BONUS</b>	10% bonus for the last executed jump element after half time.																																											
<b>DEDUCTION FALL</b>	1 point	1 point	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls																																								
<b>TIME/ MUSIC</b>	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	2 min. 40 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																								
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters																																								
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr> <td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 1.0</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 0.8</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr> <td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td> </tr> <tr> <td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td> </tr> </table> <p>General Factor 1.0</p>	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								



FREE SKATING	JUNIOR A LADIES (11-19)	JUNIOR A MEN (11-19)	SENIOR A LADIES (11- )	SENIOR A MEN (11- )																																								
<b>CONTENT</b>	Max. 7 jump elements ( <u>must include 2A and one triple jump</u> ) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/CCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq	Max. 7 jump elements ( <u>must include 2A and one triple jump</u> ) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/CCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq	Max. 7 jump elements (must include Axel) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/FCoSp/CCoSp/FCCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq ChSq	Max. 7 jump elements (must include Axel) Max. 3 spins - Flying spin or spin with flying entry (6) - CoSp/FCoSp/CCoSp/FCCoSp (10) - Spin in one position (6) (change of foot is optional) StSq ChSq																																								
<b>CLARIFICATIONS</b>	Max 3 jump comb/seq. A jump seq.* can contain only two jumps. One (1) combo can contain three (3) jumps. Of all triple and quadruple jumps only two (2) can be executed twice. Of the two repetitions only one (1) can be a quadruple jump. Any double (including Double Axel) or triple jump cannot be executed more than twice in total.																																											
<b>ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	11/4	11/4	12/4	12/4																																								
<b>BONUS</b>	10% bonus for the 3 last executed jump elements after half time.																																											
<b>DEDUCTION FALL</b>	1 point	1 point	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls	1 point: first/second fall, 2 points: third/fourth fall, 3 points: fifth and additional falls																																								
<b>TIME/ MUSIC</b>	3 min. 30 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	3 min. 30 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	4 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	4 min. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music																																								
<b>WARM-UP</b>	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters	6 minutes, max. 6 skaters																																								
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 2.0	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 1.6	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	<table border="1"> <tr><td>SS</td><td>TR</td><td>PE</td><td>CO</td><td>IN</td></tr> <tr><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td><td>1.0</td></tr> </table> General Factor 2.0	SS	TR	PE	CO	IN	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								
SS	TR	PE	CO	IN																																								
1.0	1.0	1.0	1.0	1.0																																								

FREE SKATING	BASIC (11-28)	VETERAN BRONZE MEN and LADIES (28-79)	VETERAN SILVER MEN and LADIES (28-79)	VETERAN GOLD MEN and LADIES (28-79)																								
<b>CONTENT</b>	Max 4 jump elements ( <u>must include Axel</u> ) Max 2 <u>different</u> spins of free choice - If combo spin (10) - All other spins (6) ChSq	Max 4. Jump elements Max. 2 spins (no flying spins): - Spin in one position (3) -Optional ( <u>4 or 6 with change of foot</u> ) No flying spin allowed -ChSq ( <u>minimum half of the ice surface</u> )	Max. 5 jump elements (must include Axel) Max. <u>2</u> spins: - 2 Optional spins ( <u>4 or 8 with change of foot</u> ) StSq	Max. 6 jump elements (must include Axel). Max. 3 spins: -CCoSp ( <u>8</u> ) -Flying spin (4) - Optional spin ( <u>4 or 8 with change of foot</u> ) StSq																								
<b>CLARIFICATIONS</b>	Max 2 jump comb/seq*. A jump combo can contain only two jumps. Only two (2) triple jumps can be repeated either in a jump combination or a jump sequence. No quadruple jumps are allowed. Any single, double (including Double Axel) or triple jump cannot be executed more than twice in total.	<u>Max. 2 jump combinations. No seq. allowed</u>  All spins must be of different abbreviations.  Each listed jump may be performed a maximum of 2 times.	<u>Max 2 jump comb/seq. A jump seq.* can contain only two jumps. One combo can contain three (3) jumps</u> All spins must be of different abbreviations. Each listed jump may be performed a maximum of 2 times.	<u>Max 3 jump comb/seq. A jump seq.* can contain only two jumps. One combo can contain three (3) jumps</u> All spins must be of different abbreviations. Each listed jump may be performed a maximum of 2 times.																								
<b>ELEMENTS/ MAX. LEVEL</b>	7/4	7/1	8/2	10/3																								
<b>BONUS</b>	-----																											
<b>DEDUCTION FALL</b>	0,5 points	1 point	1 point	1 point																								
<b>TIME/ MUSIC</b>	2 min. 50 sec. +/- 10 sec. Instrumental/vocal music	Max. 1 min. 50 sec. Instrumental/vocal music	Max. 2 min. 10 sec. Instrumental/vocal music	Max. 2 min. <u>40 sec.</u> Instrumental/vocal music																								
<b>WARM-UP</b>	5 minutes, max. 8 skaters	5 minutes, max. 8 skaters	5 minutes, max. 8 skaters	5 minutes, max. 8 skaters																								
<b>COMPONENTS</b>	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>SS</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>2.0</td> <td>2.0</td> <td>2.0</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">General Factor 1.0</p>	SS	PE	IN	2.0	2.0	2.0	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>SS</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>2.5</td> <td>1.2</td> <td>1.2</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">General Factor 1.0</p>	SS	PE	IN	2.5	1.2	1.2	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>SS</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>2.5</td> <td>1.2</td> <td>1.2</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">General Factor 1.0</p>	SS	PE	IN	2.5	1.2	1.2	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>SS</td> <td>PE</td> <td>IN</td> </tr> <tr> <td>2.5</td> <td>1.2</td> <td>1.2</td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">General Factor 1.0</p>	SS	PE	IN	2.5	1.2	1.2
SS	PE	IN																										
2.0	2.0	2.0																										
SS	PE	IN																										
2.5	1.2	1.2																										
SS	PE	IN																										
2.5	1.2	1.2																										
SS	PE	IN																										
2.5	1.2	1.2																										



### Clarifications

**Bonus** : The following bonuses reward skaters who successfully complete one of the following jump elements landed on one foot with a running edge. No bonus will be awarded if the skater falls, has a wrong (e) or unclear (!) edge on the take-off, has his/her hand or hands touching the ice on the landing, or does a step out on the landing.

**BONUS A (applicable for Cubs u12/o12, Springs u13/o13, Debs, Debs A, Novice, Novice A)**

3 points for a triple jump landed on one foot fully rotated with a running edge.

**BONUS B (applicable for Cubs u12/o12, Springs u13/o13, Debs, Debs A, Novice, Novice A)**

2 points for a 2A landed on one foot fully rotated with a running edge.

**BONUS C (applicable for Cubs u12/o12, Springs u13/o13, Debs, Debs A, Novice, Novice A)**

1,5 points for a triple jump landed on one foot under-rotated or landed on one foot with a double three turn.

**BONUS D (applicable for Cubs u12/o12, Springs u13/o13, Debs, Debs A, Novice, Novice A)**

1 point for a 2A landed on one foot under-rotated or landed on one foot with a double three turn.

**BONUS E (applicable for Debs, Debs A)**

0,5 points for 2Lo, 2F and 2Lz landed on one foot fully rotated with a running edge.

**BONUS F (applicable for Cubs u12/o12, Springs u13/o13)**

0,5 points for three different double jumps landed on one foot fully rotated with a running edge.

Only one bonus can be awarded per program. Only the highest valued bonus of the successfully executed jump elements will be awarded. In cases where two or more jump elements within the same bonus are successfully executed, only the first jump element will be awarded a bonus.

*Example 1: The skater successfully executes bonus E, and later in the program successfully executes Bonus D. In this case, only Bonus D will be awarded since it has a higher value than Bonus E. Bonus E is disregarded.*

*Example 2: The skater successfully executes bonus B, and later in the program successfully executes Bonus C. In this case, only Bonus B will be awarded since it has a higher value than Bonus C. Bonus C is disregarded.*

*Example 3: The skater successfully executes Bonus D with a 2A<, and later in the program successfully executes Bonus D with a 2A with a double three turn on the landing. In this case, Bonus D will be awarded for the 2A<. Bonus D for the second 2A with a double three turn on the landing is disregarded.*



*Example 4: The skater successfully executes Bonus E. No other bonuses are attempted. In this case, Bonus E is awarded.*

### **Jumps**

**\*Sequence:** A jump sequence consists of 2 (two) jumps of any number of revolutions, beginning with any jump, immediately followed by an Axel type jump with a direct step from the landing curve of the first jump to the take-off curve of the Axel jump.

**Jumps which do not satisfy the requirements** (including wrong number of revolutions) will receive no value, but will block a jumping box.

1A instead of a required 2A will block a jumping box and receive no value.

If a triple jump is required, but not executed, the last double jump in the program (excluding Axel type jump) will not count and receive no value.

### **Cubs**

#### **Choreo Sequence:**

The Choreo Sequence consists of any kind of movements like steps, turns, spirals, arabesques, spread eagles, Shoot the Duck, Ina Bauers, Hydroblading. In CUBS the sequence must contain at least 1 spiral with the free leg ~~extended~~ above hip level for at least 3 seconds, and one clearly identifiable additional movement. 2 spirals are allowed. Listed elements included in the Choreographic Sequence will not be called and will not occupy a box. The pattern is not restricted, but the sequence must be clearly visible. The Technical Panel identifies the Choreographic Sequence which commences with the first skating movement and is concluded with the preparation to the next element (if the Choreographic Sequence is not the last element of the program). This element has a fixed base value and will be evaluated by the judges in GOE only.

This element will have value 1,5 in Cubs and have the abbreviation ChsqC 1.

**Please check ISU Communications, ISU Regulation and ISU Technical Handbook for details.**

**Changes may occur according to ISU changes/ or printing error.**



## 2. Oppvisning

### Veiledning for bedømming

#### Generelt:

I Oppvisningsklassen vil løperens program vurderes av to personer, en teknisk spesialist og en dommer. Den tekniske spesialisten identifiserer alle elementene og vurderer vanskelighetsgrad (Levels, GOE, e og <<). Dommeren vurderer to programkomponenter: skøyteferdigheter og fremførelse. Dommeren gir to tilbakemeldinger på hva som var bra, og én tilbakemelding på hva som må jobbes mer med. Etter at programmet er gjennomført og løperen har neiet/bukket og plukket opp blomster, hentes arkene med tilbakemeldinger hos dommerne av løperen selv eller treneren.

#### Tilbakemelding på de tekniske elementene:

Den tekniske spesialisten gir en detaljert tilbakemelding av det tekniske innholdet, både for vanskelighetsgrad (Level) og kvalitet (GOE).

Eksempel på utfylt skjema:

Element	Kvalitet (GOE)	e <<	Bemerkninger
1A	-	<<	
CCoSp2	+		
ChSq1	+		
1F+1T	-	E	
SSp0	-		Ingen verdi. For høy posisjon
1S	0		
1Lo	0		
1T+1T	+		

Merk:

- Det er ikke mulig å se elementene om igjen på video (review).
- Det er mulig å oppnå til og med Level 2. Dette følger reglene slik som for Cubs.
- ChSq markeres som godkjent (1)/ikke godkjent(0). Dette følger reglene slik som for Cubs.
- Kun e for feil skjær i satsen på Flip/Lutz.
- For kvalitet (GOE) gis det kun minus (-), base (0) eller pluss (+)
- Kun << registreres
- Under bemerkninger kan spesialisten gi ekstra tilbakemeldinger hvis vedkommende finner det nødvendig.

### Tilbakemelding på programkomponentene:

Dommeren gir tilbakemeldinger på to komponenter; Performance (fremførelse) og Skating Skills (skøyteferdigheter). Dommeren vurderer selv om det bare skal gis tilbakemeldinger i skøyteferdigheter eller fremførelse eller en kombinasjon av begge.

## 3. SPESIELLE REGLER - Kort utdrag

For detaljer se ISU Regulations & ISU Comm.no. 2186

- *Kortprogrammet*; Ethvert element som påbegynnes etter maksimumstid, regnes som utelatt. Ingen ekstra poeng gis ved å forlenge programmet til et maksimum, hvis dette er unødvendig.
- *Friløpet* har en fastsatt tid, se øvelsesutvalget
- Er programmet 30 sek. eller mer kortere enn den fastsatte tid, gis ingen karakter. Ethvert element som påbegynnes etter fastsatt tid (inkludert de tillatte 10 sek. i enkelte klasser), skal ikke identifiseres fra Teknisk Panel og vil ikke ha noen verdi.
- Tiden regnes fra det øyeblikk løperen begynner å bevege seg og til løperen står helt stille ved slutten av programmet.
- Hvis løperen ikke avslutter innen den fastsatte tid, skal det trekkes 1.0 poeng for opp til hvert 5. sek. ved for langt løp (eller for kort løp (noen klasser)). Tidtageren må gi beskjed til overdommer. Hvis løperen ikke fullfører programmet, gis ingen poeng, og løperen er trukket.
- Antall elementer er fastsatt både i og i friløpet i alle klasser, mens rekkefølgen av elementer er valgfri.
- Løperen må innta startposisjonen til sitt løp (kortprogram/friløp) senest 30 sek. etter at navnet er ropt opp. Hvis tiden har utløpt og løperen fremdeles ikke har inntatt startposisjon, skal overdommer trekke poeng fra total poengsum. Hvis 1 min. har gått siden løperen ble ropt opp, og løperen ikke har inntatt startposisjon, regnes løperen som trukket. Dette gjelder også første løper i oppvarmingsgruppen.
- Hvis tempo i musikken eller kvaliteten er for dårlig, kan løperen få starte programmet fra begynnelsen, så sant overdommer blir informert innen 20 sek. etter start av programmet. Hvis musikken for eksempel hakker midt i programmet må løperen selv stoppe og gi beskjed til overdommer. Løperen kan da få starte fra der løperen stoppet. Se for øvrig regel om interruption
- Et fall; dvs. løperen mister kontroll med det resultat at hoveddelen av kroppstygden på isen støttes av en annen del av kroppen utenom stålet, dvs. hånd/hender, kne/knær, baken eller enhver del av armen.

- Ved fall; det trekkes -0,5 poeng for hvert fall i Cubs u/o 12, Springs u/o 13, Debs A, Debs, Novice A, Novice, Basic og Veteran, i Junior A og Junior trekkes det -1,0 poeng for hvert fall. Senior trekkes 1 poeng for første og andre fall, 2 poeng for tredje og fjerde og 3 poeng for fem eller flere fall.
- Løperens bekledning skal være anstendig og passende til idretts-konkurransen, og ikke skrikende/grelle eller teatralisk i design. Klærne kan reflektere musikkens karakter. Menn/gutter må ha lange bukser. Tilbehør og *props* er ikke tillatt. Pynten fra drakten må ikke falle av. Bekledning som ikke følger disse reglene, skal medføre et fratrekk på -1,0 poeng pr. program.
- Oppmuntring eller råd av noe slag, spesielt sufflering under løpet, er ikke tillatt.
- Løperen har ikke lov til å bukke/nei til publikum før løpet starter, men etter løpet er det tillatt, for å takke publikum for applausen.
- Isflaten skal være på maksimalt 60m x 30m og minimum 56m x 26m.
- *Hoppkombinasjoner* vurderes som én enhet ved å legge sammen *base* verdien til hoppene inkludert i hoppkombinasjonen.
- *Hoppsekvenser* vurderes som én enhet ved å legge sammen *base* verdien til de to hoppene multiplisert med 0,8. En hoppsekvens starter med valgfritt hopp, men må etterfølges av en axel. Det må være et direkte steg fra landingsfoten på første hopp til satsfoten på andre hopp.
- *Base* verdien (men ikke GOE) for alle hoppelementene, som utføres i andre halvdel av løpet - både i kortprogram og friløpet - vil bli multiplisert med en spesiell faktor 1,1 for å gi spesiell kredit for utføring av vanskelig hoppelementer i siste del av programmet (*kun Senior & Junior*). Siste halvdel av løpet starter i midten av maksimumstiden i kortprogrammet og midten av fastsatt tid i friløpet (uten å ta hensyn til  $\pm 10$  sek.). (Dette gjelder elektronisk versjon, det gis ikke ekstrapoeng for hopp i siste halvdel i papirversjonen).
- Arrangør kan oppfordre løpere til å sende inn musikken sin elektronisk (via epost) i forkant av stevnet. Det skal likevel være mulighet til å levere CD da arrangør plikter å kunne avspille CD i henhold til ISUs regelverk. Løperen plikter å ha med ekstra CD til konkurransen, denne bør løper/trener ha tilgjengelig under konkurransen.

## 4. REGLER FOR AVBRYTELSE PROGRAM

Utdrag ISU Rule 503 og 515, for flere detaljer se se ISU Regulations

Ved alle avbrytelser

- Løper stopper selv eller på signal fra overdommer. Programmet startes igjen der det ble avbrutt, så raskt som mulig etter at feil er rettet opp. Hvis det er løperens feil må det rettes opp innen 3 minutter, hvis ikke blir løperen trukket. Hvis feil ikke er løperens feil, for eksempel strømbrudd: Går det mer enn 10 min. etter avbrutt program før feil er rettet opp, får resten av oppvarmingsgruppen ny oppvarming på 5 minutter.

### Utdrag av ISU Rule 503 og 515 for alle klasser, samt Comm. 2024/2172

I Norge gjelder reglene for alle klasser, men med norske tilpasninger for Cubs u/o 12.

Ved avbrytelser der løper **ikke har skyld** (noe faller på isen, musikkanlegg, strøm, uvedkommende på isen etc.).

- Hvis tempo i musikken eller kvaliteten er for dårlig, kan løperen få starte programmet fra begynnelsen, så sant overdommer blir informert innen 20 sek. etter start av programmet. Hvis musikken for eksempel hakker midt i programmet må løperen selv stoppe og gi beskjed til overdommer. Løperen kan da få starte fra der løperen stoppet.
- Løper stopper selv eller på signal fra overdommer. Programmet startes fra der det ble avbrutt, så raskt som mulig etter at feil er rettet opp. Går det mer enn 10 min. etter avbrutt program før feil er rettet opp, vil berørt utøver og oppvarmingsgruppen få ny oppvarming à 6 minutter.

Ved avbrytelser der løper **selv har skyld** (skader, løperens utstyr).

- Det er ikke nødvendig å melde ifra til overdommer når feil rettes opp innen 40 sekunder etter avbrytelsen. Om løper melder ifra til overdommer innen 40 sekunder fordi hun/ han ikke kan rett opp feilen innen 40 sekunder, har hun/ han totalt 3 minutter på seg fra avbrytelsen startet. Løperen som bruker mer enn 40 sekunder (maks 3 min) på å rette opp feilen får i Cubs, Springs, Debs, Novice, Basic og Veteran 2,5 poeng i trekk, mens Junior og Senior får 5 poeng i trekk.

- Om løperen ikke melder ifra til overdommer i løpet av 40 sekunder diskvalifiseres løperen fra konkurransen.
- Overdommer skal konsultere teknisk kontrollør i forhold til hvor avbrytelsen startet. Hvis det tekniske panelet bestemmer at avbrytelsen skjedde ved inngangen til eller midt i et element, skal panelet calle elementet etter vanlige regler, og kontrollør skal informere overdommer om avgjørelsen.
- I tilfeller der løperen benytter seg av 3 minutter pause for å rette opp feil, vil løperen ikke få bonusfaktoren på 1.1 for elementer som er utført i den andre halvdel av programmet, etter at avbrytelsen er foretatt.

#### Unntak ved glemt program

I klassen Cubs kan løperen glemme programmet én gang og få starte på nytt. Programmet startes igjen fra starten eller der forglemmelsen skjedde, så raskt som mulig etter at løperen har snakket med overdommer. Overdommer kan vurdere å blåse i fløyten hvis løperen ÅPENBART har glemt programmet og ikke stopper selv. Programmet bedømmes fra det stedet løperen stoppet selv om løperen går det fra starten av andre gang. Dersom løperen glemmer programmet for andre gang, tillates ingen ny start. Løperen må fortsette programmet, eller trekke seg fra konkurransen. **Løperen vil få 1 poeng i trekk.**

Avbrytelser hvor løperen ikke utfører programmet, men ikke stopper. (Times av overdommer):

Cubs, Springs, Debs, Novice, <u>Basic og Veteran</u>	10-20 sekunder	0,5 poeng trekk
	20-30 sekunder	1,0 poeng trekk
	30-40 sekunder	1,5 poeng trekk
	40 sek.-3 min	2,5 poeng trekk
Junior og Senior	10-20 sekunder	1 poeng trekk
	20-30 sekunder	2 poeng trekk
	30-40 sekunder	3 poeng trekk
	40 sek.-3 min	5 poeng trekk

## 5. ELEMENTSKJEMA

Hver klubb har ansvar for å oppdatere elementskjema til alle løpere i klubben og legge dette inn i ISUCalc. Denne sendes til [elementsjema@n-s-f.no](mailto:elementsjema@n-s-f.no) innen 1.september før sesongstart. Dersom det er endringer utover i sesongen, skal disse endres av klubben før ny og oppdatert fil sendes til samme epost. Framgangsmåte, praktisk gjennomføring og brukerveiledning for dette finnes i den tekniske veilederen som ligger som en del av Arrangørveilederen. Den finnes her: [https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Nyttig-informasjon.aspx#elem\\_0](https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Nyttig-informasjon.aspx#elem_0)

## 6. HVA BEDØMMER DOMMERNE?

For detaljer, se [Comm. 2186](#)

### Teknisk score:

### Vanskelighetsgrad

- Elementenes verdi (egen tabell i [Comm. 2186](#))

### Kvalitet

#### Hopp

- Høyde
- Lengde
- Teknikk og ren start og landing
- Vanskelig inngang/utgang

#### Hoppkombinasjoner/sekvenser

- Den perfekte utførelsen av hoppene i relasjon til deres vanskelighets-grad. Hvert hopp må gis kreditt i samsvar med dets verdi
- Timing til musikk

#### Piruetter

- Kvalitet av de foreskrevne posisjoner
- Sterk og vel kontrollert rotasjon
- Antall omdreininger i den foreskrevne posisjon(er)
- Hurtighet i rotasjoner
- Sentrering av piruetten
- I hoppepiruetter: høyden i hoppet, posisjonen i luften og landingen
- Kreativitet og originalitet
- Timing til musikk

### Trinnsekvens

- Dype skjær, rene trinn og vendinger
- Tyngdeoverføring
- Kroppskontroll
- Energi, flyt
- Kreativitet og originalitet
- Timing til musikk

### Koreografisk sekvens

- Tyngdeoverføring
- Kroppskontroll
- Energi, flyt
- Kreativitet og originalitet
- Timing til musikk
- Utnyttelse av isen
- Tillegg i Cubs: Kvaliteten på flyverposisjon(ene)

### **Program Component Score (singel)**

#### ***Grunnleggende skøyteferdighet (skating skills)***

- Balanse, rytmisk knebøy, presisjon i fotens plassering
- Flyt og gli
- Vise dype skjær, trinn og vendinger
- Styrke/energi, fart og akselerasjon
- Mestre bevegelser i ulike retninger både forover og bakover
- Mestre å stå (gli) på én fot (one foot skating).

#### ***Sammenbindende fotarbeid og bevegelser (transitions)***

- Kontinuerlige bevegelser fra et element til et annet
- Variasjon
- Vanskelighetsgrad
- Kvalitet

#### ***Fremførelsen (performance)***

- Fysisk, emosjonell, intellektuell innlevelse
- Projisering
- Holdning og tydelige bevegelser
- Individualitet/personlighet
- Variasjoner og kontraster i energi og bevegelser

#### ***Komposisjon (composition)***

- Formål: Idé, konsept visjon og stemning
- Mønster og utnyttelse av isen
- Variert utnyttelse av rom og design av bevegelser
- Uttrykk og form (bevegelser og deler strukturert til musikkens uttrykk)
- Originalitet i komposisjonen

### **Talking av musikken**

- Bevegelser og trinn i takt med musikken (timing)
- Uttrykk av musikkens stil, karakter og rytme
- Løperens evne til å være raffinert og vise kunstnerisk håndtering av nyanser i musikken.

## **7. DELTAGELSE I STEVNER OG OPPVISNING**

**Oppvisningsklassen:** består av løpere som i løpet av kalenderåret fyller f.o.m 6 år og t.o.m. 10 år.

Løperne inviteres til å gå et oppvisningsløp, og de vil få en vurdering fra dommerne på elementene, samt en skriftlig tilbakemelding.

Hvis ønskelig kan arrangøren kan dele klassen i to grupper; Evt. kan klassen deles i to gruppert etter klubbene som er påmeldt.

- f.o.m. det året løperen fyller 6 år og t.o.m. det året løperen fyller 8 år.
- f.o.m. det året løperen fyller 9 år og t.o.m. det året løperen fyller 10 år.
- Gutter og jenter går i samme grupper, men fint hvis guttene samles på samme dag (hvis klassen går over 2 dager)

NIF har publisert nye barneidrettsbestemmelser. NSF's har tillagt presiseringer som gjelder vårt forbund. Disse ble sendt NIF som justerte og etterhvert godkjente dokumentet. NIF's justeringer får konsekvenser og begrensninger for vår oppvisningsklasse, **MEN KUN FOR LØPERE UNDER 9 ÅR.**

**a) Barn kan delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 6 år og først og fremst i egen klubb.**

*NSF's presiseringer:*

*Det viktigste for skøyteforbundet er at det skapes stor aktivitet lokalt i klubben. Dette gjelder for alle grener. Grenene i skøyteforbundet har imidlertid noen utfordringer når det gjelder tilgang på anlegg og/ eller is. Dessuten er det store geografiske forskjeller.*

*Innenfor begrepet lokale konkurranser vil det derfor være store variasjoner fra gren til gren og fra sted til sted. Noen steder vil lokale konkurranser være i egen klubb og egen krets, andre steder må klubbmiljø gjerne reise over kommune- og fylkesgrenser for å delta i lokale*



konkurranser. Generelt ønsker Skøyteforbundet at klubbene arrangerer konkurranser så nært barnas lokalmiljø som mulig og primært innen egen skøytekrets. Opptil tre ganger i året kan barn få delta i et nasjonalt arrangement. Det SKAL søkes til NSF om godkjenning for denne type deltakelse minimum en måned forut for planlagt konkurranseaktivitet. Intensjonen med denne presiseringen er at utøvere som bor på steder med begrenset lokalt konkurransetilbud, skal kunne få være med i konkurranse.

NSF kunstløp definerer **lokalt** arrangement;

Oslo og Akershus Skøytekrets

Østfold/Vestfold

Oppland/Buskerud/Hedmark Skøytekrets

Trøndelag, Nord-Norsk Skøytekrets

Rogaland, Hordaland Skøytekrets, Sørlandet

Løpere som er **under 9** år kan delta i Oppvisningsklassen tre ganger **nasjonalt** i løpet av en sesong. Det betyr altså utenfor det som defineres som **lokalt**. Løpere som skal delta må melde dette inn til NSF og få det godkjent FØR de meldes seg på et stevne **nasjonalt**.

**Elektronisk skjema for innmelding:**

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdPk5xWHGrHS\\_LAXTOFBqFggVOPF09xHg0KkiMDh7oGhCD0Zg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdPk5xWHGrHS_LAXTOFBqFggVOPF09xHg0KkiMDh7oGhCD0Zg/viewform)

**Ved eventuelle begrensninger:**

Ved oppvisningsstevner skal alltid arrangørklubbens løpere prioriteres, så naboklubber i samme krets, så de kretser som defineres som lokale. Eventuelle begrensninger/utvidelser i Oppvisningsklassen kommuniseres senest 2 dager etter påmeldingsfristen utløp. Evt. påmeldingsavgift vil da refunderes.

**Øvrige klasser:**

**Cubs under 12 år;** fra og med det kalenderåret løperen fyller 11 år.

**Cubs over 12 år;** fra og med det kalenderåret løperen fyller 12 år og inntil kalenderåret løperen fyller 19 år. Løperen bytter til Cubs over 12 år 1.januar det kalenderåret løperen fyller 12 år.

Det kalenderåret løperen fyller 11 år, vil løperen bytte fra Oppvisningsklassen til Cubs under 12 år fra 1. januar. Opprykk til evt. øvrige klasser vil kunne skje fra det kalenderåret løperen fyller 11 år.

Det er anledning for løperen å delta i KM og i stevner i Norden fra det året løperen fyller 11 år.

**Springs under 13 år;** fra og med det kalenderåret løperen fyller 11 år og inntil kalenderåret løperen fyller 13 år.

**Springs over 13 år;** fra og med det kalenderåret løperen fyller 13 år og inntil kalenderåret løperen fyller 19 år.

Deltagelse i mer omfattende stevner (LM, NM, EM og VM) er tillatt først det kalenderår løperen fyller 13 år.

### **Påmelding til stevner:**

Rutiner ved påmelding til stevner:

For vanlige nasjonale stevner er påmeldingsfristen seks uker før stevnet. En løper regnes ikke som påmeldt før påmeldingsavgiften er betalt. Påmeldingsavgiften refunderes kun hvis løperen trekker seg før påmeldingsfristen har utløpt.

Alle påmeldinger skal gå via [www.minidrett.no](http://www.minidrett.no)

Snarvei til alle påmeldinger:

[https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Terminliste.aspx#elem\\_1](https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Terminliste.aspx#elem_1)

Fra NSF's fellesbestemmelser

#### *§ 5. Påmeldinger*

*Alle påmeldinger til løp eller oppvisning skal gå gjennom eget lag, ved representasjon i utlandet også gjennom forbundet (se lovens § 21, pkt. 3. f). Løpere som bruker påmelding selv gjennom minidrett.no plikter å underrette sin egen klubb i forkant av påmeldingen.*

*Alle påmeldinger må være arrangøren i hende innen kl. 20.00 for hurtigløp og kl. 24.00 for kunstløp den dag fristen utløper. Påmeldingsgebyr sendes sammen med påmeldingen for alle påmeldte løpere. Forbundsstyret fastsetter størrelsen på påmeldingsgebyrene ved Norgesmesterskap. I kunstløp er etteranmeldelser ikke tillatt, men etteranmeldte kan settes på venteliste. Hvis løpere trekkes innen trekningen kan de erstatte trukket løper i den aktuelle konkurranseklasse. Klubbene må etteranmelde løpere i prioritert rekkefølge. Reserveplassene vil kreve dobbelt påmeldingsgebyr. Ved for stor påmelding til nasjonale/internasjonale stevner skal NSF, etter søknad fra arrangøren, eventuelt begrense deltakelsen. Dersom arrangøren eller NSF ønsker det, deler NSF løperne i nasjonale/internasjonale stevner inn i grupper.*

*Påmeldingen til Norgesmesterskap og Landsmesterskap i kunstløp skjer direkte til NSF. Påmeldingen skal være NSF i hende senest fire uker før gjeldende mesterskap.*

*Påmeldingsfristen for landsmesterskapene i hurtigløp og kunstløp skal være minimum 2 uker og maksimum 4 uker før mesterskapet.*

*Løpere som er uttatt til representasjonsoppgaver kan ikke starte i andre konkurranser på samme datoer. NSF kan gi dispensasjon fra denne bestemmelse.*

*Trekkes en påmelding tilbake før fristens utløp, tilbakebetales påmeldingsgebyret. Skjer det først etter fristens utløp, finner ingen tilbakebetaling sted.*

### **Påmelding NM-LM**

Frist for påmelding til NM-LM publiseres i invitasjonen til mesterskapet.

TKK foretar uttak av løpere rett etter siste kvalifiseringsstevne, og senest 2 uker før mesterskapet basert på regler i spesielle bestemmelser. Påmelding skjer umiddelbart etter uttaket er kjent. Påmeldingsgebyr betales ved den endelige påmeldingen. Klubbene må rangere løpere der det er påkrevet.

### **Utvide stevnet med nye klasser dersom maksimum antall påmeldte ikke er oppnådd**

Dersom antall påmeldte ikke overstiger 72 lørdag og 60 søndag kan arrangør ta med klasser som ikke er prioritert på terminlisten (merket med stjerne).

Hvis det fremdeles er plass kan klubben, hvis de ønsker, søke om å få med en klasse til hvis det er kapasitet. Søknad om hvilke(n) klasse(r) dere ønsker å utvide stevnet med sendes til teknisk komite kunstløp v/ Christine Isaksen (isaksenchristine@gmail.com) med kopi til overdommer. Arrangørklubb kan ikke utvide før dette er godkjent av TKK.

Hvis det er løpere som har ønsket å etteranmelde seg i de opprinnelig oppsatte klasser tar man med disse mot et dobbelt påmeldingsgebyr før man evt gjør en utvidelse.

Stevnet kan kun utvides etter påmeldingsfristens utløp. Påmelding av ekstraløpere etter fristens utløp skjer via Min Idrett.

Arrangør sender ut en mail til alle klubber om hvilke klasser stevnet er utvidet med og hvor mange, senest to dager etter påmeldingsfristens utløp. Dette følger "førstemann til mølla"-prinsippet og arrangør kan motta påmelding i 48 timer etter melding har gått ut til klubbene. Min Idrett har ikke begrensning på antall påmeldte, så klubben har rett til å avvise de påmeldinger som kommer etter at maks antall er overskredet selv om påmelding er mottatt innen påmeldingsfristen på 48 timer. Arrangør plikter å tilbakebetale påmeldingsavgiften til de som ikke fikk plass.

Ved stor påmelding kan stevnet utvides, med stevnestart fredag kveld, hvis dette er gjennomførbart for arrangør og panelet. Dette må evt. avklares med overdommer.

Klubbene må bruke den oppdaterte adresselisten som ligger her til enhver tid:

[https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Nyttig-informasjon.aspx#elem\\_0](https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Nyttig-informasjon.aspx#elem_0)

### **Reservelister**

Dersom en løper står på reserveliste vil det være dobbelt påmeldingsgebyr. En løper som står på reserveliste får kun plass dersom en løper trekker seg før trekning har funnet sted, eller at stevnet blir utvidet. I utgangspunktet erstattes kun løpere i samme klasse, og løper fra reservelisten kan kun aksepteres hvis det ikke påvirker tidsskjema. Men; en noviceløper kan erstatte en debsløper hvis det ikke påvirker antall løpere, oppvarmingsgrupper og eller vanninger.

### **Begrensninger**

Det kan bli begrensninger i deltagerantall ved stor påmelding dersom deltagerantall overstiger 72 løpere lørdag og 60 løpere søndag. Hvis dette er tilfelle skal TTK kontaktes (isaksenchristine@gmail.com) med kopi til overdommer. Evt. begrensninger av klasser skal offentliggjøres senest to dager etter påmeldingsfristens utløp.

### **Tidsskjema**

NSF og klubbene tar ikke økonomisk ansvar for flybilletter bestilt før tidsskjema og deltagerlister er publisert. Det skal ikke indikeres hvilke klasser som skal gå hvilke dager i invitasjonen. Det bestemmes av arrangør, i samarbeid med overdommer, etter at antall påmeldte i de ulike klassene foreligger. Tidsskjema skal publiseres senest 5 uker før stevnestart.

### **Musikk**

Alle løpere laster opp sin musikk til NSF's Stevnebase via sin profil i Min Idrett. Musikken lastes opp en gang pr. sesong. Hvis løperen endrer musikk i løpet av sesongen kan man laste opp ny versjon.

Alle løpere skal ha backup på en USB-stick merket med navn.

Rutinebeskrivelse for dette:

[https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Nyttig-informasjon.aspx#elem\\_1](https://nsf.klubb.nif.no/Kunstlop/Sider/Nyttig-informasjon.aspx#elem_1)

### **Påmeldingsgebyr stevner:**

Kr. 250,- for Oppvisningsklassen

Kr. 400,- for Cubs & Springs

Kr. 450,- for Basic & Veteran

Kr. 750,- for Debs & Novice & Junior & Senior

### **Påmeldingsgebyr NM-LM:**

Kr. 1000,- for Basic

Kr. 1500,- for Debs & Novice & Junior & Senior

### **Konkurransesavvikling og tips til trenere:**

- Tidsskjema går fortløpende frem til vanning, evt.oppstart ny konkurranseklasse. Avvik fra dette opplyses over høytaleranlegget og bestemmes av overdommer.
- Trener skal ha ekstra-CD tilgjengelig ved vantet når løperen går.
- Trener bør ha ekstra lisser, skrutrekker og nål og tråd tilgjengelig (hvis noe av utstyret må repareres.)
- Trener bør vise løperen hvem som er overdommer i panelet og hvor denne sitter i tilfelle løperen må henvende seg til overdommer ved skade eller feil på musikk etc.
- Inndeling av grupper: I utgangspunktet går alle i samme gruppe, men hvis det er over 40 deltagere, kan overdommer bestemme at de deles hvis det er hensiktsmessig mht. tidsskjema (mulighet å fordele klassen over 2 dager).

### **Tilgang til garderober under stevner:**

Under stevner fra Springs og oppover er det kun tilgang for løpere og trenere i garderoberne. For de yngre klassene, Cubs og oppvisning, har foresatte tilgang etter avtale med trener hvis det trengs hjelp med utstyr etc.

### **Trekningsregler:**

Hvis klassen skal deles på grunn av stor påmelding/tidsskjema:

Trekning av hvilke løpere som skal gå i hvilke grupper/dager gjøres av arrangør i samråd med overdommer umiddelbart etter påmeldingsfristen har gått ut og publiseres på klubbens hjemmeside. Trekning av startnummer skal gjennomføres tidligst tirsdag i konkurranseuken og senest torsdag. Startrekkefølgen skal publiseres senest kl 24:00 torsdag før stevnestart.

Det er ikke lenger trekning etter kortprogrammet, men løperne går i omvendt rekkefølge etter resultatet fra kortprogrammet.

### **Klubbovergang:**

Fristen for klubbovergang er 1. juli (se NSF's lov §21.)

Hvis løper ønsker klubbytte etter 1.juli kan løper søke dispensasjon fra denne regelen. For at NSF skal vurdere søknaden må det vedlegges:

1. Bekreftelse på at alt økonomisk er gjort opp mellom løper og medlemsklubb
2. Bekreftelse på at løper tas opp som medlem i ny klubb midt i sesongen.

### **Startlisens:**

Alle løpere må betale startlisens utstedt av NSF før deltagelse i kretsstevner, regionale/nasjonale stevner eller internasjonale stevner. Løpere som ikke har løst lisens har ikke tillatelse til å starte. Overdommer har rett til å nekte løper start.

### **Startlisens i utlandet:**

Klubbene bestemmer nå selv hvilke løpere de ønsker å sende til internasjonale klubbstevner, men NSF skal ha oversikt over hvilke norske løpere som deltar i utlandet.

Registreringsskjema (se NSF's nettside) skal sendes NSF v/

LiseRosto.Jensen@nif.idrett.no før påmelding. Det er viktig å føre opp fødselsdato og klasse.

(Se uttakskriterier kap.14)

### **Internasjonale klubbkonkurranser:**

NSF publiserer invitasjoner til internasjonale klubbkonkurranser på sine [nettsider](#).

Sjekk rutiner ved internasjonal klubbrepresentasjon i uttakskriteriene (kap. 14)

### **Deltagelse i stevner på ISUs liste**

NSF har åpnet for påmelding fra klubb på noen ISU-stevner. Se informasjon på våre [nettsider](#).

### **For deltagelse i mesterskapene:**

Mesterskapene er kun åpne for deltagere med norske statsborgerskap.

NSF kan etter søknad gi dispensasjon fra dette kravet for løpere som tilfredsstillter ISU's krav til deltagelse for Norge i ISU-mesterskap.

### **For deltagelse i Norgesmesterskapet & Landsmesterskapet:**

Se spesielle bestemmelser.

## 8. SALG AV KUNSTLØPMERKER

Salg av diplomer og merker; [www.idrettsbutikken.no](http://www.idrettsbutikken.no)

**Skøyteskolemerket** ( samme merke som Skolemerket i bronse )

Test 1 Bronsemerke

Test 2 Bronse m/hvitt

Test 3 Bronse m/gult + gult tøymerke

**Skolemerket i kunstløp**

Skolemerket i BRONSE

Skolemerket i SØLV

Skolemerket i GULL

**Diplomer** - *Gøy På isen*

## 9. TESTER

Alle testene er frivillig for klubbene å gjennomføre. Det er ikke noen rapporteringsplikt på testene.

**SKOLEMERKER I KUNSTLØP, til bruk i skolen**

(se også opplegg fra boken *GØY PÅ ISEN*)

**SKOLEMERKET I BRONSE:**

### 1. GANG FOROVER

*Krav:* Løperen må klare å gå minst 30 m uten å falle. Løperen kan gli enten på to ben eller ett ben.

### 2. PLOGSTOPP

*Krav:* Løperen må ha litt fart forover og så bremse ved å ploge.

### 3. HUKSITTENDE

*Krav:* Løperen må klare å gli minst 15 m på to ben i huksittende stilling, dvs. med lårene vannrett eller dypere.

### 4. GLI PÅ ETT BEN

*Krav:* Løperen må klare å gli minst 15 m på ett ben.

Stillingen er valgfri.

### **SKOLEMERKET I SØLV:**

#### **1. SVINGØVELSE - UTFALL**

*Krav:* Løperen må klare å gli i stillingen minst 10 m. Øvelsen tas i sirkel. Det innerste benet er bøyd, og det ytterste er strukket ut til siden, og litt bak.

#### **2. HOCKEYSTOPP**

*Krav:* Løperen må ha litt fart forover og så bremse ved å tverrstoppe skøytene i hockeystoppen.

#### **3. VENDING - TO BEN**

*Krav:* Løperen må ha litt fart forover. Så samles begge bena, og løperen snur og glir bakover på to ben. Løperen må være i balanse og gli etter vendingen.

#### **4. GANG BAKOVER**

*Krav:* Løperen må klare å gå minst 30 m uten å falle. Løperen kan gli enten på to ben eller ett ben.

#### **5. LEGGE OVER FOROVER - BEGGE VEIER**

*Krav:* Løperen må kunne legge over forover i sirkel, minst fem fraskyv på hvert ben og til begge sider.

### **SKOLEMERKET I GULL:**

#### **1. FLYVER'n FOROVER**

*Krav:* Løperen må klare å stå i flyver'n (på ett ben) minst 15 m. Det er ikke noe bestemt krav om hvor høyt benet skal være, men kroppen må være nærmere vannrett enn loddrett stilling.

#### **2. GALOPPTRINN**

*Krav:* Løperen skal kunne småhoppe galopp sidelengs bortover isflaten på piggene/tuppene og gjøre minst tre hopp.

#### **3. LEGGE OVER BAKOVER - BEGGE VEIER**

*Krav:* Løperen må klare å legge over bakover i sirkel minst fem fraskyv på hvert ben og til begge sider.

#### **4. PIRUETT**

*Krav:* Løperen må klare å rotere minst to omdreininger på ett eller to ben.



## 5. MOHAWK - VENDING

*Krav:* Løperen må ha litt fart forover og gli på ett ben. Det andre benet vris utover og bakover (Chaplin-stilling), og tyngden føres over til dette benet. Løperen glir så bakover på det nye standbenet og må være i balanse etter vendingen.

(Utdrag fra boken **GØY PÅ ISEN** – se nærmere øvelser & timeopplegg)

### **SKØYTESKOLEMERKET, til bruk på skøyteskole**

#### 1. GANG FOROVER

*Krav:* Løperen må klare å gå minst 30 m uten å falle. Løperen kan gli enten på to ben eller ett ben.

#### 2. PLOGSTOPP ELLER ANNEN BREMS

*Krav:* Løperen må ha litt fart forover og så bremse ved å ploge.

#### 3. HUKSITTENDE

*Krav:* Løperen må klare å gli minst 15 m på to ben i huksittende stilling, dvs. med lårene vannrett eller dypere.

#### 4. GLI PÅ ETT BEN

*Krav:* Løperen må klare å gli minst 15 m på ett ben.  
Stillingen er valgfri.

#### 5. GANG BAKOVER

*Krav:* Løperen må klare å gå minst 30 m uten å falle.

#### 6. MINST TRE KRINGLER

*Krav:* Løperen må opprettholde jevn rytme.

## **Aspirantnivå**

### **TEST 1**

1. Utfall begge veier forover på buer
2. Ponny-hopp; på sirkel (forøvelse til skredderhopp/Axel)
3. Vending begge veier på ett eller to ben
4. Buer forover utover; løperen skal kunne gli litt på hvert ben før man bytter ben
5. Chassé på sirkel forover og bakover; løperen skal stå på én skøyte og skyve fra med andre foten.

### **TEST 2**

1. Legge over forover - begge veier; uten pigger og med rett rygg
2. Legge over bakover - begge veier; uten pigger og med rett rygg
3. Tretallsvals utover - begge veier; rytme og vise kontroll, spesielt før 3-tallet og etter byttet av ben
4. Skredderhopp
5. Utfall bakover med én legg over i mellom. Vekten må være på det bøyde beinet i utfallet.
6. Piruett på ett eller to ben; minst 4 omdreininger
7. Flyver'n forover på bue - begge ben. Frifot i hoftehøyde i min. 2 sek.

### **TEST 3**

1. Piruett på ett ben; minst 4 omdreininger og korrekt utgang
2. Tretallsvals innover - begge veier; rytme og gli før og etter 3-tallet
3. Mohawk-trinn på sirkel - begge veier; rett rygg og vise forståelse for kroppens plassering i forhold til sirkelen (tyngdeoverføring) (innover - innover - utover - utover).
4. Salchow
5. Toeloop
6. Trinn / trinnsekvens; følgende trinn skal vises begge veier/ben og med kontroll:
  - a) Tretall forover utover
  - b) Dobbelt tretall forover utover
  - c) Dobbelt tretall forover innover
7. Slynetrinn på sirkel - begge veier; rytme og gli før og etter 3-tallet

NSF anbefaler at løpere som skal stille i konkurranse utenfor egen klubb:

- har bestått Test 3

OG i tillegg:

- behersker 4 ulike enkle hopp

- behersker kork og/eller parallell (4 omdr.)

### **GENERELL INFORMASJON OM TESTENE**

1. Regler for testene fastsettes av NSF/Teknisk ansvarlig kunstløp.
2. Klubbene avholder selv Test 1- 2 - 3.
3. Test 1 - 3 skal bedømmes av minst 2 personer; dommere/tekniske spesialister/trenere (IKKE løperens trener).
4. Det er ikke rapporteringsplikt på test 1-3, dette er til internt bruk i klubbene

Kvalifisering til mesterskapene skjer ut ifra oppnådde poeng

(se NSF's Spesielle Bestemmelser).

## 10. SPESIELLE BESTEMMELSER

### Fellesbestemmelser

#### § 1. Reglement

Alle skøyteløp som arrangeres av eller for medlemmer av NSF, må være i overensstemmelse med de for dette forbund og ISU fastsatte lover og konkurranseregler. I tilfelle tvil om fortolkning av ISUs lov og konkurranseregler legges den av det internasjonale forbund fastlagte tekst til grunn.

#### § 2. Startlisens

1. Lisensen dekker en ulykkesforsikring inngått av NSF
2. Styret har fullmakt til å fastsette lisensavgiften hvert år i samtlige konkurranseklasser.

#### § 3. Søknader om mesterskap og stevner

- Søknader om å arrangere nasjonale mesterskap må være NSF i hende innen 30. april to år før mesterskapet skal avvikles.
- Søknad om å arrangere nasjonale stevner (herunder Norgescup) må være forbundsstyret i hende innen 30. april før kommende sesong. Søknadsfristen for internasjonale stevner og mesterskap, fastsettes av forbundsstyret slik at disse tilpasses ISUs regelverk. Søknadene skal sendes om særkretsen som samordner disse. Søknaden skal inneholde nøyaktig oppgave over klasser og distanser.

#### § 4. Innbydelser

Stevneinnbydelser til internasjonale og nasjonale løp i Norge offentliggjøres på forbundets hjemmesider samt i eventuelle trykksaker (håndbøker og lignende) NSF måtte publisere. Arrangører som ikke sender inn sitt innbydelsesmanuskript innen den fristen som fastsettes av NSF, kan av forbundsstyret fratras retten til vedkommende arrangement. Søknadsfristen for internasjonale stevner og mesterskap fastsettes av forbundsstyret slik at disse tilpasses ISUs regelverk.

#### § 5. Påmeldinger

Alle påmeldinger til løp eller oppvisning skal gå gjennom eget lag, ved representasjon i utlandet også gjennom forbundet (se lovens § 21, pkt. 3. f). Løpere som bruker påmelding selv gjennom minidrett.no plikter å underrette sin egen klubb i forkant av påmeldingen.

Alle påmeldinger må være arrangøren i hende innen kl. 20.00 for hurtigløp og kl. 24.00 for kunstløp den dag fristen utløper. Påmeldingsgebyr sendes sammen med påmeldingen for alle påmeldte løpere. Forbundsstyret fastsetter størrelsen på påmeldingsgebyrene ved Norgesmesterskap. I kunstløp er etteranmeldelser ikke tillatt, men etteranmeldte kan settes på venteliste. Hvis løpere trekkes innen trekningen kan de erstatte trukket løper i den aktuelle konkurranseklasse. Klubbene må etteranmelde løpere i prioritert rekkefølge. Reserveplassene vil kreve dobbelt påmeldingsgebyr. Ved for stor påmelding til nasjonale/internasjonale stevner skal NSF, etter søknad fra arrangøren, eventuelt begrense

deltakelsen. Dersom arrangøren eller NSF ønsker det, deler NSF løperne i nasjonale/internasjonale stevner inn i grupper.

Påmeldingen til Norgesmesterskap og Landsmesterskap i kunstløp skjer direkte til NSF. Påmeldingen skal være NSF i hende senest fire uker før gjeldende mesterskap.

Påmeldingsfristen for landsmesterskapene i hurtigløp og kunstløp skal være minimum 2 uker og maksimum 4 uker før mesterskapet.

Løpere som er uttatt til representasjonsoppgaver kan ikke starte i andre konkurranser på samme datoer. NSF kan gi dispensasjon fra denne bestemmelse.

Trekkes en påmelding tilbake før fristens utløp, tilbakebetales påmeldingsgebyret. Skjer det først etter fristens utløp, finner ingen tilbakebetaling sted.

#### **§ 6. Funksjonærer**

Overdommere, startere og TD'er i nasjonale mesterskap, landskamper, Norgescup-stevner eller andre stevner hvor TKH/TKK finner det formålstjenelig, oppnevnes av NSF etter innstilling fra Dommerutvalget Hurtigløp/kunstløp;TKK

Overdommere, dommere, kontrollere, tekniske spesialister og DVO's til nasjonale mesterskap i kunstløp oppnevnes av NSF etter innstilling fra Dommerutvalget Kunstløp. TD oppnevnes av NSF.

Alle overdommere og kontrollere som blir tildelt et nasjonalt skal fylle ut stevnerapport som sendes NSF innen en uke etter stevnets avslutning.

Reise- og oppholdsutgifter betales av arrangøren, med uttak av TD, som dekkes av NSF. Kjøre godtgjørelse (etter avtale) ved bruk av egen bil dekkes etter NSF's til enhver tids gjeldende kilometersatser. Ved bruk av offentlige kommunikasjonsmidler skal tilgjengelige rabattordninger utnyttes i størst mulig grad. Utgifter til kost og overnatting godtgjøres mot regning etter avtale med arrangøren.

Ved NM/LM kunstløp gjelder egne regler, se Arrangørveileder.

## § 7. Medaljer ved NM

NSF bekoster Norgesmesterskapsmedaljene. Det deles ut gull-, sølv- og bronsemedaljer i Norgesmesterskapene til henholdsvis første, andre og tredjeplass.

For hurtigløp gjelder for øvrig følgende:

- I klassene for kvinner og menn, senior og junior, deles det ut NSF's medaljer i gull, sølv og bronse til nr. 1, 2 og 3 sammenlagt i NM allround, sammenlagt i NM sprint, og på hver distanse i NM enkeltdistanser.
- Det overrekkes krans til sammenlagtvinneren i NM allround og NM sprint, kvinner/menn og senior/junior

## Utdrag fra Spesielle Bestemmelser kunsthopp

### § 15. Klasseinndelingen kunsthopp

1. Konkurranser i kunsthopp i Norge foregår i to grupper: single kvinner, single menn.  
*Det er egne regler for isdans, parløp og syncro, ref.ISUs regelverk.*
2. Singleløpere inndeles i følgende klasser: Oppvisning, Cubs under 12, Cubs over 12, Springs under 13, Springs over 13, Debs, Debs A, Novice, Novice A, Junior, Junior A, Senior, Senior A, Basic og Veteran. For å delta i A-gruppene må man ha oppnådd minimumskrav for klassen. Alle løpere i Cubs u/o 12, Springs u/o 13, Debs, Debs A, Novice, Novice A, Junior og Junior A skal ikke ha fylt 19 år pr 1. juli ved sesongens begynnelse. Løpere over 19 år pr 1. juli er Senior A-, Senior- eller Basic-løpere. Basic har maksimumsalder 28 år, og løperne bør ha tidligere konkurranse-erfaring. Veteranklassen er åpen for alderen 28-79 år. Cubs-klassen deles i to grupper; Cubs under 12 (fra det året man fyller 11 år) og Cubs over 12 år (fra det året man fyller 12 år). I Springs deles klassen i 2 grupper: Springs under 13 (fra det året man fyller 11 år) og Springs over 13 (fra det året man fyller 13 år).
3. I Debs, Novice, Junior og Senior deles klassen og løpere som har oppnådd minimumskrav for A-gruppen i et nasjonalt stevne, rykker opp til A-gruppen.
4. Det er kun tillatt å rykke oppover i klassesystemet, med unntak av klassen Basic. Løpere kan konkurrere i ulike klasser innenfor samme sesong, med unntak av Basic. Løpere kan ikke gå inn i klassen Basic midt i sesongen. Øvelsesutvalget skal være veiledende ved klassevalg, men det anbefales at alle løpere har bestått test 3 for å kunne delta i nasjonale konkurranser.
5. For klassene Debs, Novice, Junior og Senior: Når en løper rykker opp til en ny konkurranseklasse, vil løperen stille i Debs, Novice, Junior eller Senior. Dersom løperen oppnår minimumskrav for den gjeldende A-gruppen, vil løperen konkurrere i A-gruppen fra neste konkurranse. Dersom en løper oppnår minimumskrav for den neste A-gruppen, kan løperen gå direkte opp til denne A-gruppen, for eksempel fra Debs A til Novice A.
6. Opprykk til A-gruppene skjer dersom en løper har oppnådd minimumskrav for A-gruppen i et nasjonalt stevne i løpet av sesongen. Løperens lag/klubb er ansvarlig for at løperen stiller i korrekt konkurranseklasse innenfor disse bestemmelsene.
7. En løper kan kun stille i en konkurranseklasse samme stevnehelg.

8. Aldersinndeling i klassene:

Klasse	Fra året man fyller	Til og med det året løperen fyller	Aldersgrense pr.1.juli før sesongstart
Oppvisning jenter og gutter	6 år	10 år	-
Cubs u/12 jenter og gutter	11 år	11 år	-
Cubs o/12 jenter og gutter	12 år	-	Ikke fylt 19 år
Springs u/13 jenter og gutter	11 år	12 år	-
Springs o/13 jenter og gutter	13 år	-	Ikke fylt 19 år
Basic jenter og gutter	11 år	-	Ikke fylt 28 år
Veteran kvinner og menn	28 år	-	Ikke fylt 79 år
Debs jenter og gutter	11 år	-	Ikke fylt 19 år
Debs A jenter og gutter	11 år	-	Ikke fylt 19 år
Novice jenter og gutter	11 år	-	Ikke fylt 19 år
Novice A jenter og gutter	11 år	-	Ikke fylt 19 år
Junior kvinner og menn	11 år	-	Ikke fylt 19 år
Junior A kvinner og menn	11 år	-	Ikke fylt 19 år
Senior kvinner og menn	11 år	-	-
Senior A kvinner og menn	11 år	-	-

9. Dersom det totale antallet i Cubs u/12 og o/12 utgjør 8 eller færre, vil de slås sammen til en klasse på nasjonale konkurranser. (For eksempel 1 gutt i Cubs u/12 og 2 gutter i Cubs o/12).
10. Dersom det totale antallet i Springs u/13 og o/13 utgjør 8 eller færre, vil de slås sammen til en klasse på nasjonale konkurranser. (For eksempel 1 gutt i Springs u/13 og 2 gutter i Springs o/13).

## § 16. Mesterskapene i kunstløp, generelt

Norgesmesterskapet i kunstløp arrangeres for klassene Senior A og Junior A (menn og kvinner). Landsmesterskapet i kunstløp arrangeres for klassene Basic, Debs A og Novice A (gutter og jenter).

Dispensasjoner i forbindelse med mesterskapene i kunstløp avgjøres av NSF/TK.

## § 17. Mesterskapene i kunstløp, regler

1. I Norgesmesterskapet for Senior A trekkes startrekkefølgen etter ISUs bestemmelser ved kortprogram. I friløp går løperne i omvendt rekkefølge, basert på resultater etter kortprogram. Alle kvalifiserte løpere går kortprogram og friløp. Løpere kvalifiseres inn i A-gruppen ved å oppnå minimumskrav til Senior A. En løper må delta i minst et nasjonalt stevne i Senior A for å kunne kvalifiseres til NM. Løpere rangeres etter høyeste totale tekniske poengsum oppnådd i et og samme nasjonale A-stevne gjennom sesongen. Hvis to løpere har lik total poengsum på uttakslisten, vil løperen med høyest teknisk poengsum fra friløp prioriteres.  
Dersom en løper ikke kan konkurrere i høstsesongen grunnet dokumentert sykdom/skade/andre særlige årsaker, kan løperen søke om dispensasjon. Foregående sesongs resultater vil da bli vurdert. NSF/TK kunstløp tar i god tid – senest 2 uker før mesterskapet – ut de løpere som får delta.
2. I Norgesmesterskapet for Junior A trekkes startrekkefølgen etter ISUs bestemmelser ved kortprogram. I friløp går løperne i omvendt rekkefølge, basert på resultater etter kortprogram. Alle kvalifiserte løpere går kortprogram og friløp. Løpere kvalifiseres inn i A-gruppen ved å oppnå minimumskrav til Junior A. En løper må delta i minst et nasjonalt stevne i Senior A for å kunne kvalifiseres til NM. Løpere rangeres etter høyeste totale tekniske poengsum oppnådd i et og samme nasjonale A-stevne gjennom sesongen. Hvis to løpere har lik total poengsum på uttakslisten vil løperen med høyest teknisk poengsum fra friløp prioriteres.  
Dersom en løper ikke kan konkurrere i høstsesongen grunnet dokumentert sykdom/skade/andre særlige årsaker, kan løperen søke om dispensasjon. Foregående sesongs resultater vil da bli vurdert. NSF/TK tar i god tid – senest 2 uker før mesterskapet – ut de løpere som får delta.
3. I Landsmesterskapet for Basic trekkes startrekkefølgen etter ISUs bestemmelser ved kortprogram. Denne klassen konkurrerer kun i friløp. Løpere som får delta kvalifiseres ved å oppnå minimumsgrense mht. oppnådde tekniske poeng for minst ett friløp i inneværende sesong før mesterskapet avvikles. Den tekniske poengsummen kan oppnås i et nasjonalt stevne merket med LM-kvalifisering på terminlisten. Hvis to løpere har lik total poengsum på uttakslisten vil løperen med høyest teknisk poengsum fra friløp prioriteres.  
Dersom en løper ikke kan konkurrere i høstsesongen grunnet dokumentert sykdom/skade/andre særlige årsaker, kan løperen søke om dispensasjon. Foregående sesongs resultater vil da bli vurdert.  
NSF/TK tar i god tid – senest 2 uker før mesterskapet – ut de løpere som får delta.



4. I Landsmesterskapet for Debs A og Novice A trekkes startrekkefølgen etter ISUs bestemmelser ved kortprogram. I friløp går løperne i omvendt rekkefølge, basert på resultater etter kortprogram. Alle løperne går kortprogram og friløp. Løpere kvalifiseres inn i A-gruppen ved å oppnå minimumskrav til Debs A og Novice A. En løper må delta i minst et nasjonalt stevne i Debs A eller Novice A for å kunne kvalifiseres til LM. Løpere rangeres etter høyeste totale tekniske poengsum oppnådd i et og samme nasjonale A-stevne gjennom sesongen. Hvis to løpere har lik total poengsum på uttakslisten vil løperen med høyest teknisk poengsum fra friløp prioriteres.
- Dersom en løper ikke kan konkurrere i høstsesongen grunnet dokumentert sykdom/skade/andre særlige årsaker, kan løperen søke om dispensasjon. Foregående sesongs resultater vil da bli vurdert.
- NSF/TK tar i god tid – senest 2 uker før mesterskapet – ut de løpere som får delta.
5. Minimumskrav for å rykke opp i A-gruppen vises i tabellen under. Minimumskravet må oppnås i et og samme stevne. Kvalifiseringspoeng for LM i klassen Basic vises også i tabellen under.
6. Minumumskrav

Klasse	Total teknisk poengsum kort+friløp
Basic jenter og gutter	11 (kun friløp)
Debs A jenter	27
Debs A gutter	27
Novice A jenter	30
Novice A gutter	30
Junior A kvinner	40
Junior A menn	40
Senior A kvinner	46
Senior A menn	46

7. Det vil lages en reserveliste ved uttaket til NM/LM. Ved forfall/sykdom hos de uttatte løpere vil klassen fylles opp fra reservelisten inntil kl.18.00 den siste tirsdag forut for mesterskapets start. Ved forfall fra den ordinære deltakerlisten, vil det fylles opp med neste fra reservelisten. Reservelisten vil rangeres ut fra oppnådd total teknisk poengsum gjennom sesongen og er uavhengig av klubb.

8. Antall deltagere i NM/LM, Basic går friløp, alle andre deltagere både kortprogram og friløp:

Klasse	Deltagere	Poengplasser	Klubbkvote
Basic	12	10	2
Debs A	18	13	5
Novice A	18	13	5
Junior A	18	18	-
Senior A	18	18	-

9. Klubbkvote: Løperne kvalifiserer seg til mesterskapene på beste oppnådde samlet tekniske poengsum. Klubber som ikke har kvalifiserte løpere etter at poengplassene er fylt opp, kan få med deltager på klubbkvote. Klubbkvoter tildeles løpere med høyeste total teknisk poengsum fra klubber som ikke har kvalifisert løpere på poengplasser.

### §18 Resultater

Arrangører av nasjonale og internasjonale stevner i Norge skal publisere resultatene på NSF's resultatside senest 6 timer etter konkurranseslutt.

Ved arrangementer på ISUs liste skal ISU-protokoll sendes elektronisk NSF innen en uke.

### §19 Norgescup

- Gjennom sesongen vil det arrangeres en Norgescup med kvalifisering til en avsluttende finale med 8 deltagere fra hver klasse. NM/LM er ikke en del av Norgescupen. Hvilke konkurranser det er mulig å delta for å samle poeng for Norgescupen er publisert på terminlisten. I stevner arrangert etter NM/LM vil antall poeng være noe høyere.
- En løper må delta på minst tre stevner for å registreres i Norgescupen.
- Det kåres en finalevinner i klassene Basic, Debs, Debs A, Novice, Novice A, Junior, Junior A, Senior og Senior A. I finalen vil de tre beste i hver klasse premieres. Poengoversikt og resultater publiseres på NSF's nettside fortløpende.
- NC-finalen består av kortprogram og friløp, for Basic kun friløp.
- Poeng beregnes ut i fra de tre beste plasseringene oppnådd i stevner merket med Norgescup på terminlisten.

6. Dersom en løper har deltatt i tre stevner både i Debs og Debs A, Novice og Novice A, Junior og Junior A eller Senior og Senior A, vil Norgescupresultatet fra den klassen løperen har konkurrert i sist, være det som er tellende.
7. En løper som kvalifiserer seg til finalen i en klasse, men som rykker opp til A-gruppa før finalen og ikke kvalifiserer seg i A-gruppen beholder sin kvalifisering i klassen løperen rykket opp fra.
8. I NC-finalen er det 8 i hver oppvarmingsgruppe i samtlige kategorier.
9. Ved forfall/sykdom hos de kvalifiserte løpere vil klassen fylles opp med de neste løperne på listen inntil kl.18.00 den siste tirsdag forut for finalen. Antall poeng oppnås ut i fra plassering:

Plassering	Poeng for stevner arrangert før NM/LM	Poeng for stevner arrangert etter NM/LM
1	15	17
2	13	15
3	11	13
4	9	11
5	8	9
6	7	8
7	6	7
8	5	6
9	4	5
10	3	4
11	2	3
12	1	2

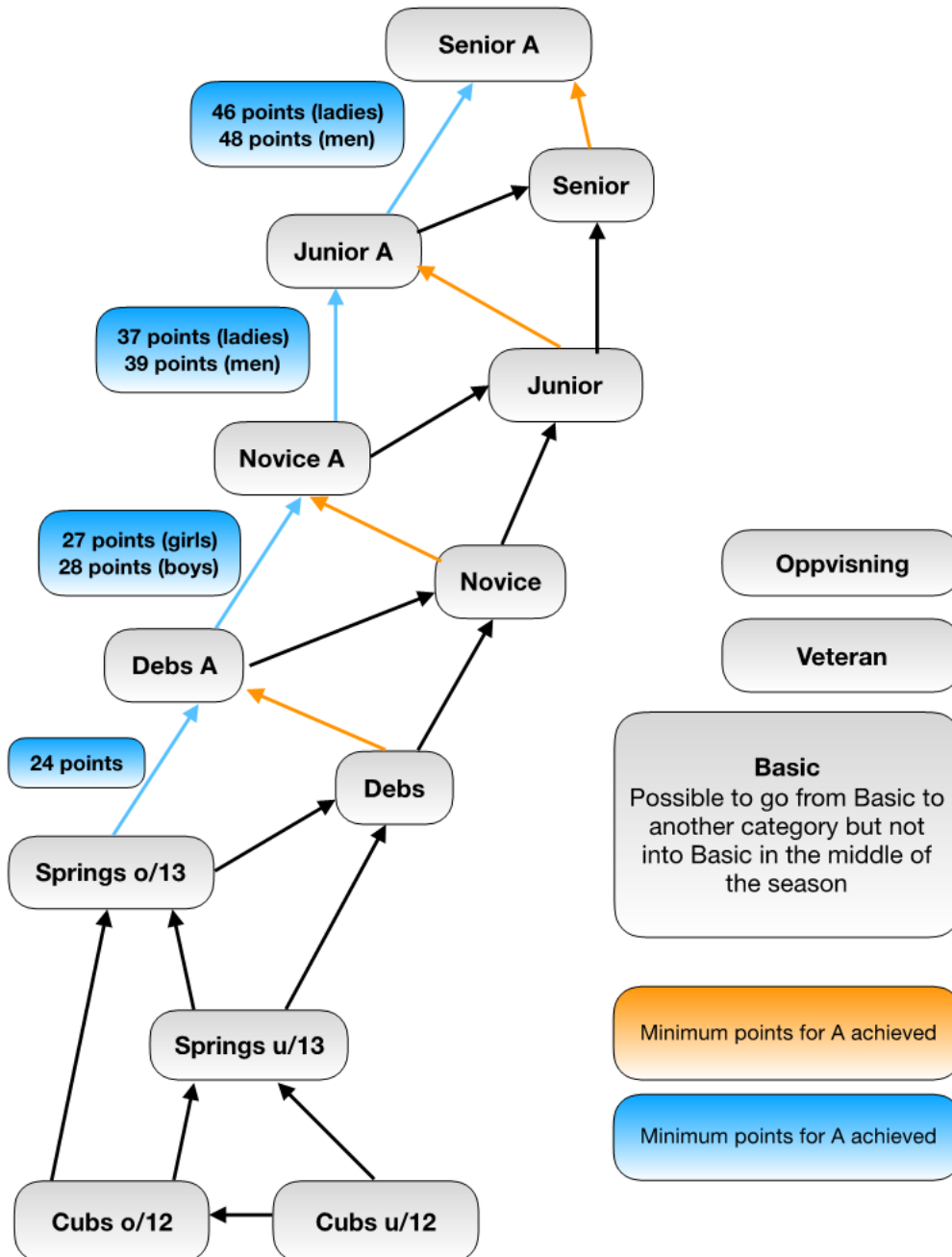
Dersom to løpere står likt etter poeng vil det deles på følgende måte:

10. Høyeste plasseringer i et stevne. Det er den med flest førsteplasser av tre stevner som går foran. Dersom det er likt, går den med den beste plasseringen av de to neste stevnene foran. Dersom samlede plasseringer i tre stevner blir likt, (f. eks 1,3,5 og 1,5,3) blir det den med høyest poengsum som går foran.


11. Dersom de tre beste plasseringene er like, går den med høyest totale poengsum i et stevne foran. Dersom dette er likt, sammenlignes de to neste poengsummene. Dersom disse er like gjøres følgende sammenligning for det siste stevnet.

Høyeste total poengsum i friløp i et stevne teller. Dersom dette er likt vil løperne dele plassering.

# 11.SKJEMATISK FREMSTILLING VED KLASSEBYTTE



## 12.KONTAKTINFO NORSKE OFFICIALS

DOMMERE			
<i>Navn</i>	<i>E-post</i>		<i>Nivå</i>
Mona Adolfsen	<a href="mailto:mona.figureskating@gmail.com">mona.figureskating@gmail.com</a>	413 34 819	6
Kari-Anne Olsen	<a href="mailto:karianne2008@gmail.com">karianne2008@gmail.com</a>	993 29 275	6
Lise Røsto Jensen	<a href="mailto:liserosto@gmail.com">liserosto@gmail.com</a>	918 46 471	6
Hege Røsto Jensen	<a href="mailto:hegerosto@gmail.com">hegerosto@gmail.com</a>	995 44 832	6
Marja Salonen	<a href="mailto:marja@montel.no">marja@montel.no</a>	934 86 577	5
Cathrine Wessel	<a href="mailto:cattaw73@gmail.com">cattaw73@gmail.com</a>	958 32 531	5
Hege Madelaine Mossige**	<a href="mailto:hegis82@hotmail.com">hegis82@hotmail.com</a>	958 71 927	5
Espen Røtterud Runås	<a href="mailto:espenrotterud@yahoo.no">espenrotterud@yahoo.no</a>	950 42 754	5
Marit Kvindesland	<a href="mailto:mk@smedvig.no">mk@smedvig.no</a>	402 11 639	4
Sara Nilsen*	<a href="mailto:sarasoldal@gmail.com">sarasoldal@gmail.com</a>	976 62 245	2
Barbara Wasson	<a href="mailto:barbara.wasson@uib.no">barbara.wasson@uib.no</a>	911 41 297	2
Kathrine Larsen	<a href="mailto:kathrine.e.larsen@gmail.com">kathrine.e.larsen@gmail.com</a>	959 60 648	2
Eilen Ørmen Kristiansen*	<a href="mailto:eilenmk@outlook.com">eilenmk@outlook.com</a>	913 23 734	1
Anna Solberg	<a href="mailto:anna.solberg@outlook.com">anna.solberg@outlook.com</a>	980 83 289	1
Martha Mellum Robertson*	<a href="mailto:martha.mellum@gmail.com">martha.mellum@gmail.com</a>	970 73 288	1
Linn Stenberg*	<a href="mailto:linnstenberg82@hotmail.com">linnstenberg82@hotmail.com</a>	996 28 394	1
Anna Emilie Hagen	<a href="mailto:anna.emilie@feldehagen.no">anna.emilie@feldehagen.no</a>	478 18 402	1
Liam Solbjerg	<a href="mailto:liamssol@gmail.com">liamssol@gmail.com</a>	948 95 141	1
Ann-Helen Hammer	<a href="mailto:annhelenh@hotmail.com">annhelenh@hotmail.com</a>	410 82 161	1
TEKNISKE KONTROLLERE			
Mona Adolfsen	<a href="mailto:mona.figureskating@gmail.com">mona.figureskating@gmail.com</a>	413 34 819	4
Kari-Anne Olsen	<a href="mailto:karianne2008@gmail.com">karianne2008@gmail.com</a>	993 29 275	4
Lise Røsto Jensen	<a href="mailto:liserosto@gmail.com">liserosto@gmail.com</a>	918 46 471	4
Cathrine Wessel	<a href="mailto:cattaw73@gmail.com">cattaw73@gmail.com</a>	958 32 531	2
Hege Røsto Jensen	<a href="mailto:hegerosto@gmail.com">hegerosto@gmail.com</a>	995 44 832	2
Espen Røtterud Runås	<a href="mailto:espenrotterud@yahoo.no">espenrotterud@yahoo.no</a>	950 42 754	2
Line Kaldestad	<a href="mailto:lkal@equinor.com">lkal@equinor.com</a>	416 35 215	2
Christine Isaksen	<a href="mailto:isaksenchristine@gmail.com">isaksenchristine@gmail.com</a>	936 06 615	2
Cathrine Hestenes	<a href="mailto:cathrine.hestenes@gmail.com">cathrine.hestenes@gmail.com</a>	993 01 698	2
TEKNISKE SPESIALISTER			
Line Kaldestad	<a href="mailto:lkal@equinor.com">lkal@equinor.com</a>	416 35 215	4
Christine Isaksen	<a href="mailto:isaksenchristine@gmail.com">isaksenchristine@gmail.com</a>	936 06 615	4
Cathrine Hestenes	<a href="mailto:cathrine.hestenes@gmail.com">cathrine.hestenes@gmail.com</a>	993 01 698	4
Hanna-Kai Barstad Goldberg	<a href="mailto:hannakaigol@gmail.com">hannakaigol@gmail.com</a>	924 84 512	2

Madeleine Lidholm Torgersen	<a href="mailto:madeleinelt@live.no">madeleinelt@live.no</a>	92404189	2
Jemima Rasmuss	<a href="mailto:jemima.rasmuss@hotmail.com">jemima.rasmuss@hotmail.com</a>	902 85 224	2
Stine Nervik Nilsen	<a href="mailto:stine.nervik.nilsen@dnb.no">stine.nervik.nilsen@dnb.no</a>	913 10 048	1
Sara Størksen Grøvan	<a href="mailto:sarasg99@gmail.com">sarasg99@gmail.com</a>	930 32 990	1
Madeleine Eriksen	<a href="mailto:madele1809@hotmail.com">madele1809@hotmail.com</a>	942 83 812	1
Una Helene Østberg	<a href="mailto:unahelene@gmail.com">unahelene@gmail.com</a>	902 63 710	1
DATA- & VIDEOOPERATØRER			
Elin Marie Ansnes	<a href="mailto:elin@ansnes.be">elin@ansnes.be</a>	415 15 838	3
Gry Kleven	<a href="mailto:gry.kleven@gmail.com">gry.kleven@gmail.com</a>	971 13 541	2
Tone Cecilie Fredriksen Lyche	<a href="mailto:tone@lyche.net">tone@lyche.net</a>	975 67 414	2
Sofie Larsen Eide	<a href="mailto:eidesofie@gmail.com">eidesofie@gmail.com</a>		2
Jon-Erik Bergh	<a href="mailto:leder@fredrikstadkunstlop.no">leder@fredrikstadkunstlop.no</a>	951 67 711	2
Una Østberg	<a href="mailto:una.helene@gmail.com">una.helene@gmail.com</a>	902 63 710	2
Andrea Hagen Øye	<a href="mailto:andrea99hagen@hotmail.com">andrea99hagen@hotmail.com</a>	913 57 190	2
Edite Reine	<a href="mailto:editere@telia.com">editere@telia.com</a>	+46707568598	2
Vibeke Morken	<a href="mailto:vimojo@online.no">vimojo@online.no</a>	917 34 383	2
Ellen Yu	<a href="mailto:ellenyu1999@hotmail.com">ellenyu1999@hotmail.com</a>	97501168	2
Merete Simonsen Buerstad	<a href="mailto:meretebuerstad@gmail.com">meretebuerstad@gmail.com</a>	41 60 16 97	2
<i>Camilla Gjersem***</i>	<a href="mailto:cagjersem@gmail.com">cagjersem@gmail.com</a>	466 10 028	2***
VIDEOOPERATØRER			
Anna Emilie Hagen	<a href="mailto:anna.emilie.hagen@gmail.com">anna.emilie.hagen@gmail.com</a>	478 18 402	1A
Mari Grøndahl	<a href="mailto:screamoheart@gmail.com">screamoheart@gmail.com</a>	994 39 554	1A
Emmy Renate Jensen	<a href="mailto:emmy.jensen@live.no">emmy.jensen@live.no</a>		1A
Ingrid Ophus Eriksen	<a href="mailto:ingrideriksen02@gmail.com">ingrideriksen02@gmail.com</a>	473 54 293	1A
Kamilla Haga Solem	<a href="mailto:kamilla.solem@yahoo.no">kamilla.solem@yahoo.no</a>	959 09 291	1A
Marit Pile	<a href="mailto:maritpile@gmail.com">maritpile@gmail.com</a>	416 87 979	1A
Madeleine Eriksen	<a href="mailto:madele1809@hotmail.com">madele1809@hotmail.com</a>	942 83 812	1A
Madeleine L.Torgersen	<a href="mailto:madeleinelt@live.no">madeleinelt@live.no</a>	924 04 189	1A
Stine Nervik Nilsen	<a href="mailto:stine.nervik.nilsen@dnb.no">stine.nervik.nilsen@dnb.no</a>	913 10 048	1A
<i>Amine Storrød***</i>	<a href="mailto:amine00@live.no">amine00@live.no</a>	482 83 242	1A***
<i>Birgitte Bortne***</i>	<a href="mailto:birgitte.bortne@gmail.com">birgitte.bortne@gmail.com</a>	957 04 391	1A***
DATAOPERATØRER			
Csaba Anderlik	<a href="mailto:csaba.anderlik@gmail.com">csaba.anderlik@gmail.com</a>	916 44 990	1B
Vilde Gustavsen	<a href="mailto:vilde.gustavsen@gmail.com">vilde.gustavsen@gmail.com</a>	474 86 428	1B
Yvonne Olstad	<a href="mailto:yvonne@akk.no">yvonne@akk.no</a>	419 06 464	1B
Kristin Slørdal	<a href="mailto:kristin.slordahl@online.no">kristin.slordahl@online.no</a>	48 15 26 79	1B

\* dømmer ikke sesongen 2018/2019

\*\* permisjon 19.11.2018-31.07.2019

\*\*\* Godkjenning når aktiv karriere er avsluttet

## 13. UTDANNINGSSTIGER NORSKE OFFICIALS

### Dommernivå

#### Kriterier for opprykk til de ulike nivåene

Nivå 1 (Cubs, Springs, Veteran, Oppvisning):

- 18-70 år
- Vært aktiv konkurranseløper
- Ikke lenger selv være aktiv kunstløper
- Gjennomført dommerkurs for nybegynnere i regi av NSF
- Sittet aspirant i minst 3 stevner med godkjent bedømming fra overdommer
- Bestått eksamen avholdt av representant fra DUK i nasjonalt stevne eller i regi av NSF etter endt sesong
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

Nivå 2 (alle klasser):

- 18-70 år
- Dømt minst 4 stevner i løpet av 1 sesong på nivå 1 med godkjent bedømming av overdommer
- Sittet aspirant på minst 3 stevner i elektronisk versjon eller bedømt tilsvarende antall stevner på dispensasjon med godkjent bedømming av overdommer
- Vurderes av DUK på bakgrunn av overdommerrapporter
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

Nivå 3 (alle klasser, overdommer papirversjon, LM):

- 20-70 år
- Dømt minst 10 nasjonale stevner i løpet av 2 sesonger, hvorav minst 5 stevner er i elektronisk versjon
- Vurderes av DUK på bakgrunn av overdommerrapporter
- Bestått eksamen avholdt av DUK under det årlige seminaret
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 4 (overdommer alle klasser, NM):

- 24-70 år
- Dømt i minst 4 sesonger med upåklagelig dømming
- Vurderes av DUK på bakgrunn av overdommerrapporter
- Bestått eksamen avholdt av DUK under det årlige seminaret
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 5 (internasjonal):

- Nomineres av DUK
- 24-70 år, men ikke eldre enn 50 år ved nominasjonen
- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig
- Upåklagelig bedømming de siste 4 sesongene
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 413, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten
- Tilleggsriterier for å bli internasjonal overdommer:
  - Nomineres av DUK
  - Rule 412 i ISU Special Regulations & Technical Rules
  - Omfattende aktivitet som overdommer i Norge de siste 4 sesongene

#### Nivå 6 (ISU):

- Nomineres av DUK
- 24-70 år
- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig
- Internasjonal dommer med upåklagelig bedømming de siste 4 sesongene
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 413, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten
- Tilleggsriterier for å bli ISU overdommer:
  - Nomineres av DUK
  - Rule 412 i ISU Special Regulations & Technical Rules
  - Omfattende aktivitet som overdommer i Norge eller internasjonalt de siste 4 sesongene



## TC-nivå

### Kriterier for opprykk i de ulike nivåene

#### Nivå 1 (Cubs, Springs, Veteran, Oppvisningsklassen):

- DUK vurderer på bakgrunn av overdommerrapporter, aktivitet og personlig egnethet.
- Gjennomført spesialist/kontrollerkurs i regi av DUK.
- 20-70 år.
- Sittet aspirant minst 3 ganger og fått godkjent sin bedømming av teknisk kontroller.
- Skriftlig og praktisk eksamen med resultat på 80% eller høyere
- Være nasjonal dommer på nivå 3 eller høyere
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 2 (alle klasser, NM/LM):

- DUK vurderer på bakgrunn av overdommerrapporter, aktivitet og personlig egnethet.
- Gjennomført spesialist/kontrollerkurs i regi av DUK.
- 20-70 år.
- Sittet aspirant minst 3 ganger og fått godkjent sin bedømming av teknisk kontroller (gjelder kun for direkte opprykk til nivå 2 fra aspirant)
- Skriftlig og praktisk eksamen med resultat på 90% eller høyere
- Være nasjonal dommer på nivå 4 eller høyere
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten
- Unntak for tekniske spesialister godkjent på Nivå 3 og 4. Disse er automatisk godkjent på Nivå 2, men kan ikke rykke opp til Nivå 3 og 4.

#### Nivå 3 (internasjonal):

- Nomineres av DUK.
- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig.
- Upåklagelig bedømming de siste 4 sesongene.
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 414, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminardeltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 4 (ISU):

- Nomineres av DUK.
- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig.
- Upåklagelig bedømming de siste 4 sesongene.
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 414, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminar deltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

### TS-nivå

#### Kriterier for opprykk i de ulike kategoriene

#### Nivå 1 (Cubs, Springs, Veteran, Oppvisningsklassen):

- 18-70 år
- Vært aktiv kunstløper på Novice-nivå eller høyere
- Ikke lenger selv være aktiv kunstløper
- Gjennomført spesialist/kontrollerkurs i regi av DUK.
- Sittet aspirant minst 3 ganger og fått godkjent sin bedømming av teknisk kontroller.
- Skriftlig og praktisk eksamen med resultat på 80% eller høyere
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminar deltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 2 (alle klasser, NM/LM):

- 18-70 år
- Vært spesialist på minst 2 stevner i løpet av 1 sesong på nivå 1 med godkjent bedømming av teknisk kontroller
- Sitte aspirant på minst 2 stevner i elektronisk versjon eller bedømt tilsvarende antall stevner på dispensasjon med godkjent bedømming av teknisk kontroller
- Nomineres til eksamen for opprykk av DUK dersom kriteriene ovenfor er oppfylt
- Skriftlig og praktisk eksamen med resultat på 90% eller høyere
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminar deltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 3 (internasjonal):

- Nomineres av DUK
- 24-70 år, men ikke eldre enn 50 år ved nominasjonen

- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig.
- Vært spesialist på Nivå 2 med upåklagelig bedømming de siste 4 sesongene.
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 415, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminar deltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 4 (ISU):

- Nomineres av DUK
- 24-70 år
- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig
- Vært spesialist på Nivå 3 med upåklagelig bedømming de siste 4 sesongene
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 415, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet og seminar deltakelse for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### **Representasjonsovergang fra annen ISU-nasjon til Norge for internasjonale overdommere, dommere, tekniske kontrollere & tekniske spesialister**

- Reglene i ISU Special Regulations & Technical Rules gjelder, i tillegg;
- Norske tilleggskriterier:
  - Norsk statsborgerskap
  - Vurderes av DUK på bakgrunn av overdommer- og kontrollerrapporter, økonomi, og forholdene ellers
  - Dømt minst 15 nasjonale stevner i løpet av 3 sesonger, hvorav minst 10 er i elektronisk versjon og minst 1 er NM/LM.
  - Må ha tilstrekkelig aktivitet for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer.
  - Vise spesielt engasjement og interesse for sporten i Norge.

#### **Aktivitetskrav og seminar deltakelse for opprettholdelse av nivå**

Følgende krav stilles til aktivitet og seminar deltakelse for å kunne opprettholde sitt nivå i henhold til de aktuelle nivåene ovenfor. Dersom en ikke innehar en ønsket aktivitet vil man kunne rykke ned et nivå eller fjernes fra stigen.

Krav til nasjonale overdommere, dommere, tekniske kontrollere og tekniske spesialister:

- delta i minst 1 av de 2 siste sesongers årlige seminar i regi av NSF
- delta som official i minst 4 nasjonale stevner de siste 2 sesongene

Tilleggskrav for internasjonale overdommere, dommere, tekniske kontrollere og tekniske spesialister:

- delta i minst 3 nasjonale stevner per sesong
- minst 1 internasjonalt stevne per sesong
- delta på ISU-seminar hver fjerde sesong

Kravene gjelder ikke dersom NSF/ISU ikke sørger for at det tilrettelegges for slik aktivitet gjennom oppsett.

Officials som ikke har kunnet tilfredsstillere kravet til aktivitet, kan gis dispensasjon av DUK etter søknad, dersom særskilte forhold ligger til grunn for manglende aktivitet.

### **DVO-nivå (Data- & Videooperatører)**

#### **Kriterier for opprykk til de ulike nivåene**

Nivå 1A Kun godkjenning som Video-operator(nasjonal):

- 16-70 år
- Vært aktiv konkurranseløper eller ha særlig interesse for sporten
- Gjennomført DVO-kurs for nybegynnere i regi av NSF, eller fått godkjenning pga aktivitet (gjelder før sesongen 2018/2019)
- Må ha tilstrekkelig aktivitet for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

Nivå 1B Kun godkjenning som Data-operator(nasjonal):

- 16-70 år
- Vært aktiv konkurranseløper eller ha særlig interesse for sporten
- Gjennomført DVO-kurs for nybegynnere i regi av NSF, eller fått godkjenning pga aktivitet (gjelder før sesongen 2018/2019)
- Må ha tilstrekkelig aktivitet for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

Nivå 2 Godkjenning som DVO (nasjonal):

- 16-70 år
- Vært aktiv konkurranseløper eller ha særlig interesse for sporten
- Gjennomført DVO-kurs for nybegynnere i regi av NSF, eller fått godkjenning pga aktivitet (gjelder før sesongen 2018/2019)
- Må ha tilstrekkelig aktivitet for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Viser engasjement og interesse for sporten

#### Nivå 3 (internasjonal/ISU):

- Nomineres av DUK
- 24-70 år
- Må være godkjent for både data og video på Nivå 2
- Gode engelskkunnskaper skriftlig og muntlig.
- Upåklagelig arbeid de siste 4 sesongene.
- Har oppfylt kriteriene i ISU Special Regulations & Technical Rules, jf. rule 410, 411, 416, 417
- Må ha tilstrekkelig aktivitet for opprettholdelse av nivå i henhold til retningslinjer
- Vise spesielt engasjement og interesse for sporten

#### **Krav for opprettholdelse av nivå for DVO**

Følgende krav stilles til aktivitet for å kunne opprettholde sitt nivå i henhold til de aktuelle nivåene ovenfor. Dersom en ikke innehar en ønsket aktivitet vil man kunne rykke ned et nivå eller fjernes fra stigen. Man kan settes inn på stigen igjen ved å ta oppdateringskurs.

#### Krav til nasjonale DVO:

- delta som dataoperatør eller video-operatør i minst 1 nasjonalt stevne i løpet av de siste 3 sesongene

Officials som ikke har kunnet tilfredsstille kravet til aktivitet, kan gis dispensasjon av DUK etter søknad, dersom særskilte forhold ligger til grunn for manglende aktivitet.

## 14. UTTAKSKRITERIER

Per august 2018 (gjelder inntil annet er publisert).

### Generelt

Sportslig vurdering ved klubbrepresentasjon i åpne klubbkonkurranser i alle ISUs medlemsland gjøres av klubbene selv, men klubbene skal bruke NSF's uttakskriterier som veiledende retningslinjer. Det opplyses i announcement om det er nasjons- eller klubbrepresentasjon i de aktuelle stevnene. Klubbene kan kun melde på selv til stevner der det er åpnet for påmelding via klubb.

NSF har åpner for påmelding via forbund i enkelte stevner dersom kriteriene er oppnådd. Toppidrettsutvalget vil sammen med forbundskontoret sette opp en oversikt over hvilke konkurranser klubbene kan søke om deltagelse i. Dette er stevner på ISUs liste hvor Norge ikke tar ut løpere, klubbene kan derfor benytte plassene.

Disse vil bli publisert på NSF's hjemmeside i to omganger:

- 1: Innen 15. august, en oversikt over konkurranser før nyttår
- 2: Innen 15. november, en oversikt over konkurranser etter nyttår

Ved søknad til NSF om deltagelse til stevner på ISUs liste må det vedlegges link til protokoll hvor kriteriene er oppnådd.

Når det gjelder uttak til internasjonale stevner gjort av NSF, vil frekvensen av representasjon med dekning være varierende.

Husk at de norske aldersbestemmelsene også gjelder i utlandet. Klubbene må selv sjekke alderen i de ulike klassene, de varierer internasjonalt.

Fra det året løperen fyller 11 år: Åpne konkurranser i Norden eller Barentsområdet.

Fra det året løperen fyller 13 år: Øvrige internasjonale konkurranser utenfor Norden eller Barentsområdet.

**Veiledning for klubbene. Løpere bør være på følgende nivå ved klubbrepresentasjon i åpne klubbkonkurranser som IKKE krever påmelding via forbund.**

Alle elementene må være godkjente uten < eller <<, og må ha GOE -1 eller bedre.

#### **Cubs jenter og gutter**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Enkel Axel
- Ett dobbelt hopp

#### **Springs jenter og gutter**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- To ulike doble hopp
- Minst en dobbel - enkel kombinasjon

#### **Debs jenter og gutter**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Tre ulike doble hopp
- Minst en dobbel – dobbel kombinasjon
- Minst en piruett eller trinnsekvens på min. level 2

#### **Novice jenter og gutter**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Fire ulike doble hopp
- Minst en dobbel - dobbel kombinasjon
- Minst en piruett eller trinnsekvens på min. level 2

#### **Junior kvinner**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Alle doble hopp, minus dobbel Axel
- Minst en dobbel – dobbel kombinasjon
- Piruetter på min. level 2

#### **Junior menn**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Alle doble hopp, inkludert dobbel Axel
- Minst en dobbel – dobbel kombinasjon
- Piruetter på min. level 2

#### **Senior kvinner**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbelt Axel
- Minst en dobbel- dobbel kombinasjon

- Piruetter min. level 2

### **Senior menn**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst et trippelt hopp
- Piruetter min. level 2

**Tekniske krav for uttak til, stevner på ISU's liste som krever påmelding fra forbund og EYOF (IKKE Nordics, se egne uttaksregler).**

EYOF følger junior kravet for kvinner og menn.

Alle elementene må være godkjente uten < eller <<, og må ha GOE -1 eller bedre.

### **Debs jenter og gutter**

**Skal i samme konkurranse, ha vist:**

- Tre ulike doble hopp
- Minst en dobbel - dobbel kombinasjon
- Minst en piruett eller trinnsekvens på min. level 2
- Ha oppnådd poengsum for A-gruppen i Debs

### **Novice jenter og gutter**

**Skal i samme konkurranse, ha vist:**

- Fire doble eller triple hopp, inkludert flipp og lutz
- Min. en dobbel – dobbel kombinasjon,
- Minst en piruett på min. level 2
- Ha oppnådd poengsum for A-gruppen i Novice.

### **Junior kvinner**

**Skal i samme konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel eller et trippelhopp
- Dobbel – dobbel kombinasjon, bestående av flipp eller lutz
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2,  
eller
- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2
- Ha oppnådd poengsum for A-gruppen i Junior

### **Junior menn**



**Skal i samme konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst et trippelt hopp
- Trippel – dobbel kombinasjon
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2,  
eller
- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2
- Ha oppnådd poengsum for A-gruppen i Junior

**Senior kvinner****Skal i samme konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst to trippelhopp - hvorav en i kombinasjon med minimum et dobbelt hopp
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2,  
eller
- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2
- Ha oppnådd poengsum for A-gruppen i Senior

**Senior menn****Skal i samme konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst tre ulike trippel hopp – hvorav en i kombinasjon med minimum et dobbelt hopp
- Vist et trippelt hopp som følger direkte etter sammenbindende trinn
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2
- Minst en trinnsekvens på min. level 2
- Ha oppnådd poengsum for A-gruppen i Senior

***Spesielle krav for uttak til Nordics***

Det stilles ikke krav til tekniske ferdigheter, men til en minimumspoengsum. Denne poengsummen må være oppnådd i gjeldende sesong i forkant av Nordics. NSF vil på denne måten etterkomme det felles nordiske ønsket og visjonen med Nordics, nemlig at alle landene skal samle sine beste til konkurranse. Poengsummene som er satt, vil bli vurdert i forkant av hver sesong.

Senior kvinner:	110 poeng
Senior menn:	120 poeng
Junior kvinner:	95 poeng
Junior menn:	100 poeng
Novice jenter:	68 poeng
Novice gutter:	70 poeng

### **Tekniske krav til uttak for deltagelse i ISUs Mesterskap, JGP/Grand Prix stevner, IOC Ungdoms OL**

Alle elementene må være godkjente uten < eller <<, og må ha GOE -1 eller bedre. Videre er det en forutsetning at løper har gode programkomponenter.

#### **JGP/Grand Prix stevner**

##### **Novice jenter og gutter**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst en dobbel – dobbel kombinasjon bestående av dobbel axel, eller en trippel – dobbel kombinasjon
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2, eller
- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2

##### **Junior kvinner**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst et trippelt hopp
- Minst en dobbel – dobbel kombinasjon bestående av dobbel axel, eller en trippel – dobbel kombinasjon
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2, eller
- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2

##### **Junior menn**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst to ulike trippel hopp
- Minst en trippel – dobbel kombinasjon
- Bør beherske tre ulike trippel hopp
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2,

eller

- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2

### **Senior kvinner**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst to ulike trippel hopp
- Minst en trippel – dobbel kombinasjon
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2,

eller

- Minst en piruett på min. level 3 og en trinnsekvens på min. level 2

### **Senior menn**

**Skal i samme program, under konkurranse, ha vist:**

- Dobbel Axel
- Minst fire ulike trippel hopp
- Minst en trippel – dobbel kombinasjon
- Minst to piruetter på min. level 3 og level 2
- Minst en trinnsekvens på min. level 2

### **Mesterskap**

#### **Junior VM/IOC Ungdoms-OL**

- ha oppnådd poengsum satt av ISU

Utøveren må ha vist solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen

#### **EM**

- ha oppnådd poengsum satt av ISU

Utøveren må ha vist solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen

#### **VM**

- ha oppnådd poengsum satt av ISU

Utøveren må ha vist solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen

#### **Uttak mesterskap dersom flere løpere har oppnådd poengkrav for deltagelse**

Beste totalscore i en ISU-listet konkurranse – oppnådd i inneværende sesong senest en uke før frist for påmelding.

Utøveren må ha vist solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen

Toppidrettsutvalget, August 2018

Hege Røsto Jensen, Kari-Anne Olsen og Aleksander Sunde Iversen



