

# Категория NOVICE SOLO DANCE

## Обязательный танец

Правило 711, параграф 1

**Group 1: # 1 Fourteenstep and # 4 European Waltz**

Оцениваются все компоненты.

Фактор программы 0.7.

## Произвольный танец

Продолжительность: 2 мин 30 сек+/- 10 сек

Хорошо сбалансированная программа состоит из следующих элементов:

- **дорожка шагов** должна быть выполнена либо по кругу, либо по прямой, либо по диагонали и должна покрывать всю поверхность ледовой площадки.
- **серия твизлов**. В каждом твизле должно быть выполнено минимум два оборота, более трех шагов между твизлами исполнять запрещено.
- **вращение** (либила+позиция сидя, либила+позиция сидя, позиция сидя+бильман), для зачета необходимо выполнить три оборота минимум в каждой позиции.
- **серия спиралей**, состоящая из двух позиций, каждая позиция выполнена по три секунды, либо одной длинной позиции со сменой ребра на шесть секунд.
- **хореографический элемент** (кораблик, инна бауэр, прыжок в шпагат, гидроблайдинг и т.д.)

Вокал разрешен.

Уровень элементов 2. Любые дополнительные элементы оцениваться не будут и будут игнорироваться технической бригадой.

Оцениваются все компоненты.

Фактор программы 1.0