

ALTERAÇÕES 2016

TESTES DISCIPLINA

PATINAGEM LIVRE

INTRODUÇÃO DO NÍVEL 5

NÍVEL 5 – PATINAGEM LIVRE

Duração do Programa: 2 min e 15 seg (+ ou – 5 seg)

A música utilizada poderá ser cantada.

ELEMENTOS IMPOSTOS:

- 1 - Axel
- 2 – Um salto duplo picado
- 3 – Uma combinação de saltos, mínimo 3 máximo 5, incluído no mínimo um salto duplo
- 4 – Um pião em avião, com o mínimo de 3 voltas
- 5 – Uma combinação de pião em avião com pião em baixo, mínimo 3 voltas em cada
- 6 – Uma sequência coreográfica de passos de nível 1, em diagonal, círculo ou serpente