

# 日本スケート連盟 2009-2010 ノービス課題

## フリー・スケートティング

### ノービス A

演技時間： 女子は 3 分間, 男子は 3 分 30 秒間(±10 秒間)

構成内容:

a) 女子では最大 6 つのジャンプ要素、男子では最大 7 つのジャンプ要素。

内 1 つはアクセル型ジャンプでなければならず、男女とも 3 つまでのジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスを含んでよい。ジャンプ・コンビネーションの中の 1 つは、3 個のジャンプを含むことができる。ジャンプ・シーケンスは構成するジャンプの数は自由であるが、最も難しい 2 つのジャンプのみが評価される。2 回転半あるいは 3 回転ジャンプは、2 種類のみを、ジャンプ・コンビネーションあるいはジャンプ・シーケンスの中で繰り返すことができる。

b) 最大 3 つの異なるスピンを含まなければならない。その内、

1 つはフライング・スピン(足換え無し、姿勢変更無し)(最小 6 回転)。

1 つは一姿勢のみのスピン。女子はレイバック姿勢(足換え無し、フライングからの入りは不可)(最小 6 回転)。男子は、キャメル姿勢またはシット姿勢(足換えは任意、フライングからの入りは不可)(最小 6 回転)。

1 つは、スピン・コンビネーション(足換えは任意、フライングからの入りは不可) (最小 10 回転)。

c) 男女とも、ステップ・シーケンスを最大 1 つ。

※スパイラル・シーケンスが含まれている場合、テクニカル・パネルは無視する。ジャッジはプログラム・コンポーネンツの採点項目の中で評価を行う。

### ノービス B

演技時間： 女子は 2 分 30 秒間, 男子は 3 分間(±10 秒間)

構成内容:

a) 女子では最大 5 つのジャンプ要素、男子では最大 6 つのジャンプ要素。

内 1 つはアクセル型ジャンプでなければならず、男女とも 2 つまでのジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスを含んでよい。ジャンプ・コンビネーションの中の 1 つは、3 個のジャンプを含むことができる。ジャンプ・シーケンスは構成するジャンプの数は自由であるが、最も難しい 2 つのジャンプのみが評価される。2 回転半あるいは 3 回転ジャンプは、2 種類のみを、ジャンプ・コンビネーションあるいはジャンプ・シーケンスの中で繰り返すことができる。

b) 最大 3 つの異なるスピンを含まなければならない。その内、

1 つはフライング・スピン(足換え無し、姿勢変更無し)(最小 6 回転)。

1 つは一姿勢のみのスピン。女子はレイバック姿勢(足換え無し、フライングからの入りは不可)(最小 6 回転)。男子は、キャメル姿勢またはシット姿勢(足換えは任意、フライングからの入りは不可)(最小 6 回転)。

1 つは、スピン・コンビネーション(足換えは任意、フライングからの入りは不可) (最小 10 回転)。

c) 女子は、スパイラル・シーケンスを最大 1 つ。

男子は、ステップ・シーケンスを最大 1 つ。

附則 ISU Comm.1445 の発表を受け、異なるスピンの説明を明確にした。(2007 年 5 月 27 日)

附則 規程 2008 でのジュニア FS の要素数の変更を受け、ノービス A の要素数を削減した。(2008 年 7 月 21 日)

附則 ISU Comm.1397 のスピンの規定と矛盾しないように変更した。(2009 年 5 月 9 日)