

D - Kaderkriterinen männlich

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

D - Kaderkriterinen männlich

| Alter | Inhalte | Drehr. | Fuß | Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale |
|----------------------------------|--|------------|------------|--|
| D2a max.10 Jahre mind. KK8 | 1. aus dem Stand vorwärts Übersetzen in Schneckenform 2. aus dem Stand rückwärts Übersetzen in Schneckenform 3. Choctaw von ra auf ve 4. 2x Spreizsprung hintereinander+1Flip(1F) 5. Sprungkombination 1 Axel+Einfachsprung 6. Doppelsprung nach Wahl 7. 1Lutz+1Rittberger+1Rittberger (1Lz+1lo+1Lo) 8. Wechselsitzpirouette (CSSp) 9. Pirouettenkombination (CoSp) mit alle 3 Basispositionen 10. <i>Doppelaxel (2A)</i> | R+L R+L | R+L | immer größer werdende Kreise und steigendem Tempo mit Auslauf im Gegenbogen endend Spielbein in der 4. Position hinten ansetzen 1 Axel+1Rittberger(1A+1Lo) oder 1Axel+1Toeloop (1A+1T) 5/5 Umdrehungen,Ansatz nach Wahl je 3 U in jeder Basisposition - Eingang anders als in Übung 8 <i>optional,ohne Wertung</i> |
| D2b max.11 Jahre mind.KK6 | 1. Schrittfolge aus Dreiern,Wenden,Choctaw,Spitzenschritten,Mohawk 2. Spiralfolge mit 2 schwierigen Variationen,Verbindungsschritte erlaubt 3. 2x Walley hintereinander 4. Doppelsprung nach Wahl 5. Doppelsprung nach Wahl <u>aus</u> Schritten 6. Sprungkombination doppelt+einfach 7. Wechselwaagepirouette (CCSp) 8. Pirouette in Basisposition mit 1 schwierigen Variation 9. <i>Doppelaxel (2A)</i> | | R+L R+L | beidseitig,Verbindungsschritte erlaubt 1x mit anfassen, 1x ohne, mit Standbeinwechsel,je 6 sec halten verschieden zu Übung 4 verschieden zu Übung 4 und 5 5/5 UmdrehungenAnsatz nach Wahl,Knie über Spielbeinhüfte 6 Umdrehungen <i>ohne Wertung</i> |

D - Kaderkriterinen männlich

| Alter | Inhalte | Drehr. | Fuß | Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale |
|---------------------|---|--------|-----|--|
| D3 max.12 Jahre | 1. Schrittfolge aus Gegendreiern,Gegenwenden,Twizzle,Mohawk 2. Jeté + Doppelrittberger (2Lo) 3. Doppelflip (2F) oder Doppellutz (2LZ) 4. Sprungkombination aus 2 Doppelsprüngen 5. Walley+ Walley +Euler/Thoren +Doppelsalchow (2S) 6. eingesprungene Waagepirouette (FCSp) 7. Pirouettenkombination mit Fußwechsel (CCoSp) 8. Doppelaxel (2A) 9. Dreifachsprung | | | beidseitig,Verbindungsschritte erlaubt Verbindung frei wählbar Augenmerk richtige Absprungkante 8 Umdrehungen, Einsprung lt.ISU-Regel auf beiden Beinen alle 3 Basisposition mit 3 U, Ansatz frei wählbar unvollendete Drehung(<) wird akzeptiert/ alternativ: 3er Sprungkombination optional ohne Wertung |
| D3a max.13 Jahre | 1. Schrittfolge mit 3 schwierigen Drehungen(lt.ISU: turns with a clear rhythm) incl.Schlingen - ohne Schlangenbogenverbindung, eine muss verschieden sein 3. Doppellutz (2Lz) 3. Doppelflip+Doppeltoeloop oder Doppelrittberger (2F+2T/2F+2Lo) 4. Doppelaxel (2A) oder Dreifachprung 5. eingesprungenen Sitzpirouette (FSSp) 6. Butterfly 7. Choreografie aus: 1Pirouette mit 10U +2 Doppelsprüngen aus klar erkennbaren Transitions und non listed jumps | | R+L | beide Drehrichtungen; Dreier darf in der Kombination nicht enthalten sein keine D in quick turns! Augenmerk richtige Absprungkante alternativ: 3er Sprungkombination mit 2 versch.Doppelsprüngen 8 Umdrehungen, Sitzposition in der Luft erkennbar Eingang auch über stars möglich, mit Drehung in Auslauf beenden max. 1 min +/- 10sec |

D - Kaderkriterinen männlich

| Alter | Inhalte | Drehr. | Fuß | Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale |
|----------------------|--|--------|-----|---|
| D4a max 14 Jahre | 1. Choreografiensequenz (ChSq) 2. Doppelaxel (2A) 3. Dreifachsprung 4. Doppellutz+Doppeltoeloop od. Doppelrittberger (2Lz+2T/2Lz+2Lo) 6. eingesprungene Pirouettenkombination mit Fußwechsel (FCCoSp) 6. Pirouette mit schwierigen Umsprung 7. eingesprungene Pirouettenkombination mit Fußwechsel (FCCoSp) mit schwierigerem Eingang 8.. 3Pirouetten(mind.L2) Kurzprogramm(SP) Junioren mit Verb.schritten/Transitions | | | lt.ISU Regeln-volle Ausnutzung der Eisfläche Übung 2 oder 3 als Sprungkombination mit Doppelsprung alternativ: 3er Sprungkombination mit Basevalue von mind. 4,9Pkt. Übung 3 oder 4 muss mit 2Lo sein Basis zu Basisposition |
| D4b max. 15 Jahre | 1. Sprungkombination mit Doppelaxel (2A) 2. Dreifachsprung 3. Dreifachsprung 4. ausgewogene Kür mit 2A und 3fach Sprung | | | untersch.zu Übung 2 od. alternativ Übung 2 als Sprungkombination |

Bemerkungen:

1. am Ende der Prüfung kann als "Bonuselement" 1 zusätzliches Element nach Wahl gezeigt werden
2. ab D3a kann 1 Joker für ein Element gezogen werden, dies fällt dann aus der Wertung
3. 2 Jahre Übergangszeit ab Kategorie D3a

Zusätzlich:

Sportmedizinische Untersuchung
 AT-Test