



Norges Skøyteforbund

Elementkonkurransen- regler

- Løperne har 4 min oppvarming på is før hver runde
- Det er to konkurranseklasser: Debs/Novice og Junior/Senior. Jenter/gutter og kvinner/menn konkurrerer i samme klasse.
- Det er max 8 løpere på isen samtidig, løperne må holde seg på isen under runden, men må trekke mot vantet når den utøvende løperen er i aksjon.
- Hvert element utføres en gang, alle løpere får prøve alle runder. Alle løpere i samme klasse (for eksempel debs/novice) gjør runde 1 før man går videre til runde 2.
- De tre dommerne samarbeider om å sette GOE. Overdommer har det siste ordet ved uenighet.
- Teknisk panel bedømmer som vanlig.
- Elementene dømmes som i kortprogram; med fastsatte elementer. Eks.: 3T er krav, løperen gjør kun 2T. Elementet vil da få GOE-3

NB! Da det er første gang vi prøver denne konkurranseformen, så tidsskjema er *foreløpig*. Konkurransen vil avvikles *fortløpende*. Disse reglene er foreløpige og det kan komme små justeringer før konkurransen.

DEBS/NOVICE:

Runde 1: Cssp Cosp 1A + 1A seq 2S 2T	Runde 2: Csp CCosp 1A 1LO(half loop)2S +combo 2LO 2F
Runde 3: Lsp Fcsp 2LO+2LO 2Lz 2A	Runde 4: Fssp Ccsp 2Lz+2T 3S Slst/Cist/Sest

JUNIOR/SENIOR:

Runde 1: Lsp Cssp 2LO + 2T 2F 2Lz	Runde 2: Csp Fcsp Slst/Cist/Sest 2Lz+2T 2F+2T combo
Runde 3: Fssp CCosp FUsp 2A 2A+2T	Runde 4: FCCosp CCsp 3S 3T 3LO 3Lz/3F/ (valgfritt) + 2 bonuspoeng



Norges Skøyteforbund