



PRUEBAS DE INICIACIÓN

Consideraciones generales sobre las pruebas de iniciación aprobadas en el reciclaje para jueces y entrenadores realizado en Coslada el domingo 7 de febrero de 2010.

Nivel C (1 minuto y 30 segundos)

Ocho cruzado adelante y ocho cruzado atrás.

Se deberá considerar integrativo fallado cuando:

- Se observe que el patinador no cruza durante una cuarta parte de uno de los círculos del "ocho".
- Realizar los círculos excesivamente pequeños. Deberán tener un diámetro de al menos $\frac{3}{4}$ partes del ancho de la pista.
- "Ocho" realizado en forma de "X".

Nota: En el "ocho" cruzado atrás son válidos los dos tipos de cruzados que existen, y en ambos casos se debe observar que se marquen bien los filos al ir ejecutando los cruzados.

Ángel adelante con cambio de filo:

Se deberá considerar integrativo fallado cuando:

- No se levante la pierna durante todo el recorrido formando un ángulo de 90º con la que permanece en el suelo.
- Se realicen los semicírculos excesivamente pequeños. Deberán tener un diámetro de al menos $\frac{3}{4}$ partes del ancho de la pista.
- Las dos curvas (el interior y el exterior) sean de tamaños diferentes.

Nota: La pierna libre debe empezar a levantarse antes de cruzar el eje longitudinal de la pista. El ángel terminará al cruzar de nuevo el mismo eje longitudinal por el otro extremo de la pista.

Patada a la luna:

- Se puede realizar con las dos piernas.
- Se tiene que observar que el patinador aguanta la posición a la salida de la "patada a la luna" al menos durante 3 segundos.
- Se debe observar este integrativo como una iniciación a la entrada del salto inglés

Pirqueta de punta y talón:

Se deberá considerar integrativo fallado cuando:

- Se realice la pirqueta sobre el freno
- No se ejecuten las vueltas requeridas (3 vueltas)
- Pirqueta ejecutada en más de un impulso, aunque en uno de ellos se den las 3 vueltas.

Salto inglés (salto del tres):

Se deberá considerar integrativo fallado cuando:

- Se observe que el patinador no ha saltado con el suficiente impulso como para poder distinguir el salto.
- La caída del salto sea directamente en freno.
- A la caída del salto se debe aguantar en posición hacia atrás el suficiente tiempo como para darlo por válido. No se considerarán válidos aquellos patinadores que aún cayendo planos del salto se den rápidamente la vuelta para seguir patinando a realizar otro integrativo.

Nota: Es indiferente la entrada hacia delante o hacia atrás



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE PATINAJE

Nivel B (1 minuto y 30 segundos)

“Aguila”:

Se deberá considerar integrativo fallado cuando:

- No se aguante con los pies abiertos al menos la mitad de un círculo completo, considerando que dicho círculo debe tener un diámetro de al menos $\frac{3}{4}$ partes del ancho de la pista.
- Se observen continuas pérdidas de equilibrio del patinador, inclinando el cuerpo excesivamente hacia delante.
- Las piernas no estén estiradas. Se permite que estén ligeramente flexionadas, pero en ningún caso el patinador podrá realizarlo con las dos piernas totalmente flexionadas.

Ángel atrás con cambio de filo:

- Mismas consideraciones que para el ángel adelante del nivel C

Vueltas de vals:

Se tienen que observar los siguientes aspectos para considerar válido este integrativo

- Se realizarán con el pie izquierdo
- Se deben observar un mínimo de 5 “treses”
- Se deben patinar en curva
- Después de ejecutar cada “tres” se debe observar que el patinador no se le “cae” la pierna libre, obligando a ejecutar los siguientes “treses” de forma muy acelerada.
- No apoyar el freno entre al terminar un “tres” para dar la vuelta y continuar con la entrada del siguiente “tres”. Se debe realizar un “Mohawk” de danza.

Pirueta alta atrás interior

Se deberá considerar integrativo fallado cuando:

- No se ejecuten las vueltas requeridas (mínimo 3 vueltas)
- Las rotaciones se realicen con freno.
- No se realicen de un solo impulso.
- No se permiten entradas totalmente de parado.

Salto Inglés (salto del tres):

- Mismas consideraciones que para el ejecutado en el nivel C

Metz:

- Un metz ejecutado con un giro del freno de un cuarto de rotación mientras que el pie que patina está en el suelo y el cuerpo está girado como máximo un cuarto de vuelta sin abrir el brazo / hombro izquierdo será considerado por los jueces como correcto. El resto serán considerados incorrectos.
- No debe faltar vuelta. El salto debe ser completo
- La caída no debe ser directamente en el freno.

Salchow:

- No debe faltar vuelta. El salto debe ser completo
- La caída no debe ser directamente en el freno.
- No robar más de $\frac{1}{4}$ de vuelta a la entrada del salto.



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE PATINAJE

Nivel A (2 minutos)

Secuencia de pasos en diagonal:

- Deben cubrir al menos $\frac{3}{4}$ partes de la diagonal de la pista

Piruetas altas:

- Mínimo 3 vueltas, sin freno y de un solo impulso

Piruetas altas atrás exterior:

- Mínimo 3 vueltas, sin freno y de un solo impulso.

Flip, Lutz, Turen y Ripper

- Estos saltos deben ser completos.
- La caída no debe ser directamente en el freno.
- La distinción entre Flip y Lutz debe limitarse a la entrada de los mismos: El Lutz deberá entrarse en exterior y pasar a plano con la entrada siguiendo la diagonal de la pista; el Flip podrá entrarse en interior o plano en cualquier otra trayectoria sobre la pista.
- Ripper y Turen deben ser completos y con la pierna libre a la caída sin tocar el suelo en ningún momento.
- En el Ripper la pierna libre al saltar no debe quedarse atrás, sino adelante o cruzada.

En general en los saltos siempre se tendrá que tener en cuenta los siguientes factores:

- **Impulso:** Velocidad que se lleva inmediatamente antes del salto, es decir, a la entrada
- **Altura:** Cantidad de elevación alcanzada en la cúspide o pico del salto
- **Desplazamiento:** Distancia que se alcanza entre la elevación y la caída.

En cualquier momento que el juez observe que una de estas tres características del salto está muy disminuida, lo podrá considerar como salto no válido para superar el nivel.

En cuanto a las piruetas lo importante es el filo continuo al rotar la pirueta y el número de vueltas, antes que la rapidez con que se dan esas vueltas.

La repetición al integrativo fallado se puede realizar fuera de la música.

Madrid, 15 de febrero de 2010