



Patinage Canada | Évaluation de style libre STAR 10 Style libre – Éléments

Normes d'évaluation

Normes				
ÉLÉMENTS	CRITÈRES <small>*L'évaluation de l'élément ne peut pas dépasser les critères d'évaluation.</small>	BRONZE <small>(en dessous du niveau)</small>	ARGENT <small>(au niveau)</small>	OR <small>(au-dessus du niveau)</small>
Sauts	Exécution* Qualités de la trajectoire du saut.	La hauteur et la distance du saut sont raisonnables. La position dans les airs est surtout maîtrisée et alignée.		Bonne hauteur et distance du saut. Forte position dans les airs pendant toute la durée.
	Vitesse / évolution Vitesse et évolution à l'entrée et à la sortie du saut.	Vitesse moyenne à l'approche. Évolution apparente à la réception.		Bonne vitesse à l'approche. Bonne évolution à la réception.
	<small>Critères constants</small> Réception Forme	Mauvaise forme avec extension limitée de la jambe libre et flexion limitée du genou et de la cheville. Tenue pendant moins d'une seconde.	Forme solide avec extension moyenne de la jambe libre et flexion adéquate du genou et de la cheville. Tenue pendant une seconde.	Bonne forme avec pleine extension de la jambe libre et bonne flexion du genou et de la cheville. Tenue pendant plus d'une seconde.
Pirouettes	Exécution* Vitesse de rotation, maîtrise, entrée/sortie	Bonne vitesse des rotations tout au long de la pirouette. La sortie est maîtrisée en majeure partie. La pirouette sautée a une position moyenne dans les airs.		Bonne et constante vitesse des rotations tout au long de la pirouette. La sortie est maîtrisée. La pirouette sautée a une bonne position dans les airs.
	Centrage Nombre de rotation avec un centre établi	La pirouette est généralement centrée. Le patineur peut maintenir son centrage, en majeure partie, de l'entrée à la sortie, lorsqu'il change de position ou de pied.		La pirouette est rapidement centrée. Le patineur peut maintenir son centrage de l'entrée à la sortie, lorsqu'il change de position ou de pied.
	<small>Critères constants</small> Position Qualité de la position	Position médiocre avec extension limitée. Rupture apparente de l'axe du corps.	Position solide avec extension moyenne. Axe du corps adéquat. Positions de base : bonne extension et bon axe du corps.	Bonne position avec pleine extension. Axe du corps satisfaisant.

Commentaires supplémentaires :
