



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

**ریاست محترم هیأت اسکیت استان**

با سلام،

احتراما؛ ضمن تشکر از حمایت های جنابعالی، فدراسیون اسکیت در نظر دارد یک دوره مسابقات اسکیت دستجات آزاد در رشته اسکیت هنری را در دو بخش آقایان و بانوان با شرایط و ضوابط مشروح زیر برگزار نماید، مقتضی است دستور فرمایید تا نسبت به اطلاع رسانی به ورزشکاران آن استان جهت اعلام آمادگی و ثبت نام از طریق سایت فدراسیون ([www.iranskating.ir](http://www.iranskating.ir)) حداکثر تا روز پنجشنبه ۱۴۰۱/۴/۲۳ اقدامات لازم به عمل آورند.

ضمنا تاکید می گردد ثبت نام فقط از طریق سامانه امکان پذیر بوده و به هیچ عنوان ثبت نام حضوری نخواهیم داشت. شماره تماس ۰۹۱۲۲۲۵۷۳۰۵ آقای محمدزاده پاسخگوی سوالات احتمالی در این زمینه خواهد بود.

**(۱) مدارک مورد نیاز :**

- پرینت ثبت نام ورزشکاران ممههور به مهر هیأت اسکیت استان.
- همراه داشتن برگه تست منفی کرونا و یا کارت تزریق ۲ دوز واکسن الزامی است.
- تذکر : لازم به ذکر است ورزشکارانی که در سال گذشته اقدام به ثبت نام کرده ولی به دلیل شیوع کرونا مسابقاتشان لغو گردیده بود نیاز به ثبت نام مجدد نخواهند داشت.

**(۲) شرایط برگزاری مسابقات :**

- داشتن پوشش مناسب برای تمامی افراد شرکت کننده الزامی می باشد و در صورت عدم رعایت شئونات از حضور افراد خاطی در مسابقه جلوگیری به عمل می آید.
- پوشش کامل و داشتن لباس ورزشی اسکیت هنری (مقنعه برای بانوان و شلوار مناسب و لباس دامن دار) اجبار است.
- موزیک برنامه باید بدون کلام و با ذکر نام بازیکن بر روی فلش با فرمت Audio\_mp3 باشد.
- در صورت داشتن هر گونه اعتراض فقط مربیان میتوانند اعتراض خود را به صورت کتبی، ظرف ۳۰ دقیقه و به همراه مبلغ ۳.۰۰۰.۰۰۰ ریال تحویل سرداور داده و رسید دریافت کنند.
- چنانچه در هر رده سنی تعداد نفرات شرکت کننده کمتر از ۴ نفر باشد با رده بعدی ادغام خواهند شد.
- باتوجه به شرایط کرونا و رعایت پروتکل ها بعد از اتمام ثبت نام و مشخص شدن تعداد شرکت کنندگان در هر رده، ساعت برگزاری هر رده به تفکیک اعلام خواهد شد.
- لازم به ذکر است هر ورزشکار فقط با یک همراه امکان حضور را دارد، زدن ماسک برای ورزشکاران و همراهان و مربیان الزامی است و فقط در زمان اجرا ورزشکاران میتوانند بدون ماسک اجرا داشته باشند.
- ورزشکارانی که با اسکیت رولر (کواد) در این رشته فعال هستند میتوانند در پایان رقابت ها جهت تست حرکات به مسئولین مراجعه کنند.
- نفرات برتر این دوره از رقابت ها بنا به صلاح دید کمیته فنی امکان حضور در مسابقات انتخابی جهت حضور در اردوهای ملی و آمادگی مسابقات بین المللی اسکیت هنری را خواهند داشت.



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

- در کارگاه توجیهی قبل از مسابقات کلیه نکات فنی توضیح داده خواهد شد، در ضمن حضور کلیه مربیان در جلسه فنی توجیهی اجباری می باشد و در صورت عدم حضور مربیان تیم ها در این جلسه ، حق هیچگونه اعتراض در مسابقات را نخواهند داشت.  
- به نفرات اول تا سوم حکم و مدال اهدا خواهد شد.

گروه ها	سال تولد	زمان موزیک
بزرگسالان	۸۰ ، ۸۱ ، ۸۲ و قبل آن	۵ ± ۲:۴۰ ثانیه
جوانان	۸۳ و ۸۳۴	۵ ± ۲:۴۰ ثانیه
امید ها	۸۵	۵ ± ۲:۲۰ ثانیه
نوجوانان ۲	۸۶ و ۸۷	۵ ± ۲:۲۰ ثانیه

۱- برنامه کوتاه (Short program)

۲- برنامه بلند (Long program)

گروه ها	سال تولد	زمان موزیک
خردسالان (Tots)	۹۳ و ۹۲	۱۰ ± ۲:۰۰ ثانیه
نونهالان (Minis)	۹۰ و ۹۱	۱۰ ± ۲:۳۰ ثانیه
نوجوانان (۱) (espoir)	۸۸ و ۸۹	۱۰ ± ۳:۰۰ ثانیه
نوجوانان (۲) (cadet)	۸۶ و ۸۷	۱۰ ± ۳:۳۰ ثانیه
امید ها (youth)	۸۵	۱۰ ± ۳:۳۰ ثانیه
بانوان جوانان (junior)	۸۳ و ۸۴	۱۰ ± ۴:۰۰ ثانیه
بانوان بزرگسالان (senior)	۸۱ و ۸۲ و ....	۱۰ ± ۴:۰۰ ثانیه
آقایان جوانان (junior)	۸۳ و ۸۴	۴:۳۰ الی ۴:۰۰
آقایان بزرگسالان (senior)	۸۱ و ۸۲ و ....	۴:۳۰ الی ۴:۰۰

برنامه کوتاه در رده سنی جوانان و بزرگسالان

- یک پرش اکسل (AXEL): که میتواند به صورت یک دور، دو دور و سه دور باشد.
- یک پرش ترکیبی: از ۲ تا ۴ پرش که شامل پرش های متصل نیز می باشد.
- یک پرش تکی: همراه با گام ها به صورت ۲ دور یا ۳ دور ، هیچ گونه مکثی بین گام ها و شروع پرش نمی تواند وجود داشته باشد (این مکث بر روی QOE تاثیر میگذارد). اگر یک بازیکن یک پرش (one rotation) انجام دهد، جز پرش اجرا شده توسط پنل فنی



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

- شمرده نمیشود و سمبل "※" میگیرد. پرش های گروه اکسل نمیتواند در این مورد اجرا شود. این حرکت توسط پنل فنی غیر قابل قبول شمرده شده و سمبل "※" میگیرد.
- یک چرخش تکی: علاوه بر حالت پایه ، موقعیتهای مختلف از حالت های سخت تا زمانی مجاز است که از، بیشتر از دو دور چرخش برای رسیدن به آن ها استفاده نشود در غیر این صورت به عنوان یک اسپین ترکیبی محسوب می شود.
- یک چرخش ترکیبی: حداقل ۲ حالت و حداکثر ۵ حالت، یکی از حالت ها باید SIT باشد. حداقل ۲ دور چرخش برای تایید شدن هر حالت لازم است.
- یک رقص پا: حداکثر ۴۰ ثانیه
- در تمامی برنامه های کوتاه یک پرش فقط یکبار می تواند اجرا شود به غیر از یک پرش که به اختیار ورزشکار میتواند دو بار اجرا شود زمانی که یک پرش دوبار اجرا می شود، حداقل یکی از آن ها باید در ترکیبی باشد.
- یک چرخش (اسپین) در حالت های یکسان (پا، لبه و جهت مشابه) نمی تواند بیشتر از دو بار در کل برنامه اجرا شود. (برای مثال: inverted دو ، forward heel ، backward heel دو و...)

برنامه کوتاه در رده سنی نوجوانان (۲) و امید ها

- یک پرش اکسل axel
- یک پرش ترکیبی: از ۲ تا ۴ پرش که شامل پرش های متصل نیز می باشد.
- یک پرش تکی: همراه با گام ها به صورت ادور، ۲ دور، ۳ دور. هیچ گونه مکشی بین گام ها و شروع پرش نمی تواند وجود داشته باشد. (این مکث بر روی QOE تاثیر میگذارد). پرش های گروه اکسل نمیتواند در این مورد اجرا شود
- یک چرخش تکی: علاوه بر حالت پایه ، موقعیتهای مختلف از حالت های سخت مجاز است تا زمانیکه بیشتر از دو دور چرخش برای رسیدن به آن ها استفاده نشود در غیر این صورت به عنوان یک اسپین ترکیبی حساب میشود.
- یک چرخش ترکیبی: حداقل ۲ حالت و حداکثر ۵ حالت، یکی از حالت ها باید SIT باشد.
- یک رقص پا : امیدها: حداکثر سطح ۴ (level 4) و حداکثر ۴۰ ثانیه. نوجوانان (۲): حداکثر سطح ۳ (level 3)، حداکثر ۳۰ ثانیه.

برنامه بلند

- برای همه ی رده های سنی : در برنامه ی بلند، ۲ چرخش ترکیبی مجاز می باشند ولی باید متفاوت باشند. این به این معنی است که ۲ حالت یکسان با امتیاز یکسان (پا، لبه ، حرکت) را نمی توان بطور متوالی و به یک ترتیب در هر دو چرخش ترکیبی اجرا کرد.
- در همه ی رده های سنی ، پرش ترکیبی های مشابه فقط یکبار میتواند در هر برنامه اجرا شود.



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

برنامه بلند بزرگسالان (Senior)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۸ پرش برای آقایان و ۷ پرش برای بانوان. حداکثر ۳ پرش ترکیبی فقط یکی از آن ها میتواند حداکثر ۵ پرش داشته باشد، پرش های متصل شامل این ترکیب می شود. پرش های ترکیبی دیگر میتوانند حداکثر ۳ تایی باشند و شامل پرش های متصل نیز می باشد. یک پرش اکسل اجباری می باشد. اکسل و دبل اکسل و تریپل اکسل نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود در صورت تکرار باید در پرش ترکیبی اجرا شود. برای اینکه یک جامپ برابر با جامپ دیگر شناخته شود باید شاخصه های شبیه به هم داشته باشد، برای مثال ورودی و تعداد دورهای برابر. (1T و 2T برابر نیستند)
چرخش ها	حداکثر ۳ چرخش. حداقل ۲ چرخش ( که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود): یک اسپین تکی یک اسپین ترکیبی ( حداکثر ۵ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود. توجه: در یک اسپین ترکیبی، حداقل دو دور چرخش برای هر حالت اجباریست.
حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. حداکثر ۴۰ ثانیه باشد.
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد.

برنامه بلند رده سنی جوانان (Junior)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۸ پرش برای آقایان و ۷ پرش برای بانوان حداکثر ۳ پرش ترکیبی فقط یکی از آن ها میتواند حداکثر ۵ پرش داشته باشد، پرش های متصل شامل این ترکیب می شود. پرش های ترکیبی دیگر میتوانند حداکثر ۳ تایی باشند و شامل پرش های متصل نیز می باشد. یک پرش اکسل اجباری می باشد. اکسل و دبل اکسل و تریپل اکسل نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود در صورت تکرار باید در پرش ترکیبی اجرا شود. برای اینکه یک جامپ برابر با جامپ دیگر شناخته شود باید شاخصه های شبیه به هم داشته باشد، برای مثال ورودی و تعداد دورهای برابر. (1T و 2T برابر نیستند)
چرخش ها	حداکثر ۳ چرخش. حداقل ۲ چرخش (که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود): یک اسپین تکی یک اسپین ترکیبی ( حداکثر ۵ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود.



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. حداکثر ۴۰ ثانیه باشد.
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد.

برنامه بلند رده سنی امیدها (youth)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۶ پرش حداکثر ۳ پرش ترکیبی فقط یکی از آن ها میتواند حداکثر ۵ پرش داشته باشد، پرش های متصل شامل این ترکیب می شود. پرش های ترکیبی دیگر میتوانند حداکثر ۳ تایی باشند و شامل پرش های متصل نیز می باشد. حداقل یکی از پرش ها باید ۲ دور باشد. یک پرش اکسل اجباری می باشد. اکسل و دبل اکسل و تریپل اکسل نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود در صورت تکرار باید در پرش ترکیبی اجرا شود. برای اینکه یک جامپ برابر با جامپ دیگر شناخته شود باید شاخصه های شبیه به هم داشته باشد، برای مثال ورودی و تعداد دورهای برابر. (1T و 2T برابر نیستند)
چرخش ها	حداکثر ۳ چرخش. حداقل ۲ چرخش (که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود): یک اسپین تکی یک اسپین ترکیبی (حداکثر ۵ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود. توجه: در یک اسپین ترکیبی، حداقل دو دور چرخش برای هر حالت اجباریست.
حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. (حداکثر سطح ۴). حداکثر ۴۰ ثانیه باشد.
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد.

برنامه بلند رده سنی نوجوانان (cadet) (۲)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۵ پرش حداکثر ۲ پرش ترکیبی فقط یکی از آن ها میتواند حداکثر ۵ پرش داشته باشد، پرش های متصل شامل این ترکیب می شود. پرش های ترکیبی دیگر میتوانند حداکثر ۳ تایی باشند و شامل پرش های متصل نیز می باشد. حداقل یکی از پرش ها باید ۲ دور باشد. یک پرش اکسل اجباری می باشد. اکسل و دبل اکسل و تریپل اکسل نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود در صورت تکرار باید در پرش ترکیبی اجرا شود. برای اینکه یک جامپ برابر با جامپ دیگر شناخته شود باید شاخصه های شبیه به هم داشته باشد، برای مثال ورودی و تعداد دورهای برابر. (1T و 2T برابر نیستند)
	حداکثر ۳ چرخش. حداقل ۲ چرخش (که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود): یک اسپین تکی



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

چرخش ها	یک اسپین ترکیبی (حداکثر ۵ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود. توجه: در یک اسپین ترکیبی، حداقل دو دور چرخش برای هر حالت اجباریست.
حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. حداکثر ۳۰ ثانیه باشد. (حداکثر سطح ۳)
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد.

برنامه بلند رده سنی نوجوانان (۱) (espoir)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۴ پرش حداکثر ۲ پرش ترکیبی شامل ۲ تا ۳ پرش که می تواند (شامل پرش های متصل) نیز باشد. یک پرش اکسل اجباری می باشد. پرش های بیشتر از ۲ دور گردش ممنوع می باشد. یک پرش نمی تواند بیشتر از دو بار اجرا شود در صورت تکرار یکی از آن ها پرش ترکیبی باشد. برای اینکه یک جامپ برابر با جامپ دیگر شناخته شود باید شاخصه های شبیه به هم داشته باشد، برای مثال ورودی و تعداد دورهای برابر. (1T و 2T برابر نیستند)
چرخش ها	حداکثر ۳ چرخش. حداقل ۲ چرخش (که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود): یک اسپین تکی یک اسپین ترکیبی (حداکثر ۴ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود. توجه: در یک اسپین ترکیبی، حداقل دو دور چرخش برای هر حالت اجباریست.
حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. حداکثر ۳۰ ثانیه باشد. (حداکثر سطح ۳)
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد. این باید شامل یک عنصر اسکیت کردن (ina bauer, spread eagle, camel position, upright position) روی یک پا به صورت تمیز و واضح انجام شود.

برنامه بلند رده سنی نونهالان (Minis)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۴ پرش حداکثر ۲ پرش ترکیبی ۲ تایی باشد یک پرش اکسل اجباری می باشد. فقط پرش ادور و سینگل اکسل (1A) و دبل تولوپ (2T) و دبل سالکو (2S) که به صورت مستقل و با ترکیبی مجاز می باشند. پرش های بیشتر از ۲ دور گردش ممنوع می باشد. یک پرش نمی تواند بیشتر از دو بار اجرا شود در صورت تکرار یکی از آن ها پرش ترکیبی باشد. برای اینکه یک جامپ برابر با جامپ دیگر شناخته شود باید شاخصه های شبیه به هم داشته باشد برای مثال ورودی و تعداد دورهای برابر. (1T و 2T برابر نیستند)
	حداکثر ۲ چرخش. حداقل ۲ چرخش (که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود): یک اسپین تکی یک اسپین ترکیبی (حداکثر ۳ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود.



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت ورزش و جوانان  
فدراسیون اسکیت

I.R.IRAN SKATING FEDERATION



تاریخ : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹  
شماره : ۰۱/۲۹۰/د/۸۹۰  
پیوست : ندارد.

چرخش ها	توجه: در یک اسپین ترکیبی، حداقل دو دور چرخش برای هر حالت اجباریست.
حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. حداکثر ۳۰ ثانیه باشد. (حداکثر سطح ۲)
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد. این باید شامل یک عنصر اسکیت کردن (ina bauer, spread eagle, camel position, upright position) روی یک پا به صورت تمیز و واضح انجام شود.

برنامه بلند رده سنی خردسالان (Tots)

عنوان	شفاف سازی
پرش ها	حداکثر ۳ پرش حداکثر ۱ پرش ترکیبی دوتایی فقط پرش ۱ دور و والتز جامپ و سینگل اکسل (1A) که به صورت مستقل و ترکیبی مجاز می باشد. یک پرش نمی تواند بیشتر از دو بار اجرا شود در صورت تکرار یکی از آن ها پرش ترکیبی باشد.
چرخش ها	حداکثر ۲ چرخش. حداقل ۲ چرخش (که از هر کدام از انواع اسپین باید انجام شود) یک اسپین تکی یک اسپین ترکیبی (حداکثر ۲ حالت) یک حالت یکسان اسپین (پوزیشن با یک ارزش پایه) با یک پا و لبه یکسان نمیتواند بیشتر از ۲ بار اجرا شود. توجه: در یک اسپین ترکیبی، حداقل دو دور چرخش برای هر حالت اجباریست.
حرکت موزون پا	حداکثر یک رقص پا. حداکثر ۲۰ ثانیه باشد. (حداکثر سطح ۱). چهار گام و گردش (TURNS) که در جهت سطح بندی شمرده می شود، شامل و محدود میشود به: کراس رو به جلو، تری ترن داخلی و خارجی، موهاک باز
کروگرافی	حداکثر یک کروگرافی. الگو آزاد و حداکثر ۳۰ ثانیه باشد. این باید شامل یک عنصر اسکیت کردن (ina bauer, spread eagle, camel position, upright position) روی یک پا به صورت تمیز و واضح انجام شود.

۳) زمان و مکان مسابقات:

زمان: روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۱/۴/۳۰ و جمعه مورخ ۱۴۰۱/۴/۳۱

پنجشنبه ۳۰ تیر: برنامه کوتاه در دو بخش آقایان و بانوان، در ۴ رده سنی، بزرگسالان، جوانان، امید ها و نوجوانان ۲

برنامه بلند در دو بخش آقایان و بانوان، در ۳ رده سنی نونهالان، خردسالان و نوجوانان (۱)

جمعه ۳۱ تیر: برنامه بلند در دو بخش آقایان و بانوان، در ۴ رده سنی بزرگسالان، جوانان، امید ها و نوجوانان ۲

۴) محل برگزاری مسابقه: متعاقباً اعلام خواهد شد.

مجتبی هانزجو  
رئیس فدراسیون