

国際スケート連盟

コミュニケーション第 2639 号

シンクロナイズドスケーティング

このコミュニケーションは ISU コミュニケーション 2563 を置き換える

記載内容：

要素、フィーチャー、アディショナルフィーチャーの難度グループ (2024/25 シーズン)

(日本語訳：内容は英語版を正とする)

発行日 2024 年 5 月 27 日

日本語訳 第 1 版 2024 年 7 月 1 日

全ての要素の基本要件

1. 要素は現行の Special Regulations and Technical Rules for Synchronized Skating に記載の技術要件の定義を満たしていなければならない
2. 要素は WBP コミュニケーションに記載の技術要件の定義を満たしていなければならない

コレオグラフィックシリーズ

- 少なくとも 2 つの異なる認識可能なムーブメントを以下から選択すること; シャーロット、ノンリストイドジャンプ、ハイドロブレディング、イナバウワー、ランジ、シュートザダック、コレオグラフィックスライド、スパイラル、スプレッドイーグル
- 少なくとも 2 つの正確な難しいターンを含めなければならない
- 最低 2 つの異なる腕のムーブメント
 - コネクテッドホールドを使用する場合、列/スポークのエンド(端の)スケーターがこの要件を満たす

スケーティングムーブメント(SM)

- フリースケーティングエレメンツ(fe)および/又はフリースケーティングムーブ(fm)として定義される

イノベティブムーブメント(IM)

- 創造的および/又はアンエクスペクティド(予想外の)ムーブメントとして定義される

アーティスティックエレメンツ

難度グループ		
レベルベース ABB/ACB/ALB/AWB	レベル 1 AB1/AC1/AL1/AW1	レベル 2 AB2/AC2/AL2/AW2
基本要件のみを満たす	1 つのフィーチャー	2 つのフィーチャー

フィーチャー	
1. 隊形変化	4. インターセクティング/パススルー
2. フリースケーティングエレメンツ(fes)	5. ピボットティング
3. インターロッキング	6. ウィービング

コレオグラフィック要件

フィーチャーは、要求される人数のスケーターによって同じタイミングで行わなければならない

要素の一般要件

AL; 1 列に最低 2 人のスケーターがいなければならない

フィーチャーの一般要件

- 少なくともチームの 1/2 は特に記載のない限り、同じムーブメントで同じフィーチャーを実行しなければならない
- AC/AW はフィーチャーの前、間、後で絶え間なく回転し続けなければならない
- AB/AL はフィーチャーの前、間、後で絶え間なく進み続けなければならない

フィーチャー要件

1. 隊形変化
 - 全てのスケーターが両方の隊形に参加しなければならない。fes をしているスケーターを除く
 - 同じ要素の異なる認識可能な隊形が少なくとも 2 つなければならない
2. フリースケーティングエレメンツ(fe)
 - 少なくとも 1 人のスケーターが 1 つの fe を行わなければならない
 - 異なるムーブメントは許される
 - スケーターはこのフィーチャーを行う前に要素の形の中にいなければならない
3. インターロッキング(AC,AW)
 - AC: 1 度、各々が連続して次々とインターロッキングしなければならない
 - AW: 全てのスポークが連続して次々とインターロッキングしなければならない
4. インターセクティング/パススルー
 - 同じ又は異なるスケーターが少なくとも 2 度(2 回の別々のタイミングで)行わなければならない
5. ピボットティング(AB,AL)

- 少なくとも途切れない 90° のピボットイングをしなければならない
- 隊形変化またはチェンジオブプレイスは許されない

6. ウィービング(AC)

- 2 度、各々が連続して次々とウィービングしなければならない

クリエイティブエレメンツ(Cr)

基本要件

1. ステーションナリーリフトは許される

コレオグラフィック要件

全てのスケーターはリフトに参加しなければならない

要素の一般要件

要素はスケーターがリフトを上げるペア/グループを形成し始めた時点を開始とする

要素の終わりとは:

- 全てのリフトドスケーターが下ろされかつペア/グループがバラバラになった時
又は
- Crが最後の要素で、スケーターがリフトされたまま最後のポーズをし、プログラムが終わる時

グループリフトエレメンツ - シニア

難度グループ				
レベルベース GLB	レベル 1 GL1	レベル 2 GL2	レベル 3 GL3	レベル 4 GL4
基本要件のみを 満たす	ベーシックポジ ション	ベーシックポ ジション	少なくとも GL の 1/2 はディフ ィカルトポジションを使用	全てのグループリフトはディフィカ ルトポジションを使用
	少なくとも 3 つの GL			
	1 つのフィーチャ ー	2 つのフィーチャ ー	3 つのフィーチャー - 2 つの異なるグループから 少なくとも 1 つのフィーチャ ー	4 つのフィーチャー - グループ A - グループ B の両方 - グループ C から 1 つ
リフトドスケーターは高さに制限なく氷から持ち上げられていなければならない		リフトドスケーターの胴体(トルソー)のほとんどが、サポータースケーターの頭の高さより上にななければならない(例外:チェンジオブリフトドポジションのフィーチャー)		

フィーチャー		
グループ A		グループ C
1. チェンジオブポジション		
グループ B		
1. エントリーバリエーション		
2. エグジットバリエーション		

コレオグラフィック要件

シンコペーションを使用する場合、2 セット(どのような組み合わせでもよい)で行わなければならない

要素の一般要件

全てのスケーターがグループリフトのエントリー(リフティング)に参加しなければならない

フィーチャーの一般要件

全ての GL は同じまたは異なるムーブメントを用いて、同じフィーチャーを行わなければならない

フィーチャー要件

グループ A

1. チェンジオブポジション

各リフトイスケーターは2つの異なるフィクストポジションを行わなければならない

- リフトイスケーターは1つのポジションからもう1つのポジションにトランジションしている間、他のポジションを通過してもよく、リフトイスケーターの胴体はサポーターの頭の高さから下がってもよい
- リフトイスケーターは2つのポジションの間、タッチダウンをしてはならない

次のリフトポジションの組み合わせのいずれかが要求される:

GL1, GL2: 2つの異なるベーシックリフトポジション

GL3: 1つのベーシックリフトポジション+1つのディフィカルトリフトポジション(順不同)

GL4: 2つの異なる種類のディフィカルトリフトポジション(認識可能な異なる姿勢)、上半身および/または下半身は各ポジションで45°以上変化を示す異なる軸を使用すること

GL3&GL4: 最大2つのGLで同時にフロントスプリットポジションを使用してもよく、残りのリフトイスケーターは異なるリフトポジションを使用しなければならない

グループ B

1. エントリーバリエーション(以下に限らない)

- メインリフトポジションに到達する際に影響を与える連続したムーブメントのことを指す
- メインリフトポジションに2又は3人のサポーターで他に何のムーブメントもなく到達した場合はディフィカルトエントリーとはみなさない

アンエクスpekテイド(予想外の)エントリー

- 明確な準備なしのアンエクスpekテイドエントリー

プレリフト

- 途中でタッチダウンすることなく行わなければならない

プレグループプリフト (GLB, GL1, GL2 のみ適用)

- フィクストポジションであり、メインリフトポジションと異なるものでなければならない

プレペアリフト

- GL3 & GL4 に適用 - ローテーションの実行又はサポーターが fm ポジションをペアリフトのどこかで行わなければならない

ヴォルト

- リフトイスケーターはリフトポジションにヴォルトアップしなければならない

2. エグジットバリエーション(以下に限らない)

- リフトポジションからのエグジットに影響を与える連続したムーブメント
- GL ポジションから2又は3人のサポーターで他に何のムーブメントもなくエグジットした場合はディフィカルトエグジットとはみなさない

アンエクスpekテイド(予想外の)エグジット

- 明確な準備なしのアンエクスpekテイドエグジット

ヴォルト

- リフトイスケーターはリフトポジションから降下しながらヴォルトをしなければならない

グループ C

全ての GL は少なくとも 360° ローテーションしなければならない

例外: 各リフトイスケーターのポジションがフレキシブルであり、同時にバランシングでもある場合、GL はローテーションしなくてもよい

1. ミラーイメージパターン (GL1, GL2, GL3 のみ)

- GL はリフトポジションを維持又はチェンジオブリフトポジションをしながら反対方向にローテーションをし、互いにすれ違わなければならない
- GL がすれ違い始める前にローテーションが始まり、GL がすれ違う際もローテーションが継続していること

2. 2つの異なるリフトポジション

- ポジションは同時に実行されなければならない
- 同じリフトポジションを同時に行うのは2つの GL まで

GL1, GL2: 2つの異なるベーシックリフトポジション

GL3: 1つのベーシックリフトポジション+1つのディフィカルトリフトポジション

GL4: 2つの異なるディフィカルトリフトポジション、かつ胴体(トルソー)は各ポジションで異なる軸を使用しなければならない

3. 2 人のサポーティングスケーター

- エントリー又はエグジットフィーチャーの際中:どのような人数のスケーターでリフティドスケーターをアシストしてもよい

GOE:リメイニングスケーターは、(互いに、あるいは GL と)インタラクションし、ローテーション中に少なくとも 1 つの fe を実行しなければならない(SM を追加してもよい)

ディフィカルトリフティドポジションの種類 (以下に限らない)

バランシングリフティドポジション

リフティドスケーターが不安定なポジションを使用している(Regulation の定義を参照)

バランシングポジションは、サポートに 2 人のスケーターしか使用せず、かつリフティドスケーターのポジションがバランス/安定性に影響を与えない場合はカウントされない

サイドウェイズバランシングポジション

- リフティドスケーターのサポートは、体の片側に沿ってのみ与えられる(少なくとも片方の腕/手、および脚を保持してはならない)
- フリーレッグは、サポータイドレッグよりも 90° 以上高く伸ばされていること

シットスプリットバランシングポジション

- リフティドスケーターが両脚をスプリットポジションの状態で座っていなければならないーフルスプリットは必要ない
- サポーティングスケーターはほぼ 1 直線に並んでいなければならない
- サポートは体の下側のパーツのみ(臀部+脚/足首)でなければならない

U-バランシングポジション

- リフティドスケーターは、腰より高い位置のサポートなしで体を支えている

フレキシブルリフティドポジション

スプリットポジション(フロント又はサイド)

- フルスプリット(180°)を維持しなければならないが、リフティドスケーターの脚は多少曲がっていてもよい

135° エクステンションポジション

U-ポジション(バックワードアーチ)

- リフティドスケーターは強い背中の反り返り/アーチで少なくともセミサークルを見せなければならない

ビールマンポジション

ドーナッツ/リングポジション(セミ又はフルサークル)

- 上半身が後ろに反り、片足又は両足がほぼ頭につく(ブレードの長さ)

セルフサポータイドリフティドポジション

リフティドスケーターが自らの体重を支えている

インターセクションエレメンツ

難度グループ				
レベルベース IB	レベル 1 I1	レベル 2 I2	レベル 3 I3	レベル 4 I4
基本要件のみを満たしている 基本要件 (シニア FS インターセクション#2 を除く): 全てのスケーターが個別にインターセクションを行う シニア FS インターセクション#2 の基本要件: 全てのスケーターは、個人、ペア、又はその両方の組み合わせでインターセクションおよび/又はパススルーを行うこと(グループは許されない)	- 2ライン - “V”	- ボックス/トライアングル - アングルド - ウィップ	シンプルパターン + - アングルド - ボックス/トライアングル - ウィップ	コンプレックスパターン + - アングルド - ボックス/トライアングル - ウィップ
フェイストゥフェイスアプローチ	バックトゥバックアプローチ(btb)			
注記: 下記、各インターセクションの特定要件を確認すること				

アディショナルフィーチャー –ポイントオブインターセクション(WBP で要求される通り)

フィーチャー

1. エントリーバリエーション

要素の一般要件

全てのスケーターは各インターセクションで要求されるコネクテッドホールドありのバックトゥバック(btb)でなければならない

各インターセクションの特定要件:

アングルド

- 全てのスケーターは遅くとも、リードスケーターがオーバーラップ開始および/又は“アディショナルローテーション”が開始する前にホールドをしていなければならない
- 2つの列同士の間隔(コリドー)は各列のリードスケーターがオーバーラップを開始し pi ローテーションが開始するまで約 3m 以上離れてはならない

コラプシング(ボックス/トライアングル) & “V”

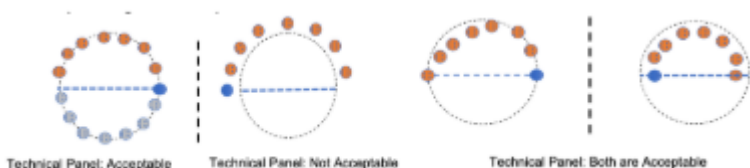
- 全てのスケーターは遅くとも pi ローテーションが開始する前にホールドをしていなければならない
- インターセクションの全てのコーナーは、ほぼ同時にインターセクションしなければならない

2 ライン

- 全てのスケーターは遅くとも、pi ローテーションが開始する前にホールドをしていなければならない
- 両列は、アプローチフェーズ中、互いが平行でなければならない

ウィップ

- 各カーブした列は、リードスケーターがアクシスに対して btb になる前に 180°以上ピボットしてはならない
- 全てのスケーターは、遅くとも最後の 90°のピボットではホールドをしていなければならない
- リードスケーターがアクシスに対して btb になる前に、カーブがストレートになり始めてはならない
- 各列のエンド(端の)スケーター間の距離は、最後の 90° のピボットの間、リードスケーターがアクシスに対して btb になるまで維持されなければならない
 - 各列のエンド(端の)スケーター間の距離は、チームの全スケーターを含んだサークルの直径以下でなければならない(ホールドの種類を加味)
 - 要求されるカーブを形成する前に 2つのサークルを使用してはならない
- “プリングアップ”は認められない
 - 先頭のスケーターがアクシスに対して btb になった後、インターセクションのアクシスに沿ってではなく、インターセクションのアクシスに向かって滑走し列をまっすぐにしなければならない。リードスケーターによる多少の逸脱は許される



フィーチャー要件

1. エントリーバリエーション(EV)

(i) シンプルパターン

- プレパレーション中にインターセクションの形が認識できる
- 少なくともチームの 1/2 は、最低 1 つの認識可能な SM を試みなければならない
- 各列は SM を含まなければならない
- 複数の異なる SM を含む場合
 - 少なくともチームの 1/4 がそれぞれの SM を試みなければならない
- SM はアプローチフェーズ中に完了しなければならない。

(ii) コンプレックスパターン

- チーム全員が参加しなければならない
- インターセクションの形を作るため、変わった又は趣向を凝らしたプレパレーションでなければならない
 - pi ローテーションの前に要求されるホールドをするために可能な限り近い段階まで、パターンの最後に現れるインターセクションの形を“隠さなければならない”
- 少なくとも 2 種類の SM 使用しなければならない
- 少なくともチームの 1/2 (同じ又は異なるスケーター) が各 SM を試みなければならない
- 少なくとも 2 つの別々の場面で実行されなければならない
 - 最初の SM はコンプレックスパターンの開始を示す
 - 最後の SM はパターンを終了し、インターセクションごとのホールドを達成する前の最後の瞬間に完了しなければならない
- アングルドの場合 - EV は列がオーバーラップし始める前に完了しなければならない
- ウィップの場合 - EV は最後の 90° ピボットの前に完了しなければならない

シンプルパターンおよびコンプレックスパターンの両方についての基本

- ペア、列、および/又は個々のスケーター、又はこれら 3 つの組み合わせのいずれでもよい
- 要求される SM は同じタイミングで実行されなければならない
- EV の終了は、途切れることなく連続的に pi ローテーションの開始とつながっていなければならない(例外: ウィップインターセクション)
 - 不必要なフットプレイスメントや、ホールドをするために EV の間にポーズをすることは許されない

シニア FS インターセクション#2

- エントリーバリエーションが含まれない場合; (ホールドの有無に関わらず)、btb が要求される
 - エントリーバリエーションが含まれる場合; btb になることおよび/又は要求されるホールドをすることは必要ない
 - EV は、SM(s)/IM(s)の開始にできるだけ近いタイミングで完了しなければならない
- インターセクションの形は、コンプレックスパターンの最後、かつ SM(s)/IM(s)がアクシスを通過する前に認識されなければならない

ポイントオブインターセクション(pi) - アディショナルフィーチャー

難度グループ					
レベルベース piB		レベル 1 pi1	レベル 2 pi2	レベル 3 pi3	レベル 4 pi4
シニア FS インターセクション#2 を除く全てのインターセクション 全てのスケーターは pi ローテーションを試みなければならない	アングルド “V” 2 ライン	フォワード又はバックワード 360°	Option A バックワード 360° +1 つのフィーチャー Option B バックワード 720°	バックワード 720° +1 つのフィーチャー	バックワード 720° +2 つのフィーチャー - 各グループから 1 つずつ
シニア FS インターセクション#2; 全てのスケーターは SM 又は IM を試みなければならない(pi ローテーションは要求されない)	ウィップ	フォワード 720°	バックワード 720°	バックワード 720° +1 つのフィーチャー	バックワード 720° +2 つのフィーチャー - 各グループから 1 つずつ
	コラプシング	1 つ又は 2 つのセパレートフォワード又はバックワード 360°	Option A 2 つのセパレートバックワード 360° +1 つのフィーチャー Option B 2 つのセパレートバックワード 720°	2 つのセパレートバックワード 720° +1 つのフィーチャー	2 つのセパレートバックワード 720° +2 つのフィーチャー - 各グループから 1 つずつ

pi ローテーションフィーチャー	
グループ A	グループ B
1. 連続した腕のムーブメント	1. 片足での pi ローテーション
2. ハンズアバープザショルダー	

コレオグラフィック要件

- アディショナルフィーチャーおよび pi ローテーションフィーチャーは同時に実行されなければならない

シニア FS インターセクション#2 (piB)

- SM(s)/IM(s)は同時に、又はシンコペーションで行わなければならない
- シンコペーションを使用する場合、各列から少なくとも 1 人のスケーターが、毎回アクシスで他のスケーターとすれ違わなければならない

アディショナルフィーチャーの一般要件(pi ローテーション)

- 全てのスケーターは同じアディショナルフィーチャーを同じムーブメントで行わなければならない
- pi 中の余分なローテーションは、レベルに要求されている場合を除いて許されない

pi ローテーションは以下を満たさなければならない：

- スケーターがインターセクトを開始する前にローテーションを開始すること
- スケーターはインターセクトをしながらローテーションし続けること
- スケーターがインターセクトを開始する前に完了してはならない
- 連続的で、途切れてはならない
- その場(on the spot)で行ってはならない
- 同じ列内では同じ回転方向で各々の pi ローテーションを行わなければならない(時計回り又は反時計回り)

シニア FS インターセクション#2 (piB)

- pi ローテーションの代わりに、インターセクションのアクシスで、少なくとも 1 つの SM 又は IM が要求される
 - 個人でもペアでも、個人とペアの組み合わせでも、どのような方法でもよい
 - 少なくともチームの 1/2 は、同じ SM 又は IM を使用しなければならない
 - アクシスの前に開始し、アクシスの後に終了しなければならない
 - スケーターがインターセクションし始める前に完了してはならない
 - その場(on the spot)で行ってはならない

各種インターセクションに対するアディショナルフィーチャー要件

アングルド

- pi ローターションに先行して“アディショナルバックワードローテーション”を実施しなければならない(セパレート又は連続した)
 - スケーターは、両列がオーバーラップする前又は、遅くともオーバーラップし始める時点でローテーションをしていなければならない
 - pi ローターションは同じ滑走方向と回転方向で、連続していなければならない
- アディショナルローテーションと pi ローターションの間にわずかな(最小限の)ポーズがあってもよい
 - pi1、pi2 オプション A** – pi ローターションに先行して最大 1080°
 - pi2 オプション B、pi3** – 2 つのセパレートのバックワード 360°ローテーション
 - pi4** – pi ローターションに先行する 1 つの連続した 720°バックワードツイズル

コラプシングーボックストライアングル

- 最初の pi ローターションはインターセクションが始まる前に開始し、インターセクションの中で終了しなければならない
- 2 つ目の pi ローターションはインターセクションの中で始まり、インターセクションの中で終了、もしくはスケーターがインターセクションを通り抜けた後に終了しなければならない
- pi ローターションと pi ローターションの間で、足換えやチェンジエッジやローテーションの方向を変えるために、ほんのわずかな(可能な限り短い)ポーズが許される
- 3 つ目の pi ローターションは許されない

ウィップ

- 全ての pi ローターションは、各列が使用する回転方向と同じ方向にローテーションしなければならない
- 1 つの連続した 720° pi ローターションが要求される: インターセクションのアクシスに到達する前に 720° pi ローターションのうちの 360° を超えてはならない

pi ローターションフィーチャー要件

- 全てのスケーターは同じフィーチャーを同じムーブメントで行わなければならない
 - アングルド**
 - フィーチャーは pi ローターションに含まなければならない(アディショナルローテーションに続く最後のローテーション)
 - コラプシング:**
 - フィーチャーは最初の pi ローターションに含まなければならない
 - ウィップ**
 - フィーチャーは pi ローターションに含まなければならない

グループ A

1. 連続した腕のムーブメント

- pi ローターションの開始と同時にムーブメントを開始しなければならない、要求される pi ローターションの完了まで継続しなければならない
- ムーブメントはフィクسد(固定の)ポジションをとらず、中断なく行わなければならない

2. ハンズアバープザショルダー

- pi ローターションの開始と同時に両手又は片手が肩の上でフィクسد(固定の)ポジションをとらなければならない、要求される pi ローターションの完了までの間保持されなければならない

グループ B

1. 片足での pi ローターション

- ツウィズルでなければならない(連続したローテーション)

リニアエレメンツ（ブロック＆ライン）、ローテティングエレメンツ（サークル＆ウィール）

難度グループ				
レベルベース BB/CB/LB/WB	レベル 1 B1/C1/L1/W1	レベル 2ー B2/C2/L2/W2	レベル 3 B3/C3/L3/W3	レベル 4 B4/C4/L4/W4
基本要件のみを満たす	1つのフィーチャー	2つのフィーチャー	3つのフィーチャー	4つのフィーチャー #4を含めること

フィーチャー	
リニアエレメンツ	ローテティングエレメンツ
ブロック/ライン	サークル/ウィール
1. チェンジオブプレイス	1. チェンジオブプレイス
2. n/a	2. 回転方向の変更
3. 隊形変化	3. 隊形変化
4. コレオグラフィックシリーズ	4. コレオグラフィックシリーズ
5. n/a	5. インターロッキング
6. ジャンプ/スロージャンプ	6. ジャンプ/スロージャンプ(C)
7. ピボットティング	7. n/a
8. n/a	8. ウィービング(C)

コレオグラフィック要件

フィーチャーは要求される人数のスケーターで同時に行わなければならない

要素の一般要件

- 全てのスケーターが参加しなければならない
 - B: 1つのクローズドブロック
 - C, L, W: 各サークル、ライン、スポークのスケーターの数は可能な限り均等でなければならない

フィーチャーの一般要件

- 全てのスケーターは特に記載のない限り、同じフィーチャーを同じムーブメントで行わなければならない
- 別々でも一緒に行ってもよい 例外: ピボットティングフィーチャー参照
- B/L はフィーチャーの前、間、後で絶え間なく進み続けなければならない

フィーチャーの要件

1. チェンジオブプレイス

- 異なるムーブメントは少なくともチームの 1/2 で使用される場合に許される
- スケーターが同じ隊形にとどまっている間に行わなければならない

2. 回転方向の変更(C, W)

- 少なくともチームの 1/2 が参加しなければならない

3. 隊形変化

- 両方の隊形に参加しなければならない
- 同じ要素の異なる認識可能な隊形で 2 つなければならない

4. コレオグラフィックシリーズ

5. インターロッキング(C, W)

サークルー 少なくともチームの 1/2 は各々が連続して次々とインターロッキングしなければならない
 ウィールー 全てのスポークは連続して次々とインターロッキングしなければならない

6. ジャンプおよび/又はスロージャンプ(B, C, L)

- 少なくともチームの 1/2 が認識可能な同じリステイドジャンプおよび/又はスロージャンプを行わなければならない

- ワルツジャンプは B/C/L のレベル 1 と 2 でのみカウントされる

7. ピボットティング(B,L)

- 認識可能なターンとステップを使用し少なくとも 90° の途切れないピボットティングをしなければならない
- 隊形変化又はチェンジオブプレイスは許されない

8. ウィービング(C)

- 2 度、各々が連続して次々とウィービングしなければならない

ミックスドエレメンツ

基本要件

1. 要素として認定される(レベルは固定)には、全てのスケーターがこの要素に参加しなければならない
2. ペアを使用する場合は要求された数のペアが要素の形(B,C,L,W)のみに属していること

ムーブエレメンツ

難度グループ				
レベルベース MEB	レベル 1 ME1	レベル 2 ME2	レベル 3 ME3	レベル 4 ME4
基本要件のみを満たす	少なくともチームの 1/2 がベーシック fm を行わなければならない +1 つのフィーチャー	チームの 3/4 以上がベーシック fm を行わなければならない +2 つのフィーチャー	少なくともチームの 1/2 がディフィカルト fm を行わなければならない +3 つのフィーチャー - 3 つの異なるグループから 1 つのフィーチャー	チームの 3/4 以上がディフィカルト fm を行わなければならない +4 つのフィーチャー - 各グループから 1 つのフィーチャー

フィーチャー	
グループ A	グループ B
1. フリーレッグポジションの変更	1. チェンジオブサイド
2. fm の種類の変更	
グループ C	グループ D
1. チェンジエッジ	1. ブロック隊形
2. 回転方向の変更	2. インターセクションおよび/又はパススルー
3. エントリーバリエーション	

コレオグラフィック要件

- 異なるタイミングで fm を開始する場合、最初の fm の一部は次の fm の開始と重なっていないなければならない
- fm は別々に次々に行ってはならない
- フィーチャーは要求される人数のスケーターで同時に行わなければならない

要素の一般要件

- 少なくともチームの 1/2 は同時に fm を開始しなければならない、チームの他の部分(少なくともチームの 1/4)は後から fm を開始してよい
- 少なくともチームの 1/4 は同時に fm ポジションを開始しなければならない

ショートプログラム: チームの 1/4 は同じ種類の fm で同じ足/エッジでなければならない

フリースケーティング: チームの 1/4 が同じ種類又はサブタイプの fm を行わなければならない

フリースケーティングムーブ(fms)の種類	
ベーシック fm の種類	ディフィカルト fm の種類
1. ランジ 2. シュートザダック 3. スプレッドイーグル 4. イナパウワー 5. スパイラルバリエーション セルフサポート、パートナーサポート又はサポートなし 6. アップライトエクステンション 135° セルフサポート、パートナーサポート フリーレッグが前、横、後ろで完全に伸びている 7. 支持なしスパイラル フリーレッグは後ろ、前、横で完全に伸びている	1. 支持なしスパイラル 135° フリーレッグが後ろ、前、横で完全に伸びている 2. アップライトエクステンション 170° フリーレッグが前、横で完全に伸びている 3. ビールマンスパイラル

フィーチャー要件

- 少なくともチームの 1/2 は特に記載のない限り、同じフィーチャーを実行しなければならない
- 異なるムーブメントは少なくともチームの 1/4 によって使用される場合は許される(例外: SP)

グループ A

- フリーレッグは 1 つのポジション/足から次へ変更する場合、降ろすこと(氷に足をタッチすることではない)が許される
- ポジション/足を変更する場合、追加のステップ又はリンクングステップは許されない

ME1 と ME2:

- ベーシック/ディフィカルト fm で開始しなければならない、2 つ目の正確なポジションはベーシックでもディフィカルトでもよい

ME3:

- ディフィカルト fm で開始しなければならない、2 つ目の正確なポジションはベーシックでもディフィカルトでもよい

ME4:

- ディフィカルト fm で開始しなければならない、2 つ目の正確なポジションはディフィカルトでなければならない

1. フリーレッグポジションの変更

- 同じ足のまま、同じ種類の fm の間で行わなければならない
- 1 つのフリーレッグポジションから次への移行は途切れないムーブメントでなければならない

2. fm の種類の変更

- 2 つの異なる種類の fm を含む
- 1 つの fm の種類から次の fm の種類への移行は途切れないムーブメントでなければならない

ME1 & ME2: 足の変更は許される

ME3 & ME4: 足の変更は許されない

グループ B

1. チェンジエッジ

- チェンジエッジの前後は同じ足でなければならない
- 同じ種類の fm ポジションは正確でかつチェンジエッジ中と前後で維持しなければならない

2. 回転方向の変更

- 片方の回転方向の fm と逆の回転方向で同じ fm ポジションを行わなければならない(時計回りと反時計回り、又はその逆)
- 各回転方向で同じエッジを使用しなければならない
- 追加のステップやリンクングステップは回転方向を変更する際に許されない

片足の **fms** – 足の変更は回転方向の変更の際のみでなければならない
 両足の **fms** – 各 fm の間の余分なステップは許されない

3. エントリーバリエーション

- fm のエントリーはハイドロブレーディング、シュートザダック、アウトサイドイナバウワー、アウトサイドスプレッドイーグルから選択し、開始しなければならない
 - 正確な fm ポジションかつ認識するのに十分な長さでなければならない
 - メインの fm とは異なる fm でなければならない
 - 少なくともチームの 1/4 が同じ fm のエントリーを行わなければならない
- 追加のステップおよび/又は足換えは fm のエントリーとメインの fm の間で許されない

グループ C

1. チェンジオブサイド

- スケーターは少なくともチームの 1/4 から成る列で構成しなければならない
- 同じ種類の fm ポジションは正確かつ維持しなければならない
- 他のスケーターのトラックと交差する前に各自のトラックを確立しなければならない
- リグラスプ(再度ホールドする)をしなければならない

グループ D

1. ブロック隊形

- 全てのスケーターがクローズドブロックにいる間にフィクスト(固定の)fm ポジションに達しなければならない(エントリーバリエーションは含まない)

2. インターセクティングおよび/又はパススルー

- 全てのスケーターが前と最中で、fm ポジションでいなければならない
- 他のフィーチャーを含む場合、fm ポジションは一時的に見えなくなってもよい
- 個々、ペア、グループ又は個々、ペアおよび/又はグループを組み合わせたものによって、あらゆる方法で行う

ノーホールドエレメンツ (NHE)

基本要件

ジュニア SP: 全てのフィーチャーはオーブンブロックの最中に行わなければならない

難度グループ				
レベルベース NHEB	レベル 1 NHE1	レベル 2 NHE2	レベル 3 NHE3	レベル 4 NHE4
基本要件のみを満たす	1つのフィーチャー	2つのフィーチャー	3つのフィーチャー	4つのフィーチャー

アディショナルフィーチャー – ステップシークエンス(ウェルバランスプログラムで要求される場合)

フィーチャー	
1. チェンジオブプレイス	4. ジャンプ
2. 隊形変化	5. ピボットティング
3. ダイアゴナル(ななめ)アクシス	

コレオグラフィック要件

- フィーチャーは要求される人数のスケーターで同時に行わなければならない
- 停止又は停滞(振付上の)はフィーチャーの前後で許される

要素の一般要件

- 全てのスケーターは WBP で要求されるブロックに参加しなければならない
- **オープンブロック**; スケーターが輪郭のみにいるブロックの形
 - 形の輪郭の内側にスケーターはいない

フィーチャーの一般要件

- 全てのスケーターは特に記載のない限り、同じムーブメントで同じフィーチャーを実行しなければならない
- 他のフィーチャーと別々でも一緒に行ってもよい 例外: ピボットティングフィーチャー参照
- ブロックはフィーチャーの前、間、後で絶え間なく進み続けなければならない

フィーチャーの要件

1. チェンジオブプレイス

- 異なるムーブメントは少なくともチームの 1/2 で使用される場合に許される
- スケーターが同じ隊形にとどまっている間に行わなければならない

2. 隊形変化

- 両方の隊形に参加しなければならない
- 同じ要素の異なる、認識可能な隊形が 2 つなければならない

3. ダイアゴナル(ななめ)アクセス

- 1 つのダイアゴナルアクセス上で同時にターン/ステップ/ツイズル/リンクングステップ/ムーブメントをしなければならない

NHE1 と NHE2

- 最低 2 つの正確に実行されたターンを含まなければならない

NHE3 と NHE4

- コレオグラフィックシリーズを含まなければならない

4. ジャンプ

- リスティッドジャンプから選択した認識可能なジャンプがなければならない
 - ワルツジャンプは NHE1 と NHE2 のみで許される
- 異なるジャンプは少なくともチームの 1/2 が使用する場合許される

5. ピボットティング

- 途切れない少なくとも 90° ピボットティングをしなければならない
- ターン/ステップ/ツイズル/リンクングステップ/ムーブメントは同時にしなければならない
- チェンジオブプレイスと隊形変化は許されない

NHE1 と NHE2

- 最低 2 つの正確に実行されたターンを含まなければならない

NHE3 と NHE4

- コレオグラフィックシリーズを含まなければならない

ステップシーケンス アディショナルフィーチャー - ノーホールドエレメントに適用

難度グループ				
レベルベース sB	レベル 1 s1	レベル 2 s2	レベル 3 s3	レベル 4 s4
全てのスケーターが少なくとも2つのターン/ステップを試みなければならない	4つのターン/ステップ 異なる2種類	6つのターン/ステップ 異なる4種類 かつ Option A 1つの片足のシリーズ - 3種類の異なる“難しいターン/ステップ” Option B 2つの異なるシリーズ(各足1つずつ行う) - 2種類の異なる“難しいターン/ステップ”	8つのターン/ステップ 異なる6種類 かつ 2つの異なるシリーズ(各足1つずつ行う) - 片方のシリーズで3種類の異なる“難しいターン/ステップ” - もう片方のシリーズで2種類の異なる“難しいターン/ステップ”	10つのターン/ステップ 異なる8種類 かつ 2つの異なるシリーズ(各足1つずつ行う) - 3種類の異なる“難しいターン/ステップ”
全てのターン/ステップは、同じエッジ、同じ滑走方向を使用したロープで正確に行わなければならない				

アディショナルフィーチャーの一般要件

異なる種類の難しいターン/ステップを使用する 2 つの異なるシリーズをする場合、各シリーズは異なる足で行わなければならない

コレオグラフィック要件

全てのスケーターが同時に要求されるターン/ステップをしなければならない

ペアエレメント

基本要件

ペアエレメントを奇数のスケーターで行う場合、残りのソロスケーターはサポータースケーターのパートを試みなければならない

難度グループ				
レベルベース PaB	レベル 1 Pa1	レベル 2 Pa2	レベル 3 Pa3	レベル 4 Pa4
基本要件のみを満たす	Option A 少なくとも 360° の間サポータースケーターがスパイラルポジション Option B 少なくとも 360° の間サポータースケーターがデススパイラルポジション かつどちらの選択でも +1 つのフィーチャー	Option A - 少なくとも 720° の間サポータースケーターがアップライトエクステンション 135° ポジション Option B - 少なくとも 360° の間サポータースケーターがデススパイラルポジション かつどちらの選択でも +2 つのフィーチャー	- 少なくとも 720° の間サポータースケーターがデススパイラルポジション +3 つのフィーチャー - 各グループから 1 つ	- 少なくとも 720° の間サポータースケーターがデススパイラルポジション +4 つのフィーチャー - グループ A から 1 つ - グループ B から 2 つ - グループ C から 1 つ

フィーチャー		
グループ A	グループ B	グループ C
1. エントリーバリエーション	1. チェンジアッジ	1. エグジットバリエーション
	2. チェンジオブハンド	
	3. 異なる回転方向	
	4. ディフィカルトポジション	
	5. 片手でのホールド	
	6. フリーフットのホールド	
	7. トゥピックでのピボットティング	
	8. トラベリング	

コレオグラフィック要件

- フィーチャーは要求された人数のスケーターで同時に行わなければならない

要素の一般要件

- 全てのペアは同じサポータイドポジションで行わなければならない
- 特に記載のない限り、デススパイラルのエントリーからエグジットまで明確に片足かつ片方のエッジでなければならない
- 膝/手/頭は氷に接触してはならない

フィーチャーの一般要件

全てのペアは同じムーブメントで同じフィーチャーを行わなければならない (例外:異なる回転方向)

フィーチャーの要件

グループA

1. エントリーバリエーション

フリースケーティングエレメンツ(fe)は、バタフライや認識可能なペアリフト、認識可能なペアスピン、ヴォルト、スロージャンプから選択される

- サポータイドスケーターはバタフライ、リフトイドポジション、ヴォルト、ジャンプを行わなければならない
- サポータイドスケーターは fe とデススパイラルのエントリーエッジの間でのチェンジアッジ、足換え又はターンのみ許される

アンエクスペクティド(予想外の)エントリー

- 明確な準備なしのエントリー
- 1 度のチェンジアッジ又は足換え+1 つのターンはアンエクスペクティドエントリーとスピンのエントリーの間で許される

グループB

1. チェンジアッジ

- デススパイラルポジションに到達した後でエッジを変更しなければならない
- 同じ足にとどまらなければならない

2. チェンジオブハンド

- 全てのサポータイドスケーターはパートナーがデススパイラルポジションにいる間、もう片方の手に変える前にも片手でホールドしていなければならない

3. 異なる回転方向

- チームの 1/2 は反対方向の回転をしなければならない

4. ディフィカルトポジション

- サポータイドスケーターはデススパイラルポジションの間の少なくとも 360° の間ディフィカルトポジションでいなければならない
- ディフィカルトポジションはフレキシビリティおよび/又は変わった又は創造的なデススパイラルポジションを見せなければならない

5. 片手でのホールド

- 両スケーターは、デススパイラルポジションに下がっていく前に片手でホールドしなければならず、要求されるローテーションの間もホールドをそのまま維持しなければならない

6. フリーフットのホールド

- デススパイラルポジションに下がっていく前にフリーフット(ブレード/ブーツ又は足首)をホールドしなければならず、要求されるローテーションの間もホールドをそのまま維持しなければならない

7. トゥピックでのピボットティング

- 全てのサポーティングスケーターは一度デススパイラルポジションに到達したら要求されるローテーションの間氷上にトゥピックを用いてその場に留まる

8. トラベリングDS

- トラベルは全てのサポータイドスケーターがデススパイラルポジションに到達した後カウントされる
- 全てのベアはレベルで要求されるローテーションの少なくとも 1/2 の間は動いていなければならない

グループ C

1. エグジットバリエーション

フライングエグジット

- 全てのサポータイドスケーターはデススパイラルポジションから直接空中に向けてスイングアップ(リフトアップ)されてエグジットしなければならない
- スイングの後、サポータイドスケーターはアップライトになる際、両足で着地してもよい

アンエクスpekティド(予想外の)エグジット

- 明確な準備なしのエグジット
- サポータイドスケーターはアップライトになる際、両足になってもよい

ピボットティングエレメントブロック 又は ライン

難度グループ				
レベルベース PBB/PLB	レベル 1 PB1/PL1	レベル 2 PB2/PL2	レベル 3 PB3/PL3	レベル 4 PB4/PL4
最低 90° ピボットしなければならない 基本要件のみを満たす	Option A - 少なくとも 2 つのターンをしながらのピボットティング Option B - 1 つの“片足の難しいターン”をしながらのピボットティング +どちらの選択の場合も - ターン、ステップ、リンクングステップを含んでよい	Option A - 少なくとも 2 つの“片足の難しいターン”のシリーズをしながらのピボットティング Option B - 2 つの“片足の難しいターン”をしながらのピボットティング +どちらの選択の場合も - ターン、ステップ、リンクングステップを含んでよい - ピボットポイントは 1 度変更しなければならない	- 少なくとも 2 つの異なる種類の“片足の難しいターン”のシリーズをしながらのピボットティング +1 つの“片足の難しいターン” - ターン、ステップ、リンクングステップを含んでよい - ピボットポイントは 1 度変更しなければならない - ピボットポイント変更後に少なくとも 45° のピボットが必要	- 4 つの異なる種類の“片足の難しいターン”のシリーズをしながらのピボットティング - ピボットポイントは 1 度変更しなければならない - ピボットポイント変更後に少なくとも 90° のピボットが必要
例外:レベル 1 OptionB とレベル 2; 難しいターンとしてみなされるためには少なくとも 1½ ツウィズルが要求される				

コレオグラフィック要件

全てのスケーターは、同時に、ターン/ステップ/リンクングステップを行わなければならない

要素の一般要件

- ピボットティングは、同じ要件を使用し、正確に行われているターン/ステップで行わなければならない
- **ピラミッド**—後ろの列は、ブロックの前の列より長くなければならない(又はその逆) 前後の列の間にある列は、“後ろ”の列より長く、“前”の列より短くてはならない
- **ダイヤモンド**—ブロックの真ん中の列は最長でなければならない

レベル 1&2

- 全てのスケーターは、同じ滑走方向を使用しなければならず、同じ滑走方向、同じ足での同じターン/ステップ/エッジ/リンクングステップを行わなければならない

レベル 3&4

- 列が同じ滑走方向を使用する場合: 全てのスケーターは、同じ足での同じターン/ステップ/エッジ/リンクングステップを行わなければならない
- 列が異なる滑走方向を使用する場合: 全てのスケーターは、同じターン/ステップ/エッジ/リンクングステップを行わなければならない
- 同じ列にいる全てのスケーターは、同じ滑走方向で、同じ足での同じターン/ステップ/エッジ/リンクングステップを行わなければならない
 - ツウィズルで PB/PL が終わる場合 — 列は他の列と同じ滑走方向で終了するためにツウィズルで追加のローテーションを含んでよい

ピボットティングの一般要件

ピボットティングは以下の通りでなければならない:

- 連続的で切れ目がないこと
- 1 方向でのみで行うこと
- 全てのレベルで: ピボットティングは最初の要求されるターンのエントリーエッジがカウントされたら開始となる
- 隊形変化は許されない

シンクロナイズドスピンエレメンツ

難度グループ				
レベルベース SySpB	レベル 1 SySp1	レベル 2 SySp2	レベル 3 SySp3	レベル 4 SySp4
基本要件のみを満たす	1つのフィーチャー	2つのフィーチャー	3つのフィーチャー	4つのフィーチャー - #3を含むこと

フィーチャー	
1. チェンジオブフット	4. 異なる種類のスピン
2. チェンジオブスピンポジション	5. エントリーバリエーション
3. ディフィカルトスピンポジション	6. 同じスピン

コレオグラフィック要件

- 全てのスケーターはスピンのエントリーとエグジットを同じタイミングで行わなければならない(フィーチャーを含む)
- フィーチャーは、要求される人数のスケーターで同時に行わなければならない

要素の一般要件:

スピンポジションの種類: キャメル、シット、アップライト

- 最大 2 つの異なる“スピンポジションの種類”を同時に行うことが許される
- 各“スピンポジションの種類”のバリエーションは少なくともチームの 1/4 で行っている場合許される

スピンの種類: ソロスピン、ペアスピン

フィーチャーの一般要件

全てのスケーターは特に記載のない限り、同じムーブメントで同じフィーチャーを行わなければならない

フィーチャー要件

1. チェンジオブフット

- 各足で少なくとも 2 回転行わなければならない

2. チェンジオブスピンポジション

- 各々が正確なスピンポジションで、少なくとも 2 回転が要求される

SySp1 & SySp2

- 少なくともチームの 1/2 が参加しなければならない
- 2 つの異なる種類の正確なスピンポジションを含まなければならない
- このポジションは、チームの残りのパートと同じでも異なってもよい
- 各々が正確なスピンポジションで、少なくとも 2 回転が要求される

SySp3 & SySp4

- 全てのスケーターが 3 つの異なる、正確なスピンポジションの種類を行わなければならない

3. ディフィカルトスピンポジション

- 少なくともチームの 1/2 が同じ正確なディフィカルトスピンポジションを行わなければならない
- 以下の写真(に限らない)はディフィカルトスピンポジションとみなされる
- ペアスピンの場合、各ペアのうちの 1 人のスケーターはディフィカルトスピンポジションでなければならないが、もう 1 人のスケーターはベーシックポジションでもよい

4. 異なる種類のスピン

- 少なくともチームの 1/2 が同じスピンの種類を正確なスピンポジションで行わなければならない
- ソロスピンとペアスピンの両方が同時に行われなければならない

5. エントリーバリエーション

- 異なるムーブメントは少なくともチームの 1/4 で行う場合許される

以下から選択する;

片足の難しいターンのシリーズ

- シリーズには少なくとも2つの認識可能な”片足の難しいターン”が入っていなければならない
- 最後のターンのエグジットエッジがスピンのエントリーでなければならない

バタフライ

- チェンジエッジ/足換え又はターンは、fe とスピンのエントリーの間で許される

イリュージョン

- スピン開始でのスピニングフットで行わなければならない

フリースケーティングムーブ(fm)

- チェンジエッジ又はターンは fm とスピンのエントリーの間で許される

アンエクスペクティド(予想外の)エントリー

- 明確な準備なしのアンエクスペクティドエントリー
- チェンジエッジ/足換え又はターンは、アンエクスペクティドエントリーとスピンのエントリーの間で許される

6. 同じスピン

- ソロスピンでなければならない
- 同じ正確なスピンポジションを行わなければならない

個々のソロのディフィカルトスピンポジション(以下の例に限らない)					
キャメルポジション			アップライトポジション		
キャメルバリエーション 	キャメルサイドウェイズ 	キャメルアップワード 	アップライトストレートとサイドウェイズ 	アップライトビールマン 	アップライトレイバック 
膝は腰よりも高い位置					
シットポジション			非基本姿勢(NBP)		
シットフォワード 	シットサイドウェイズ 	シットビハインド 			
ペア- ディフィカルトポジション					
シットフォワード 	シットビハインド 	シットバック 	シットレイバック 	フリーフットをホールドしたシット 	スプリットライクポジション 

トラベリングエレメンツ

難度グループ				
レベルベース TrEB	レベル 1 TrE1	レベル 2 TrE2	レベル 3 TrE3	レベル 4 TrE4
基本要件のみを満たす	1つのフィーチャー	2つのフィーチャー	3つのフィーチャー	4つのフィーチャー - #7を必ず含むこと

フィーチャー	
1. チェンジオブプレイス	5. インターロッキング
2. チェンジオブレラティブポジション	6. インターセクティング(ウィールのみ)
3. 隊形変化	7. 2つの連続するバックワード 360° ローテーション
4. 要素の形の変化	8. ウィービング(サークルのみ)

コレオグラフィック要件

- フィーチャーは要求される人数のスケーターで同時に行わなければならない
- 少なくとも2つ以上の同じ又は異なる要素の形を行う場合、それらは同時にトラベルしなければならない

要素の一般要件

トラベルは1つ又は複数のサークル又はウィールもしくはそれらの組み合わせで行わなければならない

トラベルの一般要件

要素は、トラベル中連続して回転し続けなければならない

フィーチャーの一般要件

- 全てのスケーターは特に記載のない限り、同じムーブメントで同じフィーチャーを行わなければならない
- 別々でも一緒に行ってもよい
- 要素はフィーチャーの前、間、後で明確にトラベルしなければならない
- 隊形変化のフィーチャーを行う場合、他のフィーチャーはどちらの隊形で行っても2つの隊形にわたって行ってもよい

フィーチャーの要件

1. チェンジオブプレイス

- 異なるムーブメントは少なくともチームの 1/2 で使用される場合に許される
- スケーターが同じ要素の形および/又は隊形にとどまっている間に行わなければならない

2. チェンジオブレラティブポジション

- フィーチャーはインターセクティング又は通り過ぎる等あらゆる方法で行ってよい
- 個々のスケーターが1つのサークルから他方のサークルへ(1度に1人のスケーターが8の字パターンで滑ること)位置を変えてもよい

3. 隊形変化

- 両方の隊形に参加しなければならない
- 同じ要素の異なる認識可能な隊形が2つなければならない

4. 要素の形の変化

- 両方の要素の形に参加しなければならない
- 2つの異なる認識可能な要素の形でなければならない

5. インターロッキング

サークル - 少なくともチームの 1/2 は各々が連続して次々とインターロッキングしなければならない

ウィール - 全てのスポークは連続して次々とインターロッキングしなければならない

6. インターセクティング/パススルー(ウィールのみ)

- 少なくともチームの 1/2 が参加しなければならない

- 同じ又は異なるスケーターが少なくとも2度(2回別々のタイミングで)行わなければならない

7. 2つの連続するバックワード360°ローテーション

- 2つのバックワード360°ローテーションの間のホールドは許されない
- 全てのスケーターが同じターンをしなければならない

レベル1&2: 2つのバックワード360°の連続したローテーションを行わなければならない(ダブルスリーターンおよび/又はツイズル)

レベル3&4: バックワード720°以上のツイズルで、他のフィーチャーと組み合わせて行わなければならない

8. ウィービング(サークルのみ)

- 2度、各々が連続して次々とウィービングしなければならない

ツイズルエレメンツ

難度グループ				
レベルベース TwEB	レベル1 TwE1	レベル2 TwE2	レベル3 TwE3	レベル4 TwE4
全てのスケーターは各ツイズルで回転を試みなければならない 基本要件のみを満たす	各ツイズルは同じ又は異なる回転方向であること 各ツイズルは少なくとも1回転していること +1つのフィーチャー	各ツイズルは異なる回転方向であること かつ 各ツイズルは少なくとも2回転していること +2つのフィーチャー	各ツイズルは異なる回転方向であること かつ 各ツイズルは少なくとも3回転していること +3つの異なるグループから3つのフィーチャー	各ツイズルは異なる回転方向であること かつ 各ツイズルは少なくとも4回転していること +4つの異なるグループから4つのフィーチャー

フィーチャー		
グループ A		グループ C
1. 連続した腕のムーブメント		1. サードツイズル
2. ハンズアバードザショルダー		2. ツィズル間のインタラクション
3. ハンズクラスプドインフロント		3. ジャンプエントリー
グループ B		グループ D
1. チェンジオブフリーレッグポジション		1. チェンジオブプレイス
2. フリーレッグエクステンデッド		2. 隊形変化
3. ブレード又はブーツのホールド		3. 要素の形の変化

コレオグラフィック要件

- 全てのスケーターが同時に同じツイズルとフィーチャーの組み合わせを行わなければならない

要素の一般要件

- 各ツイズルは異なる足で行わなければならない
- 最大4つのフットプレースメントが各ツイズルの間で許される(ジャンプエントリーを含む)
 - 5つ目のフットプレースメントはツイズルのエントリーでなければならない

フィーチャーの一般要件

- フィーチャーは、どのツイズルに含まれていてもよい

フィーチャーの要件

全てのスケーターは特に記載のない限り、同じムーブメントで同じフィーチャーを行わなければならない

グループ A – 上半身/手のフィーチャー

1. 連続した腕のムーブメント

- ツウィズルの開始と同時にムーブメントを開始しなければならず、要求される回転数の完了まで継続していなければならない
- ムーブメントはフィクスト(固定の)ポジションがないよう、途切れることなく行わなければならない
- 同時にブレード又はブーツのホールドを行う場合、片腕のみで行ってもよい

2. ハンズアバースザショルダー

- ツウィズルの開始と同時に両手は肩より上のフィクスト(固定の)ポジションをとらなければならず、要求される回転数が完了するまで保持しなければならない
- 同時にブレード又はブーツのホールドを行う場合、片腕のみで行ってもよい

3. ハンズクラスプドインフロント

- ツウィズルの開始と同時に両手をフィクスト(固定の)/つないだポジションへ動かし、要求される回転数が終わるまで保持しなければならない
- どのような高さでもよいが、両腕がまっすぐ、身体の前で伸ばしていなければならない

グループ B – フリーレッグのフィーチャー

1. チェンジオブフリーレッグポジション

- ツウィズルを行っている間にフリーレッグを 1 つのポジションから別のポジションへ変更すること
- 各ポジションは明らかに異なり、認識できなければならない
- フリーレッグポジションそれぞれで要求される回転数はない

2. フリーレッグエクステンディド

- ツウィズルの開始とともにフリーレッグは 45° とし、要求される回転数が終わるまで保持しなければならない

3. ブレード又はブーツのホールド

- ツウィズルの開始とともにブレード又はブーツをホールドし、要求される回転数が終わるまでホールドを保持しなければならない

グループ C – エントリー/エグジットのフィーチャー

1. サードツウィズル

- ツウィズルの組み合わせで行ったものと同じ又はそれ以上回転しなければならない

2. ツウィズル間のインタラクション

- 全てのスケーターは初めの 2 つのツウィズルの間のみでインタラクトしなければならない
- 手をホールドする、又は他のスケーターとすれ違うのみでは、フィーチャーの要件を満たさない
- チームの 1/2 が行う場合、異なるムーブメントは許される

3. ジャンプエントリー

- 認識可能なリストイドジャンプでなければならない
 - ワルツジャンプは TwE1 と TwE2 のみで許される
- ランディングフットがツウィズルのエントリーフットでなければならない
- ランディングとツウィズルの間のターンやチェンジアッジは許されない

グループ D – 要素のフィーチャー

- ジャンプエントリーのフィーチャーを含むツウィズルのエントリーから開始しなければならない
- 互いが通り抜ける間はツウィズルを続けていなければならない

1. チェンジオブプレイス

- スケーターが同じ要素の形および/又は隊形にとどまっている間に行わなければならない

2. 隊形変化

- 両方の隊形に参加しなければならない
- 同じ要素の異なる認識可能な隊形が 2 つなければならない

3. 要素の形の変化

- 両方の要素の形に参加しなければならない
- 2 つの異なる認識可能な要素の形でなければならない