

Caté gorie	Test maxi	CONTENU AUTORISE Chaque catégorie comporte un programme libre uniquement ainsi défini	Temps programme
1 (D)	Patin Acier	Cf règlement national Poussin, avenir, et + de 10ans	1mn45 +/- 10s
2 (C)	PN1	Cf règlement national Poussin, avenir et + de 10ans	1mn45 +/- 10s
3 (B)	PN2	Cf règlement national Poussin, avenir, minime et + de 13 ans (novice, junior, senior)	2 mn 30 +/- 10 s
4 A modifiée	PN3ou prelim	CONTENU TECHNIQUE PN4 : lutz maxi Sauts : 4 max. dont 2 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples sauf Axel 2 Pirouettes différentes sans entrée sautée ni de changée de pied : 1 parmi USP, SSP, CSP et 1 Co SP Séquence Pas/: 1StSq Minime et + de 13 ans (novice, junior, senior)	2 mn 30 +/- 10 s
4 (A)	PN4ou prelim	Cf règlement national Poussin, avenir, minime et + de 13ans (novice, junior, senior)	2mn30 +/- 10 s
5	PN8 ou Prépa	Programme Basic Novice, selon règlement national	2 mn30 +/- 10 s
6	PN10ou pré-Bze	Programme Intermédiaire, selon règlement national	Temps Cf Rgl Nationa
7	Cf Rgl National	Programmes Fédéral 2, selon règlement national par catégorie d'âge	Temps Cf Rgl National
8	Cf Rgl National	Programme Fédéral 1, selon règlement national par catégorie d'âge	Temps Cf Rgl National
9	Cf Rgl National	Programme National 2, selon règlement national par catégorie d'âge	Temps Cf Rgl National
10	Cf Rgl National	Programme National 1 ( obligation de 1A en poussin, de 2Fou 2Lz en avenir, de 2A en MIN ; et nov. de 1 triple pour les filles et 2 triple pour les garçons en junior et 2 triple différents en senior fille et 3 différents pour les garçons	Temps Cf Rgl National
11	Adultes	Selon règlement ISU	Temps Cf Rgl national
12	Couples	Programme national conforme à la saison en cours	Temps Cf Rgl national

**PRECISIONS**

- Un sous groupe « catégorie débutant » pourra exister uniquement si le timing compétitif le permet. Médaille max 5eme lame Contenu : 1 Usp 2 pieds 3trs (1pied non validé ) 1attitude au choix et un pas (1/3 de piste ou cercle hockey). **Cette catégorie NE fait pas partie de la Coupe Régionale ET devra avoir une appellation DIFFERENTE(Coupe départementale etc).**
- Le niveau technique ne peut être supérieur à 1 dans les 4 premières catégories (y compris la 4A MODIFIEE) et un saut ne peut pas être répété en dehors de la combinaison ou de la séquence, les composantes sont identiques au Rgt national selon les catégories
- Dans toutes les 4 premières catégories, Poussin et Avenir CSNPA, les patineurs ne doivent pas avoir la Preliminaire.
- Il est demandé au club organisateur de regrouper les catégories garçon dans le déroulement de la compétition
- Les tps d'échauffement jusqu'à la catégorie 4-A sont de 4mn et les groupes peuvent comporter 8 patineurs
- Les tps d'échauffement des PL Basic sont de 4mn, les Intermédiaires nov. et advanced nov. sont de 5 mn , les autres sont de 6 mn.

Il est donc important pour les clubs organisateurs de vérifier que leurs regroupements de groupes à l'échauffement soient compatibles au niveau du temps d'échauffement.