



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

ADULTES 2024/2025

Danse Imposées

| Catégories COUPLES | | Catégories SOLOS | |
|--------------------------|--|---------------------|------------------------------|
| Préliminaire | Cha Cha (3 séquences) Canasta Tango (3 séquences) | Préliminaire | Canasta Tango (3 séquences) |
| Préparatoire | Swing Dance (2 séquences) Axe court | Préparatoire | Swing Dance (2 séquences) |
| PréBronze | Valse Willow (2 séquences) Tango Fiesta (2 séquences) | PréBronze | Tango Fiesta (2 séquences) |
| Bronze ISU | Pas de 14 (4 séquences) Swing Dance (2 séquences) | Bronze | Pas de 14 (4 séquences) |
| Silver ISU | Rocker Foxtrot (4 séquences) Blues (3 séquences) | Argent | Rocker Foxtrot (4 séquences) |
| | | Vermeil | Blues (3 séquences) |
| Gold ISU | Starlight Waltz (2 séquences) Kilian (4 séquences) | Or Solo | Quickstep (4 séquences) |
| Masters ISU | Starlight Waltz (2 séquences) Quickstep (4 séquences) | | |
| Masters Elite ISU | Starlight Waltz (2 séquences) Quickstep (4 séquences) | | |

Échauffement : 3 minutes (30 secondes sans musique et 3 x 50 secondes en musique)

INFOS :

>>> Pas :

- > Les hommes patinent les pas de l'Homme et les femmes patinent les pas de la Femme.

>>> Musique :

- > Conformément au paragraphe 5 du règlement ISU pour Adultes 2024/2025, les patineurs doivent fournir leur propre musique pour toutes les Danses Imposées choisies. Les musiques ne seront pas fournies par l'organisateur de la compétition.
- > Les musiques officielles des Danses imposées ISU et non ISU sont autorisées (piste 1 à 5 uniquement, la 6ème étant réservée aux échauffements).
- > Musique vocale autorisée
- > Dans tous les cas, la musique doit être choisie en accord avec le rythme et dans le respect du tempo de la danse imposée.
- > La musique, enregistrée en mp3, doit être envoyée à l'organisateur de la compétition et conservée sur support USB de secours.
- > Les fichiers musicaux doivent être renommés selon les modèles décrits dans la comm CSNDG n° 369, **AVANT** d'être envoyés à l'organisateur de la compétition.
- > Une violation des spécifications du tempo conduira à une déduction de 1.0 point par le Juge Arbitre.

[Voir détails en dernière page \(Définitions\)](#)



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

ADULTES 2024/2025

Danse Rythmique (Couple)

Thème : "Danses Sociales et Styles des Années 50/60/70"

| Argent ISU/Silver ISU | 2'20 +/- 10 sec | |
|---------------------------------------|---|----------------------------------|
| Or ISU/Gold ISU | 2'20 +/- 10 sec | |
| * 2 Sections de Paso Doble | 1PDsq, 2PDsq | |
| * 1 porté court maximum (8 sec max) : | Stationnary ou Straight Line ou Curve ou Rotational Lift | StaLi ou SILi ou CuLi ou RoLi |
| * 1 Séquence de Pas Chorégraphique | Axe Court | ChSt |
| * 1 Série de Twizzles Séquentiels | | SqTwW + SqTwM |
| Masters ISU / Masters Elite ISU | 2'50 +/- 10 sec | |
| * 2 Sections de Paso Doble | | 1PDsq, 2PDsq |
| * 1 porté court maximum (8 sec max) : | Stationnary ou Straight Line ou Curve ou Rotational Lift | StaLi ou SILi ou CuLi ou RoLi |
| * 1 Séquence de Pas (Style B) : | Médiane ou Diagonale | MiStW + MiStM DiStW + DiStM |
| * 1 Série de Twizzles Séquentiels | | SqTwW + SqTwM |

Musique vocale autorisée

Échauffement 5 minutes

INFOS :

[Diagramme Paso Doble](#)

>>> 2 Sections de Paso Doble :

- > patinées selon n'importe quel style de danse, mais en respectant le tempo :
56 mesures de 2 temps, soit 112 battements par minute (+/- 2 battements par minute)
- > Le premier pas de la danse commence sur le rythme d'une phrase musicale.
- > Le Paso Doble sera jugé avec Points-Clé. [\(Comm ISU 2630, section 1.3 pour la description des Points-Clé\)](#)
- > 1PD et 2PD : Pas #1 à 28
- > 2 séries patinées dans n'importe quel ordre : l'une après l'autre ou séparément.
- > Le pas #1 de 1PD et 2PD doivent être patinés du côté gauche des juges.
- > Une variation de prises de main est autorisée, à l'exclusion du "main à main"
- > 1P : la Femme patine les pas de la Femme et l'Homme les pas de l'Homme (règle ISU 707 parag 2)
- > 2P : la Femme patine les pas de l'Homme et l'Homme les pas de la Femme
- > Poussee/Transition vers le pas suivant :
 - Un changement de carre dans la dernière 1/2 mesure du pas est autorisé pour préparer la poussee/transition vers le pas suivant.
 - La description, le tableau et le diagramme de la danse imposée Paso Doble sont inclus dans le ISU Handbook Ice Dance 2003.

>>> Arrêt pendant le programme : jusqu'à 2 autorisés (max 5 sec) ou 1 arrêt (10 sec max)

>>> 1 Série de Twizzles Séquentiels

- > Au moins 2 Twizzles pour chaque partenaire.
- > Pas plus d'1 pas entre chaque Twizzle
Chaque poussee et/ou transfert de poids sur deux pieds entre des Twizzles est considéré(e) comme un pas.
- > Les partenaires NE doivent PAS être en contact entre les Twizzles.

[Voir détails en dernière page \(Définitions\)](#)



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

ADULTES 2024/2025

Danse Libre Couple

| Préparatoire (non ISU) (Nouvelle catégorie !) | | 1'30 +/- 10 sec |
|---|---|---|
| * 1 Pose Synchronisée | Sera comptée niveau 1 Max | SpEe* |
| * 1 Pirouette de Danse | NON combinée | DSP |
| * 1 Séquence de Pas Chorégraphique | Axe court | ChSt |
| Bronze ISU | | 1'50 +/- 10 sec |
| * 1 Porté Court (7 secondes max) | Sera compté niveau 1 Max | StaLi, SILi, CuLi, RoLi |
| * 1 Pirouette de Danse | NON combinée | DSP |
| * 1 Séquence de Pas Chorégraphique | Axe court | ChSt |
| Argent/Silver ISU | | 2'30 +/- 10 sec |
| * 1 Porté Court (8 secondes max) | Sera compté niveau 2 Max | StaLi, SILi, CuLi, RoLi |
| * 1 Pirouette de Danse | Combinée AUTORISÉE | DSP |
| * 1 Séquence de Pas de Style B en positions Ligne droite ou courbe | Médiane ou Diagonale ou Circulaire ou Serpentine | MiStW + MiStM ou DiStW + DiStM ou CiStW + CiStM ou SeStW + SeStM |
| * 1 Série de Twizzles Synchronisés | | SyTwW + SyTwM |
| Or/Gold ISU | | 3'00 +/- 10 sec |
| Masters ISU / Masters Elite ISU | | 3'00 +/- 10 sec |
| * 2 Portés Courts (8 sec max par porté) OU 1 Porté Combiné (13 sec max) | Types différents | StaLi, SILi, CuLi, RoLi |
| * 1 Pirouette de Danse | Combinée AUTORISÉE | DSP |
| * 1 Séquence de Pas de Style B en positions Ligne droite ou courbe | Médiane ou Diagonale ou Circulaire ou Serpentine | MiStW + MiStM ou DiStW + DiStM ou CiStW + CiStM ou SeStW + SeStM |
| * 1 Série de Twizzles Synchronisés | | SyTwW + SyTwM |

Échauffement 5 minutes

INFOS :

>>> Musique

- > Vocale autorisée
- > Battements audibles obligatoires
- > Programmes des catégories ISU :
au moins un changement de rythme (tempo) évident, graduel ou immédiat, mais obligatoire

>>> 1 Pirouette de Danse

- > Une pirouette exécutée par le couple, ensemble, dans n'importe quelle prise.
- > À réaliser sur place autour d'un axe commun, sur un pied, avec ou sans changement(s) de pied par l'un des deux (ou les deux) partenaires

>>> 1 Pose Synchronisée

- > 1 pose courte par partenaire, réalisées dans le même temps.

** Code SpEe utilisé quelque soit le choix des 2 poses simultanées*

>>> 1 séquence de Pas Chorégraphique

- > N'importe quelle séquence de Pas utilisant au moins la moitié de la glace.
- > Aucune caractéristique ne sera comptabilisée.

>>> 1 Série de Twizzles Synchronisés

- > Au moins 2 Twizzles pour chaque partenaire.
- > Entre 2 et 4 pas max entre le 1er et le 2ème Twizzle. (Chaque pose de pied compte comme un pas)
- > Les partenaires PEUVENT être en contact entre le 1er et le 2ème Twizzle

Voir détails en dernière page (Définitions)



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

ADULTES 2024/2025

Danse Libre Solo

| Préparatoire | | 1'30 +/- 10 sec |
|---|---|---|
| * 1 Pose courte | | Voir Codes Edge* |
| * 1 Pirouette de Danse (pouvant être démarrée sur 2 pieds) 1 tour minimum | | DSp |
| * 1 Série de pas Chorégraphique | Axe court | ChSt |
| PréBronze | | 1'30 +/- 10 sec |
| * 2 Poses courtes séparées | | Voir Codes Edge* |
| * 1 Pirouette de Danse (NON combinée) | 2 tours minimum | DSp |
| * 1 Série de pas Chorégraphique | Axe court | ChSt |
| Bronze | | 1'50 +/- 10 sec |
| * 2 Poses courtes ou 1 Pose combinée | | Voir Codes Edge* |
| * 1 Pirouette de Danse | 2 tours minimum | DSp |
| * 1 Série de pas Chorégraphique | Axe court | ChSt |
| * 1 Série de Twizzles | | SyTwW + SyTwM |
| Argent | | 2'10 +/- 10 sec |
| * 2 Poses courtes ou 1 Pose combinée | | Voir Codes Edge* |
| * 1 Pirouette de Danse | 3 tours minimum | DSp |
| * 1 Séquence de Pas en ligne courbe | Circulaire ou Serpentine | CiStW + CiStM ou SeStW + SeStM |
| * 1 Série de Twizzles | | SyTwW + SyTwM |
| Or | | 2'30 +/- 10 sec |
| * 2 Poses courtes ou 1 Pose combinée | | Voir Codes Edge* |
| * 1 Pirouette de Danse | 3 tours minimum | DSp |
| * 1 Séquence de Pas au choix : | Circulaire ou Serpentine ou Médiane ou Diagonale | CiStW + CiStM ou SeStW + SeStM ou MiStW + MiStM ou DiStW + DiStM |
| * 1 Série de Twizzles | | SyTwW + SyTwM |
| * 1 Élément Chorégraphique <u>au choix</u> : | > Série de pas > Twizzle > Pirouette > Mouvement glissé | ChSt ChTw ChSp ChSl |

Échauffement 5 minutes

INFOS :

>>> Musique

- > Vocale autorisée
- > Battements audibles obligatoires
- > Programmes de plus de 2 minutes (donc à partir d'Argent) :
changement de rythme (tempo) **conseillé** (graduel ou immédiat) mais **NON obligatoire**

>>> **Prébronze** : les poses courtes doivent être **séparées** et ne pas former de pose combinée.

>>> Groupes de Poses/Edge :

- > Cafetière/Aigle 90° en dedans Crouch Edge Element (*accroupi*)
- > Ina Bauer Ina Bauer Edge Element
- > Arabesque/Fenêtre/Royale/1/Y/F/Charlotte/135... Spiral Edge Element
- > Grand Aigle /Aigle 90° en dehors Spread Eagle Edge Element

*Codes Edge :

CrEe
IBEe
SpEe
SeEe (ou SaEe)

>>> Pirouette de Danse :

- > Combinaison/changement de pied autorisé pour Bronze/Argent/Or
 - > Le nombre de tours requis est de 3 pour obtenir le feature "Changement de pied"
- Voir détails en dernière page (Définitions)*



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

ADULTES 2024/2025

Définitions

Documentation à voir

[Règlement ISU Adult Figure Skating 2024 2025](#)
[Règlement Sportif National CSNDG 2024/2025](#)
[Communication ISU 2630](#)
[Communications CSNDG 365, 366 et 367](#)

| | |
|--|--|
| <u>Pose courte :</u> | Minimum 3 secondes, maximum 8 secondes |
| <u>Pose combinée :</u> | 2 poses courtes enchaînées, mini 3 sec chacune, maximum 13 sec au total |
| <u>Pose synchronisée :</u> | Poses courtes simultanées (similaires ou différentes) en couple, max 8 sec. |
| <u>2 Poses courtes ou 1 combinée :</u> | Poses clairement séparées ou enchaînées |
| <u>Porté court :</u> | Maximum 8 secondes à partir de Silver ISU (7 sec en Bronze) Stationnaire, Ligne droite, en Courbe ou Rotatif |
| <u>Porté long (combiné) :</u> | Maximum 13 secondes Stationnaire, Ligne droite, en Courbe ou Rotatif |
| <u>Pirouette de Danse :</u> | Ce sont les différentes positions qui comptent Avec changement de pied <u>possible</u> , mais pas obligatoire (Changement NON autorisé en Préparatoire et Prébronze) |
| <u>Séquence de pas :</u> | Comportant des retournements |
| <u>Série de pas chorégraphique :</u> | Suite de pas et mouvements axés sur l'interprétation de la musique Utilisation de la demie piste (axe court = largeur centrale) |
| <u>Mouvement glissé :</u> | Mouvement exécuté n'importe où dans le programme pendant lequel le patineur réalise des mouvements glissés et contrôlés sur la glace, tenus minimum 2 secondes, sur n'importe quelle partie du corps. |
| <u>Twizzle Chorégraphique :</u> | Un Twizzle de 2 tours minimum, suivi, dans les 3 pas qui suivent, d'une 2ème rotation de 2 tours sur 1 ou 2 pieds. <i>Attention : NE PAS le présenter AVANT la série de twizzles requise.</i> |
| <u>Pirouette Chorégraphique :</u> | Mouvement d'au moins 3 rotations autour d'un axe fixe sur 1 ou 2 pieds de 3 tours MAXIMUM sur 1 PIED ou 3 Tours MINIMUM sur 2 PIEDS ou 2 Tours sur 2 pieds + 1 tour sur 1 pied (ou l'inverse) ou 2 Tours sur 1 pied + 1 tour sur L'AUTRE (ou l'inverse) <i>Attention : NE PAS la présenter AVANT la pirouette requise.</i> |
| <u>Série de Twizzles Séquentiels :</u> (Rhythm Dance) | Pas plus d'1 pas entre chaque Twizzle SANS contact entre les Twizzles (Chaque poussée et/ou transfert de poids sur deux pieds entre des Twizzles est considéré(e) comme un pas.) |
| <u>Série de Twizzles Solo :</u> (Danse Libre Solo) | Entre 2 et 4 pas maximum entre le 1er et le 2ème Twizzle. (Chaque poussée et/ou transfert de poids sur deux pieds entre des Twizzles est considéré(e) comme un pas.) |
| <u>Série de Twizzles Synchronisés :</u> (Danse Libre Couple) | Au moins 2 twizzles par partenaire. Les partenaires PEUVENT être en contact à un moment entre le 1er et le 2ème twizzle. Entre 2 et 4 pas maximum entre le 1er et le 2ème Twizzle. (Chaque pose de pied, transfert ou poussée compte comme un pas) |
| <u>Catégorie Masters :</u> | destinée aux anciens compétiteurs de niveau national et international |
| <u>Catégorie Masters Elite :</u> | destinée aux anciens compétiteurs Juniors/Seniors de niveau national et international |