



Commission Sportive Nationale de Danse sur Glace

ADULTES 2024/2025

Danses Imposées

Catégories COUPLES		Catégories SOLOS	
Préliminaire	Cha Cha (3 séquences) Canasta Tango (3 séquences)	Préliminaire	Canasta Tango (3 séquences)
Préparatoire	Swing Dance (2 séquences) Rhythm Blues (2 séquences)	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.

Info : Sur les protocoles/JugesScores, le code PD du Paso Doble sera utilisé pour le ChaCha.

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 SLi 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 SLi 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
- > Pousée/Transition vers le pas suivant :
 - Un changement de carre dans la dernière 1/2 mesure du pas est autorisé pour préparer la pousée/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 pousée 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		SoTw
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 Courbe	Circulaire ou Serpentine	CiSt ou SeSt
* 1 Série de Twizzles		SoTw
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 :	Médiane ou Diagonale ou Circulaire ou Serpentine	MiSt ou DiSt ou CiSt ou SeSt
* 1 Série de Twizzles		
* 1 Élément Chorégraphique <u>au choix</u> :	> Série de pas > Twizzle > Pirouette > Mouvement glissé	SoTw 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
- > Ina Bauer
- > Arabesque/Fenêtre/Royale/I/Y/F/Charlotte/135...
- > Grand Aigle /Aigle 90° en dehors
- Crouch Edge Element (*accroupi*)
- Ina Bauer Edge Element
- Spiral Edge Element
- 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