

Verbandskaderrichtlinien (m) des Eissport-Verbandes NRW für die Saison 2022/2023

Stichtag für die Altersberechnung ist der 01.07.2022

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
max.8 Jahre AK8 = U9	1. vorwärts Übersetzen (Laufschritt) Kreis mind.2Runden 2. rückwärts Laufschrirte Kreis mind.2 Runden 3. Spirale/Flieger va 4. 3er Walzer in Achterform 2 Runden 5. Drehsprung von 2 Beinen rückwärts auf rückwärts als Kombination mit 1Lo 6. 1Toeloop (1T) 7. 1Salchow (1S) 8. 1Rittberger (1Lo) 9. Standpirouette re (USp re) 10. Sitzpirouette re (SSp re)	R+L R+L R+L	R+L	Kreis an Körpergröße angepasst,Geschwindigkeit+Radius beibehalten drübersteigen nicht erwünscht, auf Kreislage/Abstöße achten Ohne anfassen, mind. 6sec offene Spielbeinhaltung Fuß/Knie/Hüftstreckung!- beidbeinige Landung Absprung von vorwärts nicht erlaubt - aus 2 verschiedenen Ansätzen aus 2 versch. Ansätzen 6 Umdrehungen (gestrecktes, leicht gebeugtes Standbein-Def.It.ISU) 4 Umdrehungen (Standbeinoberschenkel parallel zum Eis-Def. It. ISU)
max. 9 Jahre mind. KK8 AK9 = U10	1. vorwärts +rückwärts Übersetzen im Wechsel mindestens 2 Runden 2. 3er Walzer in Achterform 2 Runden 3. Spirale/Flieger ve und ra 4. Mondvariationen oder Ina Bauer 5. Doppeldreier ve in Serpentine 6. schnelle beidbeinige Drehsprünge von r auf r 7. 1Flip (1F) 8. 1Lutz (1Lz) 9. 1Axel (1A) 10. Waagepirouette re m.Fußwechsel in Standpirouette ra (CSp+Usp)	R+L R+L	R+L R+L R+L R+L	nach 4 Schritten wechseln, mit Auslauf beenden geschlossenen Spielbeinhaltung Mond einwärts kann mit gebeugten Knien sein am Ende des Doppeldreier Standbeinhüfte hinten kurzer Eiskontakt,schneller Absprung, 3x hintereinander Landung in Auslaufhaltung korrekte Kante, 2 unterschiedl. Ansätze korrekte Kante 4/4Umdrehungen, Fußwechsel mit erkennbaren Abstoß

Verbandskaderrichtlinien (m) des Eissport-Verbandes NRW für die Saison 2022/2023
Stichtag für die Altersberechnung ist der 01.07.2022

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
max.10 Jahre mind. KK8 AK10 = U11	1. aus dem Stand vorwärts Übersetzen in Schneckenform 2. aus dem Stand rückwärts Übersetzen in Schneckenform 3. Choctaw von ra auf ve 4. 2x Spreizsprung hintereinander+1Flip(1F) 5. Sprungkombination 1 Axel+Doppelsprung 6. Doppelsprung nach Wahl 7. 1Lutz+1Rittberger+1Rittberger (1Lz+1lo+1Lo) 8. <i>Doppelaxel (2A)</i> 9. Wechselsitzpirouette (CSp) 10. Wechselwaagepirouette (CCSp)	R+L R+L	R+L	immer größer werdende Kreise und steigendem Tempo, mit Auslauf im Gegenbogen mit Auslauf im Gegenbogen endend Spielbein in der 4. Position hinten ansetzen 1Axel+2 Toeloop(1A+2T) oder 1A+2 Rittberger(1A+2Lo) <i>optional, ohne Wertung</i> 5/5 Umdrehungen, Ansatz nach Wahl, ohne schwierige Position (feature) 5/5 Umdrehungen, Ansatz anders als bei Element 9 , ohne schwierige Position (feature)
max.11 Jahre mind. KK6 AK11 = U12	1. Schrittfolge aus Dreiern, Wenden, Choctaw, Spitzenschritten, Mohawk 2. Spiralfolge mit 3 Spiralen, Verbindungsschritte erlaubt 3. 2x Walley hintereinander 4. Doppelsprung nach Wahl 5. Doppelsprung nach Wahl <u>aus</u> Schritten 6. Sprungkombination doppelt+einfach 7. Doppelaxel und/oder Dreifachsprung 8. Pirouettenkombination (CCoSp) 8. Pirouette in Basisposition mit 1 schwierigen Variation		R+L R+L	beidseitig, Verbindungsschritte erlaubt Richtungswechsel, 2 schwierige Variationen mind. 6sec halten beidseitige Ausführung möglich verschieden zu Übung 4 verschieden zu Übung 4 und 5 ohne Wertung auf dem 1. Fuß Basisposition frei wählbar, deutlicher Abdruck, nach dem Fußwechsel alle 3 Basispositionen ohne Feature 6 Umdrehungen

Verbandskaderrichtlinien (m) des Eissport-Verbandes NRW für die Saison 2022/2023

Stichtag für die Altersberechnung ist der 01.07.2022

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
max.12 Jahre AK12 = U13	1. Schrittfolge aus Gegendreiern, Gegenwenden, Twizzle, Mohawk 2. Jeté + Dreier ve + Doppelrittberger (2Lo) 3. Doppelflip (2F) oder Doppellutz (2LZ) 4. Sprungkombination aus 2 Doppelsprüngen 5. Sprungfolge aus Rittberger(1Lo) + Euler/Thoren + Doppelsalchow (2S) 6. Doppelaxel (2A) 7. Dreifachsprung 7. eingesprungene Waagepirouette (FCSp) 8. Pirouettenkombination mit Fußwechsel (CCoSp)			Schritte nur mit vorgeschrieben Inhalt ,Verbindungsschritte erlaubt Berücksichtigung Sprungrhythmus Augenmerk richtige Absprungkante unvollendete Drehung < wird akzeptiert ohne Wertung 8 Umdrehungen, Einsprung lt.ISU-Regel, ohne Feature auf beiden Beinen alle 3 Basisposition mit 3 U, Ansatz frei wählbar ohne Feature
max.13 Jahre AK13 = U14	1. Schrittfolge mit mindestens 2 Kombinationen aus 3 schwierigen Drehungen incl.Schlingen - ohne Schlangenbogenverbindung, eine muss verschieden sein 3. Doppellutz (2Lz) 3. Doppelflip+Doppeltoeloop oder Doppelrittberger (2F+2T/2F+2Lo) 4. Doppelaxel (2A) oder Dreifachsprung 5. eingesprungenen Sitzpirouette (FSSp) 6. Butterfly 7. Choreografie aus: 1Pirouette mit 10U +2 Doppelsprüngen aus klar erkennbaren Transitions und non listed jumps		R+L	Schritte nur mit vorgeschrieben Inhalt auf beiden Beinen in beide Richtungen (lt.ISU: turns with a clear rhythm) Augenmerk richtige Absprungkante 8 Umdrehungen, Sitzposition in der Luft erkennbar Eingang auch über stars möglich, mit Drehung in Auslauf beenden max. 1 min +/- 10sec, <u>Reihenfolge</u> : Pirouette-Sprung-Sprung enthalten sein muss der Solosprung des KP der Junioren aus der folgenden Saison, mit Musik Mondvarianten müssen in den Transitions enthalten sein

Verbandskaderrichtlinien (m) des Eissport-Verbandes NRW für die Saison 2022/2023

Stichtag für die Altersberechnung ist der 01.07.2022

Alter	Inhalte	Drehr.	Fuß	Ausführungsbestimmungen/Qualitätsmerkmale
max 14 Jahre AK14 = U15	1. Choreografiensequenz (ChSq) 2. Doppelaxel (2A) 3. Dreifachsprung 4. Doppellutz+Doppeloeloop od. Doppelrittberger (2Lz+2T/2Lz+2Lo) 5. eingesprungene Pirouettenkombination mit Fußwechsel (FCCoSp) 6. Pirouette mit schwierigen Umsprung 7. eingesprungene Pirouettenkombination mit Fußwechsel (FCCoSp) mit schwierigem Eingang			lt.ISU Regeln-volle Ausnutzung der Eisfläche Übung 2 oder 3 als Sprungkombination mit Doppelsprung Übung 3 oder 4 muss mit 2Lo sein Basis zu Basisposition
max. 15 Jahre AK15 = U16	1. Sprungkombination mit Doppelaxel (2A) 2. Dreifachsprung 3. Dreifachsprung 4. ausgewogene Kür mit 2A und 3fach Sprung			untersch.zu Übung 2 od. <u>alternativ</u> Übung 2 als Sprungkombination <u>Alternativ zu Übung 1-4:</u> 90% der BK Norm bei einem relevanten WK

Bemerkung:

Zusätzlich:

Sportmedizinische Untersuchung

AT-Test **60% der Gesamtpunktzahl sind bestanden**