



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

1	97099	UDRZA			APR <b>ib</b>	Alice Maria Fontiela	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

#### Patinar num Círculo Fechado para a Frente

- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Deslizar para trás na Posição de Quatro

- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.
- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- Tronco direito.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Swing Forward Outside (Sw FO)

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.
- \*\*\*Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.\*\*\*
- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Travagem em Semi-Afundo para a Frente

- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.
- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.
- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.
- \*\*\*Utilização do tronco e membros superiores.\*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juiz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juiz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juiz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juiz Nº3:** Telma Luis - APLeI



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

2	96052	UDRZA			APR <b>ib</b>	Yara Lopes Fernandes	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>							
	Nota	0	1	0			Penalização

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	1	0	1			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

3	96099	UDRZA			APR <b>ib</b>	Maria Leonor Sousa		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

#### Patinar num Círculo Fechado para a Frente

- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Deslizar para trás na Posição de Quatro

- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.
- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- Tronco direito.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Swing Forward Outside (Sw FO)

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.
- \*\*\*Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.\*\*\*
- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Travagem em Semi-Afundo para a Frente

- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.
- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.
- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.
- \*\*\*Utilização do tronco e membros superiores.\*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juiz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juiz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juiz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juiz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

4	95818	UDRZA			APR <b>ib</b>	Mariana Canais Ribeiro	
	Nota	5,0	5,1	5,1	Penalização		Resultado
							5,1 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>							
	Nota	0	1	1			Penalização

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

5	96053	UDRZA			APR <b>ib</b>	Rosarinho de Rodrigues		
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	-1	0	0			Penalização	

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>								
	Nota	1	1	1			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

6	96060	UDRZA		APR <b>ib</b>	Paula Rosa Carvalho	
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização	Resultado
						5.0 - Aprovado

#### Patinar num Círculo Fechado para a Frente

- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.

	Nota	0	0	0	Penalização
--	------	---	---	---	-------------

#### Deslizar para trás na Posição de Quatro

- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.
- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- Tronco direito.

	Nota	0	0	0	Penalização
--	------	---	---	---	-------------

#### Swing Forward Outside (Sw FO)

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.
- \*\*\*Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.\*\*\*
- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.

	Nota	-1	-1	0	Penalização
--	------	----	----	---	-------------

#### Travagem em Semi-Afundo para a Frente

- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.
- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.
- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.

	Nota	0	0	0	Penalização
--	------	---	---	---	-------------

#### Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.
- \*\*\*Utilização do tronco e membros superiores.\*\*\*

	Nota	0	1	0	Penalização
--	------	---	---	---	-------------

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juiz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juiz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juiz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juiz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

7	100790	HCSta			APR <b>ib</b>	Raquel Fernandes Fragoso		
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	1	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

8	98825	HCSta			APR <b>ib</b>	Margarida Cordeiro Talhão	
	Nota	5,0	5,1	5,1	Penalização		Resultado
							5,1 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	1	1			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

9	99038	HCSta			APR <b>ib</b>	Jeane Dayla Carvalho			
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

#### Patinar num Círculo Fechado para a Frente

- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).
- Correta execução do Cross-Stroke (XS).
- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.

Nota	0	0	0	Penalização	
------	---	---	---	-------------	--

#### Deslizar para trás na Posição de Quatro

- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.
- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.
- Tronco direito.

Nota	0	0	0	Penalização	
------	---	---	---	-------------	--

#### Swing Forward Outside (Sw FO)

- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.
- \*\*\*Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.\*\*\*
- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.

Nota	-1	-1	-1	Penalização	
------	----	----	----	-------------	--

#### Travagem em Semi-Afundo para a Frente

- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.
- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.
- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.

Nota	0	1	1	Penalização	
------	---	---	---	-------------	--

#### Um Body Movement

- Duração mínima de dois (2) segundos.
- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.
- \*\*\*Utilização do tronco e membros superiores.\*\*\*

Nota	0	0	0	Penalização	
------	---	---	---	-------------	--

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juiz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juiz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juiz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juiz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

10	96471	UDCha	APR <b>ib</b>	Mafalda Moedas Trincão				
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>								
	Nota	0	0	1			Penalização	

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	1	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

11	99775	UDCha	APR <b>ib</b>	Maria Carlota Arsénio			
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>							
	Nota	0	0	1			Penalização

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	1	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

12	98348	JO			APR <b>ib</b>	Raquel Lopes		
	Nota	5,1	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	1	1	1			Penalização	

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

13	98586	HCTig			APR <b>ib</b>	Filipa Hanganu Masgalos			
	Nota	4,8	4,8	4,8	Penalização			Resultado	4,8 - Reprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>									
	Nota	-1	-1	-1				Penalização	

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>									
	Nota	-1	-1	-1				Penalização	

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

#### **Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova**

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

14	96475	CDTN			APR <b>ib</b>	Anita Mota Ferreira			
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	-1	0	-1				Penalização	

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>									
	Nota	1	1	1				Penalização	

#### **Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova**

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. I

15	99447	CDTN			APR <b>ib</b>	Ana Carolina Afanasiev			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Patinar num Círculo Fechado para a Frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Forward Outside (S FO) e Forward Inside (S FI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke (S) Inside e o início do Stroke (S) Outside seguinte.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0					Penalização

<b>Deslizar para trás na Posição de Quatro</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquisição da posição requerida de forma rápida e correta.</li> <li>- Cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- Tronco direito.</li> </ul>									
	Nota	0	1	1					Penalização

<b>Swing Forward Outside (Sw FO)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem grandes oscilações de tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado exterior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em posição "AND", sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	-1	-1	-1					Penalização

<b>Travagem em Semi-Afundo para a Frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- No final do exercício o atleta deverá ficar completamente imobilizado.</li> <li>- A perna da frente deverá estar semi fletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente.</li> <li>- Os ombros, cabeça, bacia e o calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0					Penalização

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- De acordo com o estilo e ritmo musical escolhido.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros superiores.***</li> </ul>									
	Nota	1	0	0					Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

1	99385	SCDGR			APR <b>ib</b>	Camila Monteiro Faustino			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Change of Edge sobre um pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

2	96469	UDCha			APR <b>ib</b>	Carlota Maria Cardoso			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Change of Edge sobre um pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

3	96226	UDCha	APR <b>ib</b>	Maria Francisca Jejum			
	Nota	4,9	4,8	4,9	Penalização		Resultado
							4,9 - Reprovado

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	-1	0			Penalização

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Change of Edge sobre um pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

4	94845	UDCha		APR <b>ib</b>	Maria Inês Pimenta	
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização	Resultado
						5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>						
	Nota	0	1	1		Penalização

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0		Penalização

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>						
	Nota	0	0	0		Penalização

<b>Change of Edge sobre um pé</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0		Penalização

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>						
	Nota	-1	-1	-1		Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

5	97730	UDCha			APR <b>ib</b>	Francisca Maria Mira		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

6	98617	HCSta			APR <b>ib</b>	Amélia Almeida Mendes	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Change of Edge sobre um pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

7	98840	HCSta			APR <b>ib</b>	Maria Clara Migueis			
	Nota	5.0	5,1	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>									
	Nota	0	1	0			Penalização		

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Change of Edge sobre um pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

8	98941	HCSta		APR <b>ib</b>	Joana Filipa Epifanio	
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização	Resultado
						5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>						
	Nota	0	1	0	Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>						
	Nota	0	0	1	Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>						
	Nota	-1	-1	-1	Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

9	93530	HCSta			APR <b>ib</b>	Inês lanuale			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

#### **Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova**

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

10	99039	HCSta			APR <b>ib</b>	Jayna Daniela Carvalho		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

11	96923	JO	APR <b>ib</b>	Luísa Patriarca Gonçalves			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Change of Edge sobre um pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

12	94645	JO	APR <b>ib</b>	Luísa Aquino Reis			
	Nota	4,7	4,9	4,8	Penalização		Resultado 4,8 - Reprovado

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>							
	Nota	-1	0	-1			Penalização

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>							
	Nota	-1	0	0			Penalização

<b>Change of Edge sobre um pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

13	99293	SCT	APR <b>ib</b>	Carolina Martinho Santos				
	Nota	4,7	4,7	4,7	Penalização		Resultado	4,7 - Reprovado

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	-1			Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	0			Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

14	96756	SCT			APR <b>ib</b>	Margarida Santos Borrego		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

15	91297	UDRZA			APR <b>ib</b>	Lara Julião Parreira		
	Nota	5,1	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Change of Edge sobre um pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>								
	Nota	1	1	1			Penalização	

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. II

16	95474	UDRZA			APR <b>ib</b>	Nair Azeitona Veloso	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Um Body Movement</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos.</li> <li>- Combinar a execução do body movement com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- ***Utilização do tronco e membros inferiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Patinar num Círculo Fechado para Trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição de Stroke Backward Outside (S BO) e Backward Inside (S BI).</li> <li>- Correta execução do Cross-Stroke (XS).</li> <li>- Correta definição da posição "AND" entre o final do Stroke Inside (S I) e o início do Stroke Outside (S O) seguinte.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Realizar um Avião seguido de Carrinho com o Mesmo Pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avião: perna livre e portadora deverão estar em extensão.</li> <li>- ***Avião: a cintura escapular e bacia deverão estar alinhadas no mesmo plano. A perna livre poderá estar alinhada no mesmo plano ou num plano superior.***</li> <li>- ***Carrinho: baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Change of Edge sobre um pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ***Correta definição de rodados exteriores e interiores.***</li> <li>- Durante cinco (5) metros sobre cada um dos pés.</li> <li>- A perna livre deverá estar em extensão à frente ou atrás.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação: Swing Forward Inside + Mohawk Inside - de frente para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correto movimento "balanceado" da perna livre, sem oscilações do tronco.</li> <li>- ***Manutenção clara do rodado interior durante toda a execução do exercício.***</li> <li>- Finalização do exercício em deslize para trás sem alteração de rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

1	99291	SCT			APR <b>ib</b>	Íris Goncalves Rodrigues		
	Nota	5,1	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

#### Dois cross-roll (xr) para a frente

- A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Skating movement "taça"

- Manter o rodado durante a execução do exercício.
- Definição correta da posição, sem oscilações.
- Deslocação durante cinco (5) metros.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Três interior frente

- Definição clara dos rodados de entrada e saída.
- Viragem sem execução saltada.
- Não tocar com o pé livre no solo durante a execução de todo o exercício.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Combinação: "piquet" lateral + três exterior frente

- Execução do "piquet" com fluidez e velocidade.
- Definição clara dos rodados de entrada e saída do "Três".
- \*\*\* Viragens sem execução saltada \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Combinação de três (3) saltos de ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos três saltos deverá ser executada sobre os dois pés, paralelos e com joelhos semi fletidos.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Rotação nos dois pés

- \*\*\* Realizar um movimento contínuo durante as rotações, \*\*\*
- Ambos os pés em contato com a superfície.
- \*\*\* Mínimo 2 voltas após a estabilização da posição. \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- \*\*\* Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. \*\*\*

	Nota	1	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

2	95459	HCSta			APR <b>ib</b>	Anamar Fernandes Assis	
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

#### Dois cross-roll (xr) para a frente

- A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Skating movement "taça"

- Manter o rodado durante a execução do exercício.
- Definição correta da posição, sem oscilações.
- Deslocação durante cinco (5) metros.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Três interior frente

- Definição clara dos rodados de entrada e saída.
- Viragem sem execução saltada.
- Não tocar com o pé livre no solo durante a execução de todo o exercício.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Combinação: "piquet" lateral + três exterior frente

- Execução do "piquet" com fluidez e velocidade.
- Definição clara dos rodados de entrada e saída do "Três".
- \*\*\* Viragens sem execução saltada \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Combinação de três (3) saltos de ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos três saltos deverá ser executada sobre os dois pés, paralelos e com joelhos semi fletidos.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Rotação nos dois pés

- \*\*\* Realizar um movimento contínuo durante as rotações, \*\*\*
- Ambos os pés em contato com a superfície.
- \*\*\* Mínimo 2 voltas após a estabilização da posição. \*\*\*

	Nota	0	1	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- \*\*\* Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

3	91299	UDRZA	APR <b>ib</b>	Eva Lopes Moura				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para a frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Skating movement "taça"</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o rodado durante a execução do exercício.</li> <li>- Definição correta da posição, sem oscilações.</li> <li>- Deslocação durante cinco (5) metros.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Três interior frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definição clara dos rodados de entrada e saída.</li> <li>- Viragem sem execução saltada.</li> <li>- Não tocar com o pé livre no solo durante a execução de todo o exercício.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação: "piquet" lateral + três exterior frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Execução do "piquet" com fluidez e velocidade.</li> <li>- Definição clara dos rodados de entrada e saída do "Três".</li> <li>- *** Viragens sem execução saltada ***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de três (3) saltos de ½ volta</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Não são permitidos puxões entre os saltos.</li> <li>- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos três saltos deverá ser executada sobre os dois pés, paralelos e com joelhos semi fletidos.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Rotação nos dois pés</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- *** Realizar um movimento contínuo durante as rotações, ***</li> <li>- Ambos os pés em contato com a superfície.</li> <li>- *** Mínimo 2 voltas após a estabilização da posição. ***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Dois body movements</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

4	92576	UDRZA			APR <b>ib</b>	Madalena Teixeira Granjo		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

#### Dois cross-roll (xr) para a frente

- A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Skating movement "taça"

- Manter o rodado durante a execução do exercício.
- Definição correta da posição, sem oscilações.
- Deslocação durante cinco (5) metros.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Três interior frente

- Definição clara dos rodados de entrada e saída.
- Viragem sem execução saltada.
- Não tocar com o pé livre no solo durante a execução de todo o exercício.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Combinação: "piquet" lateral + três exterior frente

- Execução do "piquet" com fluidez e velocidade.
- Definição clara dos rodados de entrada e saída do "Três".
- \*\*\* Viragens sem execução saltada \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Combinação de três (3) saltos de ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.
- A receção dos três saltos deverá ser executada sobre os dois pés, paralelos e com joelhos semi fletidos.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Rotação nos dois pés

- \*\*\* Realizar um movimento contínuo durante as rotações, \*\*\*
- Ambos os pés em contato com a superfície.
- \*\*\* Mínimo 2 voltas após a estabilização da posição. \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- \*\*\* Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juiz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juiz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juiz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juiz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

1	84473	CDTN			APR <b>ib</b>	Maria Inês Carvalho		
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>— Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>— Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>— Tronco direito.</li> <li>— Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação – flexão – impulsão - rotação - saída.</li> <li>— A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>— No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião vertical interior trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>— *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	0	1	0			Penalização	

<b>Dois body movements</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>— *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

2	95267	HCSta			APR <b>ib</b>	Mariana Salgado Rosa		
	Nota	5.0	4,9	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião vertical interior trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Dois body movements</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>								
	Nota	1	0	1			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

3	93931	HCSta			APR <b>ib</b>	Constança Soeiro Gaivoto	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical interior trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

4	93002	SCT			APR <b>ib</b>	Raquel Sofia Ferreira	
	Nota	5,1	5,1	5,0	Penalização		Resultado
							5,1 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical interior trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	1	1	0			Penalização

<b>Dois body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

5	83463	SCDGR	APR <b>ib</b>	Soraia Jesus Abrantes			
	Nota	4,9	4,9	4,9	Penalização		Resultado
							4,9 - Reprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical interior trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Dois body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

6	78437	SCDGR	APR <b>ib</b>	Alexandra Remih Nunes		
Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>						
Nota	0	0	0	Penalização		

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>						
Nota	0	0	0	Penalização		

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>						
Nota	0	1	0	Penalização		

<b>Pião vertical interior trás</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>						
Nota	-1	-1	0	Penalização		

<b>Dois body movements</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>						
Nota	0	0	0	Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

7	90714	HCTig			APR <b>ib</b>	Constança Isabel Monteiro	
	Nota	5,1	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical interior trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>							
	Nota	1	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

8	89458	HCTig			APR <b>ib</b>	Maria Carolina Alves	
	Nota	4,9	4,9	4,9	Penalização		Resultado
							4,9 - Reprovado

#### Dois cross-roll (xr) para trás

- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.
- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.
- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé

- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.
- Tronco direito.
- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé

- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação – flexão – impulsão - rotação - saída.
- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.
- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Pião vertical interior trás

- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.
- \*\*\* Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. \*\*\*
- Tronco direito e saída bem definida.

	Nota	-1	-1	-1		Penalização
--	------	----	----	----	--	-------------

#### Dois body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- \*\*\* Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. \*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização
--	------	---	---	---	--	-------------

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR

**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR

**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe

**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

9	77576	HCTig			APR <b>ib</b>	Diogo Afonso Correia	
	Nota	5,1	5,1	5.0	Penalização		Resultado
							5,1 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical interior trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	1	1	0			Penalização

<b>Dois body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

10	90712	HCTig			APR <b>ib</b>	Ema Dias Freilão			
	Nota	4,9	5.0	5.0		Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>— Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>— Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>— Tronco direito.</li> <li>— Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação – flexão – impulsão - rotação - saída.</li> <li>— A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>— No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Pião vertical interior trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>— *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>									
	Nota	-1	-1	-1				Penalização	

<b>Dois body movements</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>— *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>									
	Nota	0	1	1				Penalização	

#### **Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova**

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

11	89477	UDRZA	APR <b>ib</b>	Rodrigo Manuel Almeida				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião vertical interior trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Dois body movements</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Inic. IV

12	91442	UDRZA			APR <b>ib</b>	Leonor Santos Bonito	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Dois cross-roll (xr) para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora.</li> <li>- Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés.</li> <li>- Rolls: A inclinação do eixo do corpo deve coincidir com a pressão no rodado.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter o mesmo ritmo de execução durante as duas (2) viragens.</li> <li>- Tronco direito.</li> <li>- Não tocar com o pé livre na superfície durante o exercício.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de dois saltos de ½ volta de rotação a dois pés com um salto de ½ rotação com saída num pé</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída.</li> <li>- A receção dos dois primeiros saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as joelhos fletidas.</li> <li>- No último salto a receção/saída deverá ser definida em rodas, num só pé, com a perna livre alongada à frente.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical interior trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manter a pressão no rodado interior durante as rotações exigidas.</li> <li>- *** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>- Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dois body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>- *** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores. ***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Base.0

1	76374	UDCha			APR <b>ib</b>	Inês Silva Zola			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.</li> <li>Rodado definido durante a execução das posições arabescas.</li> <li>Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.</li> </ul>									
	Nota	-1	-1	-1					Penalização

<b>Dragões</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição clara da posição de "dragão".</li> <li>Cumprir o diâmetro dos rodados.</li> <li>Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0					Penalização

<b>Step sequence nível base (stb)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.</li> <li>Execução com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0					Penalização

<b>Combinação de três (3) saltos ½ volta</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Não são permitidos puxões entre os saltos.</li> <li>Deverão verificar-se as fases: preparação – flexão – impulsão – rotação – saída.</li> <li>A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre o mesmo pé.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0					Penalização

<b>Pião vertical com entrada em movimento</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.</li> <li>Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***</li> <li>Saída definida.</li> </ul>									
	Nota	1	1	1					Penalização

<b>Três body movements</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores.***</li> </ul>									
	Nota	0	0	0					Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Base.0

2	93208	SCT	APR <b>ib</b>	Alice Santos Lourenço				
	Nota	4,9	4,9	4,9	Penalização		Resultado	4,9 - Reprovado

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.</li> <li>Rodado definido durante a execução das posições arabescas.</li> <li>Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Dragões</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição clara da posição de "dragão".</li> <li>Cumprir o diâmetro dos rodados.</li> <li>Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Step sequence nível base (stb)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.</li> <li>Execução com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de três (3) saltos ½ volta</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Não são permitidos puxões entre os saltos.</li> <li>Deverão verificar-se as fases: preparação – flexão – impulsão – rotação – saída.</li> <li>A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre o mesmo pé.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião vertical com entrada em movimento</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.</li> <li>Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***</li> <li>Saída definida.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Três body movements</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores.***</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Base.0

3	93002	SCT	APR <b>ib</b>	Raquel Sofia Ferreira			
	Nota	4,9	4,9	4,9	Penalização		Resultado
							4,9 - Reprovado

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.</li> <li>Rodado definido durante a execução das posições arabescas.</li> <li>Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dragões</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição clara da posição de "dragão".</li> <li>Cumprir o diâmetro dos rodados.</li> <li>Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Step sequence nível base (stb)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.</li> <li>Execução com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de três (3) saltos ½ volta</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Não são permitidos puxões entre os saltos.</li> <li>Deverão verificar-se as fases: preparação – flexão – impulsão – rotação – saída.</li> <li>A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre o mesmo pé.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical com entrada em movimento</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.</li> <li>Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***</li> <li>Saída definida.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Três body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Base.0

4	87928	HCSta			APRiB	Madalena Sofia Graça			
	Nota	5,1	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado	

#### Uma sequência de movimentos arabescos (sma)

- As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.
- Rodado definido durante a execução das posições arabescas.
- Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.

	Nota	0	1	1		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Dragões

- Definição clara da posição de "dragão".
- Cumprir o diâmetro dos rodados.
- Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Step sequence nível base (stb)

- \*\*\* Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). \*\*\*
- Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.
- Execução com a frase/estrutura musical escolhida.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Combinação de três (3) saltos ½ volta

- Não são permitidos puxões entre os saltos.
- Deverão verificar-se as fases: preparação – flexão – impulsão – rotação – saída.
- A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre o mesmo pé.

	Nota	1	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Pião vertical com entrada em movimento

- Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.
- \*\*\* Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.\*\*\*
- Saída definida.

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Três body movements

- Duração mínima de dois (2) segundos cada.
- Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.
- \*\*\* Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores.\*\*\*

	Nota	0	0	0		Penalização	
--	------	---	---	---	--	-------------	--

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Base.0

5	94200	SCDGR			APR <b>ib</b>	Sara Cardoso Nicolau	
	Nota	5,1	5,1	5.0	Penalização		Resultado
							5,1 - Aprovado

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.</li> <li>Rodado definido durante a execução das posições arabescas.</li> <li>Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.</li> </ul>							
	Nota	1	1	0			Penalização

<b>Dragões</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição clara da posição de "dragão".</li> <li>Cumprir o diâmetro dos rodados.</li> <li>Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Step sequence nível base (stb)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.</li> <li>Execução com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de três (3) saltos ½ volta</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Não são permitidos puxões entre os saltos.</li> <li>Deverão verificar-se as fases: preparação – flexão – impulsão – rotação – saída.</li> <li>A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre o mesmo pé.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical com entrada em movimento</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.</li> <li>*** Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***</li> <li>Saída definida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Três body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>*** Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

Base.0

6	94197	SCDGR	APR <b>ib</b>	Leonor Silva Mendes			
	Nota	4,9	4,9	4,9	Penalização		Resultado
							4,9 - Reprovado

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>As posições corretamente executadas com as amplitudes necessárias às mesmas.</li> <li>Rodado definido durante a execução das posições arabescas.</li> <li>Correta execução do diagrama e rápida transição de lóbulos e posições.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Dragões</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição clara da posição de "dragão".</li> <li>Cumprir o diâmetro dos rodados.</li> <li>Definição clara dos rodados exteriores sem interrupções ou oscilações.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Step sequence nível base (stb)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>Apresentar 3 turns válidos diferentes entre si.</li> <li>Execução com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de três (3) saltos ½ volta</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Não são permitidos puxões entre os saltos.</li> <li>Deverão verificar-se as fases: preparação – flexão – impulsão – rotação – saída.</li> <li>A receção/saída dos três saltos deverá ser executada sobre o mesmo pé.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical com entrada em movimento</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter a pressão no rodado durante a execução das rotações exigidas.</li> <li>Realização de no mínimo duas (2) voltas após a estabilização da posição sem puxões.***</li> <li>Saída definida.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Três body movements</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Duração mínima de dois (2) segundos cada.</li> <li>Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> <li>Utilização do tronco, membros inferiores e membros superiores.***</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

1	82453	UDRZA			APR <b>ib</b>	Carolina Maria Figueiredo	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Waltz</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Toe loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Salchow</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião interior para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

2	87291	UDRZA			APR <b>ib</b>	Carolina Evangelista Frazão	
	Nota	5,2	5,1	5.0	Penalização		Resultado
							5,1 - Aprovado

<b>Waltz</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	1	0	0			Penalização

<b>Toe loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Salchow</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião interior para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	1	1	0			Penalização

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

3	82455	UDRZA			APR <b>ib</b>	Francisca Maria Figueiredo		
	Nota	4,8	4,8	4,8	Penalização		Resultado	4,8 - Reprovado

<b>Waltz</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Salchow</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião interior para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

4	91295	UDRZA			APR <b>ib</b>	Rafael Duarte Pina			
	Nota	5.0	5,1	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Waltz</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	1	0				Penalização	

<b>Toe loop</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Salchow</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Pião interior para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

<b>Step sequence (stsq)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0				Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

5	83765	UDRZA			APR <b>ib</b>	Leonor Reis Pinto		
	Nota	5.0	5.0	5,1	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Waltz</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Salchow</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião interior para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	1			Penalização	

<b>Step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

6	91443	UDRZA			APR <b>ib</b>	Vanda Rosa Vaz			
	Nota	5,1	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado	

<b>Waltz</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Toe loop</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Salchow</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Pião interior para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>									
	Nota	1	1	1			Penalização		

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Step sequence (stsq)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

7	89459	HCTig			APR <b>ib</b>	Lara Isabel Brazão			
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Waltz</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Toe loop</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Salchow</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Pião interior para trás</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>									
	Nota	-1	0	0			Penalização		

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Step sequence (stsq)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

8	89456	SCT			APR <b>ib</b>	Beatriz das Silva		
	Nota	5,1	5,1	5,1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado

<b>Waltz</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	1	1	1			Penalização	

<b>Toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Salchow</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião interior para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

9	96069	SCT			APR <b>ib</b>	Íris Carlos Lopes		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Waltz</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Salchow</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião interior para trás</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre I

10	89988	SCDGR			APR <b>ib</b>	Sara Madeira Pombal	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Waltz</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Toe loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Salchow</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião interior para trás</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manter a pressão no rodado interior durante a execução.</li> <li>— Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição.</li> <li>— Tronco direito e saída bem definida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>—*** Os turns deverão ser válidos (não saltados, definição de rodados de entrada e saída de cusps). ***</li> <li>— Durante a execução do Swings (Sw) o atleta deverá adquirir velocidade.</li> <li>— Combinar a execução dos body movements com a frase/estrutura musical escolhida.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

1	81235	HCTig			APR <b>ib</b>	Inês Ramalho Santos		
	Nota	4,8	4,8	4,8	Penalização		Resultado	4,8 - Reprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Flip</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Thoren</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir um body movement à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

2	82608	HCTig			APR <b>ib</b>	Tiago Rafael Costa	
	Nota	5,0	5,1	5,0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Flip</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	1	0			Penalização

<b>Thoren</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>—*** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Uma step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>— Incluir um body movement à escolha.</li> <li>— Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

3	78730	HCTig			APR <b>ib</b>	Marta Sílvia Morosan		
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0	Penalização			

<b>Flip</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0	Penalização			

<b>Thoren</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	1	0	Penalização			

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>—*** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1	Penalização			

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	1	Penalização			

<b>Uma step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>— Incluir um body movement à escolha.</li> <li>— Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0	Penalização			

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

4	86811	HCTig			APR <b>ib</b>	Filipa Ribeiro Galache	
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Flip</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	1	0			Penalização

<b>Thoren</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	0			Penalização

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Uma step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir um body movement à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

5	90026	HCTig			APR <b>ib</b>	Daniela Margarida Vícente			
	Nota	5,0	4,9	5,0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Flip</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Thoren</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>—*** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	-1	0			Penalização		

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Uma step sequence (stsq)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>— Incluir um body movement à escolha.</li> <li>— Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLe

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

6	90990	HCSta		APRiB	Maria do Fernandes	
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização	Resultado
						5.0 - Aprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Flip</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Thoren</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>—*** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	-1	0	0	Penalização	

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>—*** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>— Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>— Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>— Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>— Incluir um body movement à escolha.</li> <li>— Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

7	82183	HCSta		APR <b>ib</b>	Dinis Azinheira Ricardo			
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Flip</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Thoren</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	0	0			Penalização	

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir um body movement à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre II

8	94405	SCDGR		APR <b>ib</b>	Ema Almeida Henriques	
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização	Resultado
						5.0 - Aprovado

<b>Combinação de salchow/toe loop</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Flip</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos dois saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Thoren</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Pião exterior trás ou exterior frente</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião.</li> <li>Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>						
	Nota	-1	0	0	Penalização	

<b>Uma sequência de movimentos arabescos (sma)</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manutenção da posição arabesca por um mínimo de 5 segundos.</li> <li>Manutenção de um rodado definido durante cada uma das posições.</li> <li>Cumprir o diagrama imposto.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir um body movement à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>						
	Nota	0	0	0	Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APL  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre III

1	80060	UDCha	APRiB	Leonor Alexandra Antunes				
	Nota	4,9	4,8	4,9	Penalização		Resultado	4,9 - Reprovado

<b>Loop</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto (obrigatório entrada em rodas).</li> <li>Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Lutz</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

<b>Um salto de uma volta com uma feature</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>Realizar a rotação completa do salto e saída regulamentar. ***</li> <li>Feature - escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da WS ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de 2 a 4 saltos</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>Realizar a rotação completa dos saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de 2 piões verticais</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a centragem do pião.</li> <li>Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição em cada um dos piões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre III

2	83822	HCSta			APR <b>ib</b>	Madalena Veloso Gorjão	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto (obrigatório entrada em rodas).</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Lutz</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um salto de uma volta com uma feature</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto e saída regulamentar. ***</li> <li>Feature - escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da WS ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de 2 a 4 saltos</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de 2 piões verticais</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a centragem do pião.</li> <li>**** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição em cada um dos piões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Uma step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APLé

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APLé



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre III

3	86811	HCTig			APR <b>ib</b>	Filipa Ribeiro Galache			
	Nota	5,0	4,9	5,0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Loop</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto (obrigatório entrada em rodas).</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Lutz</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Um salto de uma volta com uma feature</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto e saída regulamentar. ***</li> <li>Feature - escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da WS ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação de 2 a 4 saltos</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação de 2 piões verticais</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a centragem do pião.</li> <li>**** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição em cada um dos piões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	-1	0			Penalização		

<b>Uma step sequence (stsq)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre III

4	82608	HCTig			APR <b>ib</b>	Tiago Rafael Costa			
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

<b>Loop</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto (obrigatório entrada em rodas).</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	1	0			Penalização		

<b>Lutz</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Um salto de uma volta com uma feature</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto e saída regulamentar. ***</li> <li>Feature - escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da WS ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação de 2 a 4 saltos</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Combinação de 2 piões verticais</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a centragem do pião.</li> <li>**** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição em cada um dos piões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>									
	Nota	0	0	0			Penalização		

<b>Uma step sequence (stsq)</b>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>									
	Nota	-1	-1	0			Penalização		

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre III

5	73422	SCDGR	APR <b>ib</b>	Mariana Rodrigo Neves			
	Nota	5,0	4,9	5,0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

<b>Loop</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto (obrigatório entrada em rodas).</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Lutz</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Um salto de uma volta com uma feature</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto e saída regulamentar. ***</li> <li>Feature - escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da WS ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de 2 a 4 saltos</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Combinação de 2 piões verticais</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir a centragem do pião.</li> <li>**** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição em cada um dos piões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Uma step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>							
	Nota	0	-1	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Candeias - Vogal para PA da APR

Juiz Árbitro: Miguel Gaspar - APR

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - APR

Juiz Nº1: Claudia Marques - APL

Juiz Nº2: Miguel Gaspar - APR

Juiz Nº3: Telma Luis - APL



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre IV

1	82186	HCSta			APR <b>ib</b>	Sara Penteado Militão		
	Nota	4,6	4,6	4,6	Penalização	0,2	Resultado	4,6 - Reprovado

<u>Axel</u>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<u>Combinação de 2 a 4 saltos com uma feature</u>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos e saída regulamentar ***</li> <li>Feature a escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da World Skate ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Pião vertical com difficult position</u>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrada e centragem do pião de forma regulamentar.</li> <li>**** Difficult Position com um mínimo de 2 rotações e posição difícil bem definida, a escolher entre as apresentadas em "Rules for Artistic Skating Competitions - FREESKATING" da WS A</li> <li>Saída regulamentar.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Pião em baixo isolado ou combinação de 2 piões em baixo</u>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir o três exterior frente que antecede a centragem do pião, que deverá ser mantida.</li> <li>**** Realizar as rotações exigidas sem uso dos travões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	-0,2

<u>Uma step sequence (stsq)</u>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

**Diretor de Prova:** José Candeias - Vogal para PA da APR  
**Calculador/Data Operator:** Paula Sousa - APR  
**Juíz Nº2:** Miguel Gaspar - APR

**Juíz Árbitro:** Miguel Gaspar - APR  
**Juíz Nº1:** Claudia Marques - APLe  
**Juíz Nº3:** Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre IV

2	88884	UDRZA			APR <b>ib</b>	Catarina Rosa Matos		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

<b>Axe!</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Combinação de 2 a 4 saltos com uma feature</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos e saída regulamentar ***</li> <li>Feature a escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da World Skate ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião vertical com difficult position</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrada e centragem do pião de forma regulamentar.</li> <li>**** Difficult Position com um mínimo de 2 rotações e posição difícil bem definida, a escolher entre as apresentadas em "Rules for Artistic Skating Competitions - FREESKATING" da WS A'</li> <li>Saída regulamentar.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião em baixo isolado ou combinação de 2 piões em baixo</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir o três exterior frente que antecede a centragem do pião, que deverá ser mantida.</li> <li>**** Realizar as rotações exigidas sem uso dos travões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

<b>Diretor de Prova:</b> José Candeias - Vogal para PA da APR	<b>Juíz Árbitro:</b> Miguel Gaspar - APR
<b>Calculador/Data Operator:</b> Paula Sousa - APR	<b>Juíz Nº1:</b> Claudia Marques - APLe
<b>Juíz Nº2:</b> Miguel Gaspar - APR	<b>Juíz Nº3:</b> Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre IV

3	82603	HCTig			APR <b>ib</b>	Rita Vieira Colaço		
	Nota	4,7	4,7	4,7	Penalização		Resultado	4,7 - Reprovado

<b>Axel</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Combinação de 2 a 4 saltos com uma feature</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos e saída regulamentar ***</li> <li>Feature a escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da World Skate ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<b>Pião vertical com difficult position</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrada e centragem do pião de forma regulamentar.</li> <li>**** Difficult Position com um mínimo de 2 rotações e posição difícil bem definida, a escolher entre as apresentadas em "Rules for Artistic Skating Competitions - FREESKATING" da WS A'</li> <li>Saída regulamentar.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Pião em baixo isolado ou combinação de 2 piões em baixo</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir o três exterior frente que antecede a centragem do pião, que deverá ser mantida.</li> <li>**** Realizar as rotações exigidas sem uso dos travões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>								
	Nota	-1	-1	-1			Penalização	

<b>Uma step sequence (stsq)</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>								
	Nota	0	0	0			Penalização	

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

<b>Diretor de Prova:</b> José Candeias - Vogal para PA da APR	<b>Juíz Árbitro:</b> Miguel Gaspar - APR
<b>Calculador/Data Operator:</b> Paula Sousa - APR	<b>Juíz Nº1:</b> Claudia Marques - APLe
<b>Juíz Nº2:</b> Miguel Gaspar - APR	<b>Juíz Nº3:</b> Telma Luis - APLe



## 4º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Alfredo Bento Calado (HCTig) | 2022-09-24 - 2022-09-25

### Folhas Detalhadas | Detalhe

#### Pat. Livre IV

4	78360	JO	APR <b>ib</b>	Lara Aquino Reis			
	Nota	4,9	4,9	4,9	Penalização		Resultado
							4,9 - Reprovado

<b>Axel</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto.</li> <li>**** Realizar a rotação completa do salto. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Combinação de 2 a 4 saltos com uma feature</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos.</li> <li>**** Realizar a rotação completa dos saltos e saída regulamentar ***</li> <li>Feature a escolher dentro dos que constam no regulamento de Freeskating da World Skate ATC para a época desportiva em curso na componente de saltos.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

<b>Pião vertical com difficult position</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entrada e centragem do pião de forma regulamentar.</li> <li>**** Difficult Position com um mínimo de 2 rotações e posição difícil bem definida, a escolher entre as apresentadas em "Rules for Artistic Skating Competitions - FREESKATING" da WS A'</li> <li>Saída regulamentar.</li> </ul>							
	Nota	-1	-1	-1			Penalização

<b>Pião em baixo isolado ou combinação de 2 piões em baixo</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir o três exterior frente que antecede a centragem do pião, que deverá ser mantida.</li> <li>**** Realizar as rotações exigidas sem uso dos travões. ***</li> <li>Definir a posição de saída sem uso dos travões.</li> </ul>							
	Nota	1	1	1			Penalização

<b>Uma step sequence (stsq)</b>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>Execução da sequência no timing musical escolhido.</li> <li>Incluir dois body movements à escolha.</li> <li>Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada.</li> </ul>							
	Nota	0	0	0			Penalização

#### Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

<b>Diretor de Prova:</b> José Candeias - Vogal para PA da APR	<b>Juiz Árbitro:</b> Miguel Gaspar - APR
<b>Calculador/Data Operator:</b> Paula Sousa - APR	<b>Juiz Nº1:</b> Claudia Marques - APLe
<b>Juiz Nº2:</b> Miguel Gaspar - APR	<b>Juiz Nº3:</b> Telma Luis - APLe