



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

1	94200	SCDGR			APR ib	Sara Cardoso Nicolau	
	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	-1	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	1	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: APR-Jose Candeias

Juíz Árbitro: APR-Débora Sousa

Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa

Juíz Nº1: APR-Miguel Gaspar

Juíz Nº2: APR-Débora Sousa

Juíz Nº3: APL-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

2	94405	SCDGR	APR ib	Em ia Almeida Henriques			
	Nota	5,1	5,1	5,1	Penalização		Resultado
							5,1 - 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	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: APR-Jose Candeias

Juíz Árbitro: APR-Débora Sousa

Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa

Juíz Nº1: APR-Miguel Gaspar

Juíz Nº2: APR-Débora Sousa

Juíz Nº3: APLe-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

3	94197	SCDGR	APR ib	Leonor Silva Mendes			
	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: APR-Jose Candeias

Juíz Árbitro: APR-Débora Sousa

Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa

Juíz Nº1: APR-Miguel Gaspar

Juíz Nº2: APR-Débora Sousa

Juíz Nº3: APL-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

1	94405	SCDGR	APR ib	Em al Almeida Henriques			
	Nota	4,9	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás							
<ul style="list-style-type: none"> – 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							
<ul style="list-style-type: none"> – 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							
<ul style="list-style-type: none"> – 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 joelhas 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							
<ul style="list-style-type: none"> – 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	0	0			Penalização

Dois body movements							
<ul style="list-style-type: none"> – 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: APR-Jose Candeias
Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa
Juíz Nº2: APR-Débora Sousa

Juíz Árbitro: APR-Débora Sousa
Juíz Nº1: APR-Miguel Gaspar
Juíz Nº3: APLe-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

3	89988	SCDGR	APR ib	Sara Madeira Pombal			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Dois cross-roll (xr) para trás							
<ul style="list-style-type: none"> - 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	-1	0	0			Penalização

Dois turns consecutivos executados sobre o mesmo pé							
<ul style="list-style-type: none"> - 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							
<ul style="list-style-type: none"> - 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 Joelhas 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							
<ul style="list-style-type: none"> - 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	0	0			Penalização

Dois body movements							
<ul style="list-style-type: none"> - 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: APR-Jose Candeias
Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa
Juíz Nº2: APR-Débora Sousa

Juíz Árbitro: APR-Débora Sousa
Juíz Nº1: APR-Miguel Gaspar
Juíz Nº3: APLe-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

5	83464	SCDGR	APR ib	Beatriz Rodrigo Neves				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

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

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

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

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

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

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: APR-Jose Candeias
Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa
Juiz Nº2: APR-Débora Sousa

Juiz Árbitro: APR-Débora Sousa
Juiz Nº1: APR-Miguel Gaspar
Juiz Nº3: APLe-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

5	83464	SCDGR	APR ib	Beatriz Rodrigo Neves				
	Nota	4,8	4,9	4,9	Penalização		Resultado	4,9 - Reprovado

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

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

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

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

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

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

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: APR-Jose Candeias
Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa
Juíz Nº2: APR-Débora Sousa

Juíz Árbitro: APR-Débora Sousa
Juíz Nº1: APR-Miguel Gaspar
Juíz Nº3: APLe-Diana Bonifácio



1º Testes de Iniciação e Patinagem Livre

Pavilhão Municipal Glória do Ribatejo (SCDGR) | 2022-02-19 - 2022-02-20

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

6	81242	SCDGR	APR ib	Leticia Gabriela Massano				
	Nota	4,7	4,5	4,7	Penalização	0,2	Resultado	4,6 - Reprovado

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

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

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

Pião exterior trás ou exterior frente								
<ul style="list-style-type: none"> — Definir a entrada com deslocação em velocidade horizontal e a centragem do pião. —*** Realização de no mínimo três (3) voltas após a estabilização da posição. *** — Definir a posição de saída sem uso dos travões. 								
	Nota	-2	-2	-1			Penalização	-0,2

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

Uma step sequence (stsq)								
<ul style="list-style-type: none"> — Execução da sequência no timing musical escolhido. — Incluir um body movement à escolha. — Nenhum dos passos obrigatórios pode ter execução saltada. 								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: APR-Jose Candeias
Calculador/Data Operator: APR-Paula Sousa
Juiz Nº2: APR-Débora Sousa

Juiz Árbitro: APR-Débora Sousa
Juiz Nº1: APR-Miguel Gaspar
Juiz Nº3: APLe-Diana Bonifácio