



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

1	103963	CDTN			APR ib	Lara Maria Gonçalves		
	Nota	5.3	5.3	5.2	Penalização		Resultado	5.3 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	1	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

2	103735	CDTN			APR ib	Melissa Ribeiro Xavier		
	Nota	5.3	5.4	5.3	Penalização		Resultado	5.3 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	2	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

3	97903	CDTN			APRiB	Junia Santos Duarte	
	Nota	5.2	5.2	5.3	Penalização		Resultado
							5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

4	104121	CDTN			APR ib	Clara Pedro Salgueiro		
	Nota	5.2	5.1	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	0	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

5	104096	CDTN			APR ib	Mafalda Abreu Correia		
	Nota	5.2	5.2	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

<u>Carrinho nos dois pés para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

<u>Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Curvas exteriores sobre um pé</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

<u>Deslizar em posição de 4 para a frente</u>								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

6	103869	CDTN			APR ib	Maria Francisca Gregório		
	Nota	5.2	5.2	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

7	96302	CDTN			APRiB	Alice Gonçalves Rebeca		
Nota		5.1	5.3	5.2	Penalização	Resultado		5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
Nota		1	1	1	Penalização			

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
Nota		0	1	0	Penalização			

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
Nota		0	1	1	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

8	103528	CDTN			APR ib	Beatriz Franco Domingues		
	Nota	5.1	5.1	5.2	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	0	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	0	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

9	103178	CNRM	APR ib	Luciana Isabel Batista			
	Nota	5.1	5.0	5.2	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	0	-1	0			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

10	104336	CNRM	APR ib	Maria Inês Figueiredo				
	Nota	5.2	5.2	5.1	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	0	1	0			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	1	0	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

11	102912	CNRM			APRiB	Francisca Silva Marques		
	Nota	5.2	5.3	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	1	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

12	104111	CNRM	APR ib	Francisca Silva Filipe			
	Nota	5.3	5.1	5.3	Penalização		Resultado
							5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	1	0	1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	1	0	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

13	102865	CNRM	APRiB	Joana Alexandra Pita			
	Nota	5.2	5.2	5.2	Penalização		Resultado
							5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	1	1	0			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	1			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

14	103177	CNRM	APR ib	Maria Francisca Tavares			
	Nota	5.0	5.1	5.1	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	0	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

15	104818	CNRM			APRiB	Laura Siome Luís	
Nota		5.2	5.2	5.2	Penalização	Resultado	5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
Nota		1	1	1	Penalização		

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
Nota		0	0	0	Penalização		

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
Nota		0	0	0	Penalização		

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
Nota		0	0	0	Penalização		

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
Nota		1	1	1	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

16	105061	HCSta	APRiB	Matilde Vicente Borges				
	Nota	5.2	5.2	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 								
	Nota	1	0	1			Penalização	

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 								
	Nota	0	1	0			Penalização	

Curvas exteriores sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente								
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Deslizar em posição de 4 para a frente								
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

17	103991	SCT	APR ib	Nícia Filipa Cardoso			
	Nota	5.3	5.4	5.2	Penalização		Resultado
							5.3 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	1	2	1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	1	1	0			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

18	105101	SCT	APR ib	Sofia Sheika			
	Nota	5.1	5.3	5.3	Penalização		Resultado
							5.2 - Aprovado

Carrinho nos dois pés para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos – Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) 							
	Nota	1	2	1			Penalização

Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés – Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista – Manter o tronco direito e verticalizado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> – Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé – Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício – Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	1			Penalização

Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente							
<ul style="list-style-type: none"> – No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado – A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente – Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Deslizar em posição de 4 para a frente							
<ul style="list-style-type: none"> – Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia – Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé – Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão 							
	Nota	0	1	1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

1	103991	SCT	APR ib	Nícia Filipa Cardoso			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores para trás							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Change of edge sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Salto de Cavalo							
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)							
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Body Movement (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

2	101915	SCT	APR ib	Verónica Sofia Silva				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
– Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI)								
– Executar corretamente o Cross-Stroke (XS)								
– Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Curvas exteriores para trás								
– Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé								
– Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício								
– Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Change of edge sobre um pé								
– Definir corretamente os rodados exteriores e interiores								
– Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés								
– Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Salto de Cavalo								
– Utilizar apenas um travão								
– Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta								
– Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
– Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador								
– Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão								
– Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Um Body Movement (BM)								
– Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos								
– Demonstrar fluidez no movimento								
– Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues

Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo

Juiz Nº2: Joana Nascimento

Juiz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

3	105101	SCT	APR ib	Sofia Sheika			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores para trás							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Change of edge sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Salto de Cavalo							
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)							
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Body Movement (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

4	103985	SCT			APRiB	Ema Mendes Lopes		
Nota		5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado		5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

6	102263	AACD		APLei	Bianca Cordeiro Berchis		
	Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 							
	Nota	-1	0	0		Penalização	

Curvas exteriores para trás							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0		Penalização	

Change of edge sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 							
	Nota	0	0	0		Penalização	

Salto de Cavalo							
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 							
	Nota	0	0	0		Penalização	

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)							
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 							
	Nota	0	0	0		Penalização	

Um Body Movement (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 							
	Nota	0	0	0		Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

7	103036	SCDGR	APRiB	Camila Maria Caseiro				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

8	103039	SCDGR	APRiB	Dânia Filipa Roque		
Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente						
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Curvas exteriores para trás						
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Change of edge sobre um pé						
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 						
Nota	-1	0	0	Penalização		

Salto de Cavalo						
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)						
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Um Body Movement (BM)						
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

9	99390	SCDGR	APRiB	Matilde Abalada Felisberto				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

10	103030	SCDGR	APRiB	Eliana Antunes Cristovão			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Curvas exteriores para trás							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Change of edge sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Salto de Cavalo							
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)							
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Um Body Movement (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

11	77597	CNRM	APRiB	Inês Silva Fernandes		
Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente						
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Curvas exteriores para trás						
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Change of edge sobre um pé						
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Salto de Cavalo						
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)						
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Um Body Movement (BM)						
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

12	95726	UDRZA			APRiB	Mariana Rodrigues Santos		
	Nota	5.0	4.9	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

13	99173	UDRZA			APRiB	Maria Cartaxo Pereira	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Curvas exteriores para trás							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Change of edge sobre um pé							
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Salto de Cavalo							
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)							
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Um Body Movement (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

14	94134	UDCha	APRiB	Maria Ana Martins				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

15	103748	CDTN			APRiB	Maria Carolina Alexandre		
Nota		5.1	5.1	5.0	Penalização	Resultado		5.1 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
Nota		1	1	0	Penalização			

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

16	103532	CDTN			APR1b	Inês Cordeiro Amora		
	Nota	5.1	5.2	5.1	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
	Nota	0	1	0			Penalização	

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

17	99447	CDTN			APRiB	Ana Carolina Afanasiev			
	Nota	5.0	5.1	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

Patinar Em Círculo Fechado Para frente									
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 									
	Nota	0	0	0					Penalização

Curvas exteriores para trás									
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 									
	Nota	0	1	0					Penalização

Change of edge sobre um pé									
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 									
	Nota	0	0	0					Penalização

Salto de Cavalo									
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 									
	Nota	0	0	0					Penalização

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)									
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 									
	Nota	0	0	0					Penalização

Um Body Movement (BM)									
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 									
	Nota	0	0	0					Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

18	101633	HCSta			APRiB	Madalena Gomes Hilário		
Nota		5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado		5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

19	103395	HCSta			APRiB	Margarida Miguel Ramos		
Nota		5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado		5.0 - Aprovado

Patinar Em Círculo Fechado Para frente								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) Executar o exercício num círculo imaginário ocupando, no mínimo, metade do rink (diâmetro de cerca de 20 metros ou mais), em cada sentido 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Curvas exteriores para trás								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Change of edge sobre um pé								
<ul style="list-style-type: none"> Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Salto de Cavalo								
<ul style="list-style-type: none"> Utilizar apenas um travão Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)								
<ul style="list-style-type: none"> Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre o pé portador 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Um Body Movement (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos Demonstrar fluidez no movimento Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente) 								
Nota		0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues
Juíz Nº1: Diogo Leonardo
Juíz Nº3: Ana Ventura



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

1	99726	Maria Luísa Silveira	AACD	APLei	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente						
		Deslizar em posição de Avião (Camel)						
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)						
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)						
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta						
		Patinar num círculo fechado para trás						
				Resultados				
					Não Patinou			
2	96471	Mafalda Moedas Trincão	UDCha	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
3	97857	Mariana Lopes Rosa	UDCha	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa

Juiz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juiz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

4	94645	Luísa Aquino Reis	SCT	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			-1	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	4.9	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
5	101915	Verónica Sofia Silva	SCT	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
6	101095	Gabriela Alexandra Carvalho	GRVM	APCoi	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa

Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

7	91028	Eva Sofia Raimundo	CNRM	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	1	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.1	
					5.0 - Aprovado			
8	100093	Nicole Cruz Henriques	CNRM	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
9	97164	Margarida Madeira Pires	CNRM	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa

Juiz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juiz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. III

10	104835	Julieta Maidana	UDRZA	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
11	94199	Inês Madeira Pombal	SCDGR	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente			0	0	0	
		Deslizar em posição de Avião (Camel)			0	0	0	
		Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)			0	0	0	
		Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)			0	0	0	
		Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta			0	0	0	
		Patinar num círculo fechado para trás			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa

Juiz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juiz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

1	94199	Inês Madeira Pombal	SCDGR	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			0	0	0	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	0	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
2	99412	Nádia Filipa Carreira	CNRM	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			1	0	1	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	0	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			0	0	0	
				Resultados	5.1	5.0	5.1	
					5.1 - Aprovado			
3	98706	Maria Caetana Oliveira	HCSta	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			1	1	0	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	1	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			0	0	0	
				Resultados	5.1	5.1	5.1	
					5.1 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues -AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo -AP Lisboa

Juiz Nº2: Joana Nascimento -AP Lisboa

Juiz Nº3: Ana Ventura -AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

4	102772	Dolouriana Pereira Santos	HCSta	APRib	J1	J2	J3	Pen
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					1	1	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	1	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	-1	
Resultados					5.1	5.1	5.0	
					5.1 - Aprovado			
5	95474	Nair Azeitona Veloso	UDRZA	APRib	J1	J2	J3	Pen
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
6	94645	Luísa Aquino Reis	SCT	APRib	J1	J2	J3	Pen
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás					0	0	-1	
Rotação sobre os dois pés					1	0	1	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.1	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues -AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juíz Nº1: Diogo Leonardo -AP Lisboa

Juíz Nº2: Joana Nascimento -AP Lisboa

Juíz Nº3: Ana Ventura -AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

7	78780	Rita Delgado Matias	SCT	APRib	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			1	1	1	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	0	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			0	0	0	
				Resultados	5.1	5.1	5.1	
					5.1 - Aprovado			
8	102411	Alice Antunes Matos	GRVM	APCoi	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			0	0	0	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	0	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			0	0	0	
				Resultados	5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
9	102409	Beatriz Filipa Branco	GRVM	APCoi	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			0	0	0	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	0	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			-1	-1	-1	
				Resultados	4.9	4.9	4.9	
					4.9 - Reprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues -AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juíz Nº1: Diogo Leonardo -AP Lisboa

Juíz Nº2: Joana Nascimento -AP Lisboa

Juíz Nº3: Ana Ventura -AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

10	99739	Sofia Henriques Santos	GRVM	APCoi	J1	J2	J3	Pen
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					5.0	5.0	5.0	
					5.0 - Aprovado			
11	101094	Leonor Sousa Lemos	GRVM	APCoi	J1	J2	J3	Pen
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					0	0	0	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					0	0	0	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	-1	
Resultados					5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			
12	99649	Inês Cortesão Mendes	GRVM	APCoi	J1	J2	J3	Pen
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás					0	0	0	
Rotação sobre os dois pés					-1	-1	-1	
Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé					0	0	0	
Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"					0	0	0	
Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)					-1	-1	-1	
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)					0	0	0	
Resultados					4.8	4.8	4.8	
					4.8 - Reprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues -AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo -AP Lisboa

Juiz Nº2: Joana Nascimento -AP Lisboa

Juiz Nº3: Ana Ventura -AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Resumo

Inic. IV

13	100066	Matilde Carvalho Dias	GRVM	APCoI	J1	J2	J3	Pen
		Dois Cross-Roll (XR) Para Trás			0	0	0	
		Rotação sobre os dois pés			0	0	0	
		Combinação De Dois Saltos De ½ Volta De Rotação A Dois Pés Com Um Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé			0	0	0	
		Skating Movement: "Taça" ou "bandeira"			0	0	0	
		Mohawk Exterior trás (Mohawk Backward outside - Mk BO)			0	0	0	
		Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI)			0	0	-1	
				Resultados	5.0	5.0	4.9	
					5.0 - Aprovado			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo

Juiz Árbitro: Ana Rodrigues -AP Lisboa

Anotador/Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo

Juiz Nº1: Diogo Leonardo -AP Lisboa

Juiz Nº2: Joana Nascimento -AP Lisboa

Juiz Nº3: Ana Ventura -AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

1	99650	GRVM	APCoi	Érica Duarte Saraiva			
	Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	-1	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

2	96469	UDCha			APRiB	Carlota Maria Cardoso			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

Deslizar em posição de Águia									
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

One Foot Turns (iniciação ao travelling)									
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé									
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Dois Body Movements (BM)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Uma Volta de três em cada sentido									
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

3	94845	UDCha			APRiB	Maria Inês Pimenta	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

4	96219	UDCha			APR ib	Leonor Conceição Duarte	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

5	97628	UDCha			APRiB	Lara Amorim Madureira		
	Nota	5.1	5.0	5.1	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia								
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 								
	Nota	1	0	1			Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Dois Body Movements (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido								
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

6	96166	SCT			APR ib	Eduarda Capitolino Pereira		
	Nota	5.2	5.1	5.1	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia								
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	2	1	1			Penalização	

Dois Body Movements (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido								
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

7	99319	SCT	APR ib	Valentina Quattrocchi Gasparetto			
	Nota	5.1	5.1	5.1	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

8	91297	UDRZA			APRiB	Lara Julião Parreira		
	Nota	5.1	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia								
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 								
	Nota	1	0	0			Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Dois Body Movements (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido								
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

9	99429	SCDGR	APR ib	Vitória Luize Caetano			
	Nota	5.1	5.1	5.1	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	1	1	1			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

10	99385	SCDGR			APR ib	Camila Monteiro Faustino			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

Deslizar em posição de Águia									
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

One Foot Turns (iniciação ao travelling)									
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé									
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Dois Body Movements (BM)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Uma Volta de três em cada sentido									
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

11	92287	AACD			APLei	Bruna Sousa Peça	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

12	96886	HCSta			APRiB	Maria Inês Neves	
	Nota	4.8	4.8	4.8	Penalização		Resultado
							4.8 - Reprovado

Deslizar em posição de Águia							
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 							
	Nota	0	0	0			Penalização

One Foot Turns (iniciação ao travelling)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé							
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	-2	-2	-2			Penalização

Dois Body Movements (BM)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Uma Volta de três em cada sentido							
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

13	98825	HCSta			APRiB	Margarida Cordeiro Talhão		
	Nota	5.1	5.1	5.1	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia								
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Dois Body Movements (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido								
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
 Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
 Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juiz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
 Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
 Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

14	102772	HCSta			APRiB	Dolouriana Pereira Santos		
	Nota	5.2	5.1	5.2	Penalização		Resultado	5.2 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia								
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 								
	Nota	1	0	1			Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	1	1	1			Penalização	

Dois Body Movements (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido								
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

15	98706	HCSta			APR ib	Maria Caetana Oliveira		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia								
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Dois Body Movements (BM)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido								
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

16	93530	HCSta			APRiB	Inês Ianuale			
	Nota	5.1	5.1	5.1		Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Deslizar em posição de Águia									
<ul style="list-style-type: none"> Manter o tronco direito e verticalizado Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados 									
	Nota	1	1	1				Penalização	

One Foot Turns (iniciação ao travelling)									
<ul style="list-style-type: none"> Manter um ritmo constante de execução durante as duas (2) viragens Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rink 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé									
<ul style="list-style-type: none"> Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Dois Body Movements (BM)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Uma Volta de três em cada sentido									
<ul style="list-style-type: none"> Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk BO) - Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluida, em ambos os sentidos 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

1	87771	CNRM			APRiB	Diana Ferreira Santos		
	Nota	5.1	5.0	5.1	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	1	0	1			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

2	94195	CNRM			APR ib	Matilde Raimundo Teixeira		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

3	98825	HCSta			APRiB	Margarida Cordeiro Talhão	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)							
<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 (1T)							
<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 (1S)							
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Sequência Coreográfica (ChSt)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

5	98840	HCSta			APRiB	Maria Clara Migueis		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

6	86784	SCDGR	APRiB	Gabriela Remih Nunes			
	Nota	4.9	4.8	4.9	Penalização		Resultado
							4.9 - Reprovado

Waltz Jump (W)							
<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 (1T)							
<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	-1	-1			Penalização

Salchow (1S)							
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Sequência Coreográfica (ChSt)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 							
	Nota	0	-1	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

7	99429	SCDGR	APRiB	Vitória Luize Caetano				
	Nota	4.8	4.8	4.8	Penalização		Resultado	4.8 - Reprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	-2	-2	-2			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

8	99385	SCDGR	APRiB	Camila Monteiro Faustino			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)							
<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 (1T)							
<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 (1S)							
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Sequência Coreográfica (ChSt)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

9	83457	SCDGR	APRiB	Alexandra Pereira Nogueira				
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

10	100177	SCT	APR ib	Carolina Alexandra Oliveira			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)							
<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 (1T)							
<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 (1S)							
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Sequência Coreográfica (ChSt)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

11	89455	SCT			APRiB	Alice Rebelo Pronto		
	Nota	5.0	4.9	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

12	100191	GRVM	APCoi	Luísa Mendes Pereira			
	Nota	4.7	4.8	4.8	Penalização		Resultado
							4.8 - Reprovado

Waltz Jump (W)							
<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 (1T)							
<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 (1S)							
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 							
	Nota	-2	-2	-2			Penalização

Sequência Coreográfica (ChSt)							
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 							
	Nota	-1	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo	Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo	Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa	Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre I

13	86542	UDRZA			APRiB	Lara Sofia Faria		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Waltz Jump (W)								
<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 (1T)								
<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 (1S)								
<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 Vertical Interior Para Trás (Upright Spin Backward Inside - U BI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada, com deslocação em velocidade horizontal, e definir centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição, sem uso dos travões e em rodado interior Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Sequência Coreográfica (ChSt)								
<ul style="list-style-type: none"> Manter a posição de flexibilidade e Ina Bauer/Spread Eagle no mínimo três (3) segundos Combinar a sequência de acordo com o tema musical escolhido Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

1	77576	HCTig			APR ib	Diogo Afonso Correia	
	Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)							
<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 (1F)							
<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

Loop (1Lo)							
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 							
	Nota	-1	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

2	90712	HCTig			APRiB	Ema Dias Freilão			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)									
<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 (1F)									
<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		

Loop (1Lo)									
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Footwork Sequence (FoSq)									
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 									
	Nota	0	0	0			Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

3	89458	HCTig			APRiB	Maria Carolina Alves		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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			

Loop (1Lo)								
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

4	97361	JO	APRiB	Luna Martins Vieira		
Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)						
<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 (1F)						
<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		

Loop (1Lo)						
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)						
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Footwork Sequence (FoSq)						
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 						
Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

5	97027	AACD			APLei	Oceana Miguel Coutinho	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)							
<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 (1F)							
<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

Loop (1Lo)							
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

6	87889	AACD			APLei	Madalena Brilha Serralha		
	Nota	5.1	5.1	5.0	Penalização		Resultado	5.1 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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	

Loop (1Lo)								
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	1	1	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

7	84473	CDTN	APRiB	Maria Inês Carvalho			
	Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)							
<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 (1F)							
<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

Loop (1Lo)							
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 							
	Nota	-1	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

8	82449	CDTN			APRiB	Íris Butes Violante		
	Nota	5.0	5.1	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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	

Loop (1Lo)								
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	1	1	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	-1	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

9	95204	GRVM	APCoi	Carolina Cavaleiro Bernardes			
	Nota	4.8	4.7	4.8	Penalização	Resultado	4.8 - Reprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)							
<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 (1F)							
<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	-1	-1	Penalização		

Loop (1Lo)							
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 							
	Nota	0	-2	-1	Penalização		

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 							
	Nota	-1	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

10	97730	UDCha	APRiB	Francisca Maria Mira				
	Nota	4.9	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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	

Loop (1Lo)								
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	-1	0	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

11	94137	UDCha	APRiB	Francisco Costa Sousa			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)							
<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 (1F)							
<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		

Loop (1Lo)							
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)							
<ul style="list-style-type: none"> — Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal —****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões — Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> — Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos — Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador — Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 							
	Nota	0	0	0	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo	Juiz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo	Juiz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juiz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa	Juiz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

12	99039	HCSta			APRiB	Jayna Daniela Carvalho		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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	

Loop (1Lo)								
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

13	87814	HCSta			APRiB	Maria Madalena Regueira		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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			

Loop (1Lo)								
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

14	86795	HCSta			APRiB	Mafalda Maria Luís		
	Nota	5.0	4.9	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)								
<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 (1F)								
<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	

Loop (1Lo)								
<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	-1	0			Penalização	

Pião Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre II

15	91443	UDRZA			APRiB	Vanda Rosa Vaz			
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado

Combinação De Salchow/Toe Loop (1S+1T)									
<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 (1F)									
<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	

Loop (1Lo)									
<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 Vertical Exterior Trás Ou Exterior Frente ou Interior Frente (U BO/FO/FI)									
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada de forma regulamentar, com deslocação em velocidade horizontal ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da centragem e da posição, sem uso dos travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso dos travões 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)									
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída dos turns e steps exigidos Realizar o XF e o OpMk apoiando o pé livre junto do pé portador Os Three Turns (3t) deverão ser executados sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo 									
	Nota	0	0	0				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre III

1	99763	GRVM	APCoi	Joana Maria Santos			
	Nota	4.8	4.9	4.9	Penalização		Resultado
							4.9 - Reprovado

Thoren (1Th)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto usando apenas as rodas para a impulsão Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	-1	-1	0			Penalização

Lutz (1Lz)							
<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

Combinação De 2 A 4 Saltos							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De 2 Piões Verticais							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após a estabilização de cada pião, sem uso de travões Definir a posição de saída sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 							
	Nota	-1	0	-1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre III

2	89458	HCTig			APRiB	Maria Carolina Alves		
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado

Thoren (1Th)								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto usando apenas as rodas para a impulsão Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Lutz (1Lz)								
<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			

Combinação De 2 A 4 Saltos								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0	Penalização			

Combinação De 2 Piões Verticais								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após a estabilização de cada pião, sem uso de travões Definir a posição de saída sem uso de travões 								
	Nota	0	0	1	Penalização			

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 								
	Nota	0	0	-1	Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre III

3	90714	HCTig			APRiB	Constança Isabel Monteiro		
	Nota	4.9	4.9	4.9	Penalização		Resultado	4.9 - Reprovado

Thoren (1Th)								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto usando apenas as rodas para a impulsão Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

Lutz (1Lz)								
<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	

Combinação De 2 A 4 Saltos								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De 2 Piões Verticais								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após a estabilização de cada pião, sem uso de travões Definir a posição de saída sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 								
	Nota	-1	0	-1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre III

4	97027	AACD			APLei	Oceana Miguel Coutinho		
	Nota	4.9	4.9	4.9	Penalização		Resultado	4.9 - Reprovado

Thoren (1Th)								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto usando apenas as rodas para a impulsão Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Lutz (1Lz)								
<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	-1	-1			Penalização	

Combinação De 2 A 4 Saltos								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Combinação De 2 Piões Verticais								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após a estabilização de cada pião, sem uso de travões Definir a posição de saída sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 								
	Nota	-1	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre III

5	82785	AACD			APLei	Madalena Pereira Teixeira	
	Nota	5.1	5.1	5.0	Penalização		Resultado
							5.1 - Aprovado

Thoren (1Th)							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para este salto usando apenas as rodas para a impulsão Realizar a rotação completa do salto Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Lutz (1Lz)							
<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

Combinação De 2 A 4 Saltos							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para estes saltos Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Combinação De 2 Piões Verticais							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após a estabilização de cada pião, sem uso de travões Definir a posição de saída sem uso de travões 							
	Nota	1	1	0			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Executar três (3) Body Movements (BM) válidos, um de cada tipo - High, Medium, Low - de acordo com as regras WS ATC 2023 em "Rules for Artistic Skating Competitions - Free Skating" Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Rodrigues - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

1	82183	HCSta			APRiB	Dinis Azinheira Ricardo		
	Nota	4.5	4.6	4.5	Penalização		Resultado	4.5 - Reprovado

Axel (1A)								
<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	-2	-2	-2			Penalização	

Combinação De 2 A 4 Saltos								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para todos os saltos executados ****Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída de todos os saltos sem uso dos travões 								
	Nota	-1	0	-1			Penalização	

Pião Com Difficult Position								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar três (3) rotações no pião escolhido, das quais pelo menos duas (2) deverão ser na Difficult Position, contadas após a definição e estabilização da Difficult Position escolhida Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Em Baixo Isolado (Sit Spin)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir a posição mantendo a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões, verticalizando o pião antes do momento de saída, sem toque/auxílio do pé livre no solo 								
	Nota	-2	-2	-2			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Definir corretamente e de forma evidente os rodados e lóbulos na execução dos Choctaw (Cw) Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo	Juiz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo	Juiz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juiz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa	Juiz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

2	90990	HCSta			APRiB	Maria Céu Fernandes	
	Nota	5.0	5.0	5.0	Penalização		Resultado
							5.0 - Aprovado

Axel (1A)							
<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

Combinação De 2 A 4 Saltos							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para todos os saltos executados ****Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída de todos os saltos sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Com Difficult Position							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar três (3) rotações no pião escolhido, das quais pelo menos duas (2) deverão ser na Difficult Position, contadas após a definição e estabilização da Difficult Position escolhida Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Em Baixo Isolado (Sit Spin)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir a posição mantendo a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões, verticalizando o pião antes do momento de saída, sem toque/auxílio do pé livre no solo 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Definir corretamente e de forma evidente os rodados e lóbulos na execução dos Choctaw (Cw) Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

3	83822	HCSta			APRiB	Madalena Veloso Gorjão		
	Nota	4.2	4.5	4.4	Penalização		Resultado	4.4 - Reprovado

Axel (1A)								
<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	-2	-2	-2			Penalização	

Combinação De 2 A 4 Saltos								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para todos os saltos executados ****Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída de todos os saltos sem uso dos travões 								
	Nota	-2	-2	-2			Penalização	

Pião Com Difficult Position								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar três (3) rotações no pião escolhido, das quais pelo menos duas (2) deverão ser na Difficult Position, contadas após a definição e estabilização da Difficult Position escolhida Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões 								
	Nota	-2	0	-2			Penalização	

Pião Em Baixo Isolado (Sit Spin)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir a posição mantendo a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões, verticalizando o pião antes do momento de saída, sem toque/auxílio do pé livre no solo 								
	Nota	-2	-1	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Definir corretamente e de forma evidente os rodados e lóbulos na execução dos Choctaw (Cw) Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

4	83765	UDRZA			APRiB	Leonor Reis Pinto	
	Nota	4.8	4.8	4.8	Penalização		Resultado
4.8 - Reprovado							

Axel (1A)							
<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

Combinação De 2 A 4 Saltos							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para todos os saltos executados ****Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída de todos os saltos sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Com Difficult Position							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar três (3) rotações no pião escolhido, das quais pelo menos duas (2) deverão ser na Difficult Position, contadas após a definição e estabilização da Difficult Position escolhida Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Em Baixo Isolado (Sit Spin)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir a posição mantendo a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões, verticalizando o pião antes do momento de saída, sem toque/auxílio do pé livre no solo 							
	Nota	-2	-2	-2			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Definir corretamente e de forma evidente os rodados e lóbulos na execução dos Choctaw (Cw) Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo	Juiz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo	Juiz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juiz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa	Juiz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

5	81235	HCTig			APRiB	Inês Ramalho Santos		
	Nota	4.8	4.7	4.6	Penalização		Resultado	4.7 - Reprovado

Axel (1A)								
<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	

Combinação De 2 A 4 Saltos								
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para todos os saltos executados ****Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída de todos os saltos sem uso dos travões 								
	Nota	0	0	0			Penalização	

Pião Com Difficult Position								
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar três (3) rotações no pião escolhido, das quais pelo menos duas (2) deverão ser na Difficult Position, contadas após a definição e estabilização da Difficult Position escolhida Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões 								
	Nota	-2	-2	-2			Penalização	

Pião Em Baixo Isolado (Sit Spin)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir a posição mantendo a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões, verticalizando o pião antes do momento de saída, sem toque/auxílio do pé livre no solo 								
	Nota	0	-1	0			Penalização	

Footwork Sequence (FoSq)								
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Definir corretamente e de forma evidente os rodados e lóbulos na execução dos Choctaw (Cw) Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 								
	Nota	0	0	-2			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo



2023-Testes de Iniciação e de Especialidade (5º)

Palácio dos Desportos de Torres Novas (CDTN) | 2023-09-23 - 2023-09-24

Folhas Detalhadas | Detalhe

Pat. Livre IV

6	89749	GRVM	APCoi	Inês Gonçalves Salgueiro			
	Nota	4.7	4.8	4.8	Penalização		Resultado
							4.8 - Reprovado

Axel (1A)							
<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	-1	-1			Penalização

Combinação De 2 A 4 Saltos							
<ul style="list-style-type: none"> Respeitar a entrada regulamentar definida para todos os saltos executados ****Realizar a rotação completa dos saltos Definir a posição de saída de todos os saltos sem uso dos travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Com Difficult Position							
<ul style="list-style-type: none"> Executar a entrada e centragem do pião de forma regulamentar ****Realizar três (3) rotações no pião escolhido, das quais pelo menos duas (2) deverão ser na Difficult Position, contadas após a definição e estabilização da Difficult Position escolhida Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Pião Em Baixo Isolado (Sit Spin)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir a posição mantendo a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador ****Realizar no mínimo três (3) voltas consecutivas após a estabilização da posição Executar uma saída regulamentar, sem uso de travões, verticalizando o pião antes do momento de saída, sem toque/auxílio do pé livre no solo 							
	Nota	-2	-1	-1			Penalização

Footwork Sequence (FoSq)							
<ul style="list-style-type: none"> Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída de quatro (4) One Foot Turns para obtenção da FoSq1 Definir corretamente e de forma evidente os rodados e lóbulos na execução dos Choctaw (Cw) Realizar os turns para obtenção do nível 1 sem execução saltada 							
	Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: José Amaral - Vogal PA da AP Ribatejo
Calculador/Data Operator: Paula Sousa - AP Ribatejo
Juíz Nº2: Joana Nascimento - AP Lisboa

Juíz Árbitro: Ana Henriques - AP Lisboa
Juíz Nº1: Diogo Leonardo - AP Lisboa
Juíz Nº3: Ana Ventura - AP Ribatejo