

# Coupe de Courchevel

## Coupe harmonisée de la Ligue Rhône Alpes

### 28 et 29 novembre 2009

Mesdames et Messieurs les Présidents de Club,

Nous avons le plaisir de vous inviter à la 5<sup>ème</sup> COUPE DE COURCHEVEL, qui se déroulera les 28 et 29 novembre 2009 à la Patinoire du Forum à Courchevel 1850.

Cette compétition fait partie des Coupes régionales de la Ligue Rhône Alpes.

Le montant des droits d'inscription est de 30 €. Les inscriptions et les chèques libellés à l'ordre du « Patinage Artistique Courchevel » seront adressés à :

Madame Isabelle MUGNIER    Le Plan – L'Hermetière – Le Praz    73120 COURCHEVEL.  
Tél. : 06 82 08 66 43    Télécopie : 04 79 08 90 78

Les inscriptions devront être accompagnées de la lettre du Président dûment complétée et signée, à défaut les photocopies du carnet de classement et de la licence en cours de validité. Les pré-inscriptions peuvent être faites par mail.

[isabelle@courchevel-patinage.org](mailto:isabelle@courchevel-patinage.org)

La clôture des inscriptions est fixée au Mercredi 4 novembre 2009.

En espérant vous accueillir dans notre patinoire,

Veillez agréer, Mesdames et Messieurs les Présidents de club, nos salutations très sportives.

Le Bureau du Club.

**Suivant le nombre d'inscrits, les catégories seront divisées selon l'âge.**

CATEGORIE	TEST maximum	CONTENU AUTORISE PROGRAMMES LIBRES DEFINIS	TEMPS PROGRAMME
1	PATIN ACIER	CONTENU TECHNIQUE PA: Pas de saut. Sauts: Aucun Pirouettes: 1 USp maximum Séquence Pas/Spirales: 1 pas et 1 spirale maximum	1mn à 1mn 30 maxi
2	PN 1	CONTENU TECHNIQUE PN1: salchow - boucle piqué maxi. Sauts: 3 maximum ; Pas de COMBO ni SEQ ; Sauts parmi 1S, 1T Pirouettes: 1 USp maximum Séquence Pas/Spirales: 1 pas et 1 spirale maximum	2mn +/- 10s
3	PN 2	CONTENU TECHNIQUE PN2 : saut boucle maxi. Sauts: 4 max dont 1 COMBO ou SEQ max ; Sauts parmi 1S, 1T, 1Lo Pirouettes: 2 différentes max parmi USP, SSp Séquence Pas/Spirales: 1 pas et 1 spirale maximum	2mn 30 +/- 10s
4	PN 4	CONTENU TECHNIQUE PN 4 : lutz maxi. Sauts: 5 max dont 1 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples sauf Axel Pirouettes: 2 différentes max sans chgt de pied ni entrée sautée dont 1 CoSp obligatoire Séquence Pas/Spirales: 1 pas ou 1 spirale maximum	2mn30 +/- 10s
5	PN 5	CONTENU TECHNIQUE PN 5 : axel maxi. Sauts: 5 max dont 2 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples Pirouettes: 2 différentes max sans entrée sautée dont 1 CoSp obligatoire (Pas CCoSp) Séquence Pas/Spirales: 1 pas ou 1 spirale maximum	2mn30 +/- 10s
6	PN 6 ou PREPA	CONTENU TECHNIQUE : Axel - Double salchow ou double boucle piquée max Sauts: 5 max dont 2 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples, 2S, 2T ; Pas COMBO 2 doubles Pirouettes: 3 différentes max dont 1 CCoSp obligatoire Séquence Pas/Spirales: 1 pas ou 1 spirale maximum	2mn30 +/- 10s
7	PN 8 ou PRE-BRONZE	CONTENU TECHNIQUE : Double boucle maxi. Sauts: 6 max dont 3 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples, 2S, 2T, 2Lo Pirouettes: 3 max dont 1 pirouette combinée (chgt de pied optionnel), 1 pirouette sautée sans chgt de pied ni de position, 1 pirouette à 1 position (chgt de pied optionnel) Séquence Pas/Spirales: 1 pas ou 1 spirale maximum	3mn +/- 10s
8	PN 10 ou BRONZE	CONTENU TECHNIQUE : Double lutz maxi. Sauts: 6 max dont 3 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples ou doubles sauf 2A Pirouettes: 3 max dont 1 pirouette combinée (chgt de pied optionnel), 1 pirouette sautée sans chgt de pied ni de position, 1 pirouette à 1 position (chgt de pied optionnel) Séquence Pas/Spirales: 1 pas ou 1 spirale maximum	3mn +/- 10s
9		<b>PROGRAMME EXHIBITION</b> Contenu libre avec 7 éléments techniques maximum (Sauts/Pirouettes/Spirales/Pas) différents dont maximum 2 éléments sauts (non obligatoire)	maximum 3'00
10	résumé BRONZE ARGENT VERMEIL	<b>PROGRAMMES TYPE</b> TDF ou CHAMPIONNATS D1 ou D2 EN PREPARATION Règlement identique Chpt de France D1 ou D2 de l'année en cours de la catégorie d'âge sans contrôle de contenu ni de bonus de seconde moitié et sans podium	Temps Cf. Rglt D1 et D2
11	Cf. REGLT NATIONAL D3	<b>PROGRAMME 3eme division</b> Programme libre conforme au règlement national D3 de la saison en cours Respecter le découpage des catégories d'âge nationales (Poussins à Séniors)	Temps Cf. Rglt D3
12	Aucun	<b>CATEGORIES ADULTES</b> 3 groupes "Bronze", "argent", "or" - conforme au règlement international Ouvert aux patineurs de plus de 18 ans au 1er juillet précédent la compétition N'ayant pas participé à une épreuve nationale (TDF ou championnat de France) de la saison	Temps Cf. Rglt ISU
Notes		temps échauffement catégorie 1 à 3 temps échauffement catégorie 4 à 12	4mn 6mn
Catégorie 1 : UN SOUS-GROUPE "1ere COMPETITION" POURRA EXISTER POUR LA TOUTE 1ere COMPETITION DU PATINEUR			
Catégories 2 à 9 : UN SAUT NE PEUT ETRE EXECUTE QUE 2 FOIS			
Catégories 1 à 5 : DEDUCTION POINT CHUTE 0,5			
Catégories 3 à 9 : UNE SEULE COMBINAISON DE 3 SAUTS EST AUTORISEE ; LES AUTRES COMBINAISONS 2 SAUTS MAX			
Catégorie 9 et 10 : HORS EVENTUEL CLASSEMENT INTER-CLUB			
Catégorie 1 et 10 : DECOUPAGE PAR AGE EN SOUS-GROUPES AU CHOIX DE L'ORGANISATEUR			
Toutes Catégories : L'ORGANISATEUR PEUT EFFECTUER UN TIRAGE AU SORT PAR L'ORDINATEUR (mercredi).			
Toutes Catégories : L'ORGANISATEUR DOIT FOURNIR LES RESULTATS DETAILLES (judges scores).			

**Coupe de Courchevel**  
**Coupe harmonisée de la Ligue Rhône Alpes**  
**28 et 29 novembre 2009**

Veillez trouver ci-joint la liste des patineurs de \_\_\_\_\_  
engagés pour la Coupe de Courchevel.

Ainsi qu'un chèque d'un montant de \_\_\_\_\_ €.

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_ Président(e)  
du Club \_\_\_\_\_

Certifie que tous les patineurs inscrits sont licenciés et que leur niveau de médaille correspond à celui mentionné sur la feuille d'inscription. Les licences et carnets de classements vous seront présentés le jour de la compétition.

Merci de bien vouloir accepter cette formule qui évite bien des photocopies.

Recevez, nos salutations sportives.

# Coupe de Courchevel

## Coupe harmonisée de la Ligue Rhône Alpes

### 28 et 29 novembre 2009

#### FICHE D'INSCRIPTION

Club :	
Adresse :	
Code postal :	Ville :
Téléphone :	Fax :
Mail :	
Nom du correspondant :	

Catégorie	Sexe	Nom	Prénom	Date de naissance Obligatoire	Médailles

x                      30 €                      =

Les fiches d'inscriptions et le chèque de règlement à l'ordre du "Patinage Artistique Courchevel" sont à retourner avant le 4 novembre 2009 à l'adresse suivante :

Madame Isabelle MUGNIER    Le Plan - L'Hermetière - Le Praz    73120 COURCHEVEL  
Tél. : 06 82 08 66 43, Télécopie : 04 79 08 90 78, Mail : [isabelle@courchevel-patinage.org](mailto:isabelle@courchevel-patinage.org)