

# Coupe de Courchevel

## Coupe Régionale de la Ligue Rhône Alpes

### 3 & 4 décembre 2011

#### **Mesdames et Messieurs les Présidents de Club,**

Nous avons le plaisir de vous inviter à la 7<sup>ème</sup> **COUPE DE COURCHEVEL**, qui se déroulera les 3 et 4 décembre 2011 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 35 €. 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 préinscriptions peuvent être faites par mail.

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

La clôture des inscriptions est fixée au **Mercredi 2 novembre 2011.**

La médaille de Bronze pourra être validée sur les catégories D3. Inscription préalable obligatoire

Une session de médailles Préparatoire et Pré-Bronze sera aussi organisée (voir site de la ligue pour toutes informations).

En espérant vous accueillir dans notre patinoire,

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

Le Bureau du Club.

# Coupe de Courchevel

## Coupe Régionale de la Ligue Rhône Alpes

### 3 & 4 décembre 2011

Veuillez 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.

CATE- GORIE	TEST minimum	CONTENU AUTORISE	TEMPS PROGRAMME
		PROGRAMMES LIBRES DEFINIS	
1	PATIN ACIER	<b>CONTENU TECHNIQUE PA: Pas de saut.</b>	
		Sauts: Aucun Pirouettes: 1 USp maximum	<b>1mn20</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max et 1 choreo spirale maximum</b>	<b>Pas de bonus</b>
2	PN 1	<b>CONTENU TECHNIQUE PN1: salchow - boucle piqué maxi.</b>	
		Sauts: 3 maximum ; Pas de COMBO ni SEQ ; Sauts parmi 1S, 1T Pirouettes: 1 USp maximum	<b>2mn30</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max et 1 choreo spirale maximum</b>	<b>Pas de bonus</b>
3	PN 2	<b>CONTENU TECHNIQUE PN2 : saut boucle maxi.</b>	
		Sauts: 3 max dont 1 COMBO ou SEQ max ; Sauts parmi 1S, 1T, 1Lo <b>Pirouettes: 2 différentes max à une position sans chgt de pied (Usp,CSp,SSp,LSp) dont une USP</b>	<b>2mn 30</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max et 1 choreo spirale maximum</b>	<b>Pas de bonus</b>
4	PN 4	<b>CONTENU TECHNIQUE PN 4 : lutz maxi.</b>	
		Sauts: 4 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	<b>2mn30</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max</b>	<b>Pas de bonus</b>
5	PN 5	<b>CONTENU TECHNIQUE PN 5 : axel maxi.</b>	
		Sauts: 4 max dont 2 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples Pirouettes: 2 différentes max sans entrée sautée dont 1 CoSp obligatoire (Pas CCoSp)	<b>2mn30</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max</b>	
6	PN 6 ou PREPA	<b>CONTENU TECHNIQUE : Axel - Double salchow ou double boucle piquée max</b>	
		Sauts: 5 max dont 2 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples, 2S, 2T ; Pas COMBO 2 doubles Pirouettes: 2 différentes max dont 1 CCoSp obligatoire	<b>2mn30</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max</b>	
7	PN 8 ou PRE- BRONZE	<b>CONTENU TECHNIQUE : Double boucle maxi.</b>	
		Sauts: 5 max dont 2 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)	<b>3mn</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max</b>	
8	PN 10 ou BRONZE	<b>CONTENU TECHNIQUE : Double lutz maxi.</b>	
		Sauts: 6 max dont 2 COMBO ou SEQ max ; Sauts simples ou doubles sauf 2A Pirouettes: 3 max dont 1 pirouette combinée (chgt de pied optionnel), 1 pirouette sautée, 1 pirouette à 1 position (chgt de pied optionnel)	<b>3mn</b> +/- 10s
		<b>Séquence Pas/Spirales: 1 pas choreo max</b>	
9		<b>PROGRAMME EXHIBITION</b>	
		<b>Règlement identique au programme de création individuel du règlement Adulte</b> <b>Pas de note tech. 5 composantes. 1 saut et 1 pirouette obl. mais 2 sauts max et 2 pirouettes max.</b>	<b>maximum</b> <b>1min40</b>
10	réservé Patineurs TDF	<b>PROGRAMMES TYPE</b>	
		<b>TDF ou CHAMPIONNATS D1 ou D2 EN PREPARATION</b> Règlement identique Chpt de France D1 ou D2 de l'année en cours de la catégorie d'âge <b>sans contrôle de contenu ni de bonus de seconde moitié et sans podium</b>	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>	
		<b>5 catégories "Acier", "Bronze", "Argent", "Or", "Masters" conforme rglt CSNPA</b>	Temps Cf.
		<b>Patineurs de plus de 18 ans au 1er juillet précédent la compétition (sans sous-groupe d'âge)</b> N'ayant pas participé à une épreuve nationale (TDF ou championnat de France) de la saison	Rglt CSNPA

**Notes** temps échauffement **catégorie 1 à 3** **4mn**  
temps échauffement **catégorie 4 à 12** **6mn**

**Catégorie 1** : UN SOUS-GROUPE "1ere COMPETITION" POURRA EXISTER POUR LA **TOUTE 1ere** COMPETITION DU PATINEUR

**Catégories 1 à 8** : **2 composantes uniquement "Skating Skills" et "Performance/Execution". Facteur 2.5 filles & garçons**

**Catégories 2 à 9** : UN SAUT NE PEUT ETRE EXECUTE QUE 2 FOIS

**Catégories 1 à 5** : **DEDUCTION POINT CHUTE 1,0**

**Catégories 3 à 9** : 2 SAUTS MAXIMUM PAR COMBINAISON DE SAUTS

**Catégories 9 et 10** : HORS EVENTUEL CLASSEMENT INTER-CLUB

**Catégories 1 et 12** : **DECOUPAGE PAR AGE EN SOUS-GROUPES SI PLUS DE 12 PATINEURS UNIQUEMENT (3 GROUPES SI > 24)**

**Toutes Catégories** : **L'ORGANISATEUR DOIT EFFECTUER UN TIRAGE AU SORT PAR L'ORDINATEUR (lundi).**

**Toutes Catégories** : **LES JUDGES SCORES SERONT VISIBLES SUR LE SITE DE LA LIGUE, L'ORGANISATEUR N'EST PLUS OBLIGE DE LES FOURNIR.**