

**TÜRKİYE BUZ PATENİ FEDERASYONU
SENKRONİZE BUZ PATENİ BRANŞI
TEST SİSTEMİ**



KURAL KİTABI

Versiyon: 1.6

14.08.2021

Hazırlayan: Deniz ERONGUN

TEST KURALLARI

TK 1.00 Hakemlerin Görevleri — Testlerin Puanlanması

TK 1.10 Senkronize buz pateni branşını puanlama metotlarından birisi 6.0 sistemidir. Bu sistem 0'dan 6'ya kadar sayılardan oluşan bir değerler skalasıdır. Bu skalaya göre:

0.0 – Kayılmadı	4.0 – İyi
1.0 – Çok zayıf	5.0 – Çok iyi
2.0 – Zayıf	6.0 – Mükemmel
3.0 – Orta	

Ara değerler olarak bir basamaklı ondalık sayıdan oluşan puanlara izin verilir (örneğin 3.8, 4.4, 5.5).

TK 1.20 Kayış Hareketleri Testlerinin Puanlanması

TK 1.21 Kayış hareketleri testleri 0'dan 6'ya kadar olan değerler skalası ile değerlendirilir.

TK 2.00 Testlere Katılmak İçin Aranılan Nitelikler

TK 2.01 Türkiye Buz Pateni Federasyonu'nun senkronize buz pateni branşında resmi olarak düzenlediği testlere Federasyonun ilgili tüm alt branşlarının geçerli lisansına sahip olan herkes katılabilir. Her katılımcı teste girmeden önce lisansını ibra etmek zorundadır.

Türkiye'de teste girmemiş fakat ISU federasyonlarından birine bağlı bir ülkenin testine girmiş veya yarışmış olan patenciler Türkiye Buz Pateni Federasyonu test ve yarışma sistemlerindeki yerlerini öğrenmek (denklik) için belgeleri ile başvurabilirler. Bu konudaki başvurular Test Kurulu tarafından incelenerek karara bağlanır. Buldukları ülkelerde test sistemi bulunmayan sporcular en son yarıştıkları kategorinin testine kabul edilirler. Ancak kategorilerin ülkelere göre farklılık gösteriyor olması durumunda sporcunun yarışacağı kategori Test Kurulu tarafından incelenerek karara bağlanır.

TK 2.02. Türkiye Buz Pateni Federasyonu yürürlükteki sezon içerisinde yapacağı testleri faaliyet programında testlerin düzenlenmesi planlanan illeri içerecek şekilde duyurur. Bu testler dışında kulüpler Federasyonun faaliyet programında yer alan testlerden en az iki hafta sonra ve bir sonraki testten en az iki hafta önce olmak, minimum 20 sporcu sayısını sağlamak ve yapılacak testin tüm masraflarını karşılamak kaydıyla test talep edebilirler. Faaliyet Programının içinde yer alan test yarışmalarının iptali veya yeni test yarışmaları düzenlenmesi hususlarında Türkiye Buz Pateni Federasyon Başkanı yetkilidir.

TK 3.00 Prosedür

TK 3.01 Teste girmek isteyen adaylar testin yapılacağı tarihten en az 1 hafta öncesine, Federasyon tarafından duyurulacak tarihe kadar katılım ücreti dekontları ile birlikte Federasyona başvuruda bulunurlar. Test başvuruları sırasında federasyona iletilen dilekçelerde "Güncel Test Sistemi Kural Kitabını okudum, anladım, tüm maddelerine uymayı kabul ve taahhüt ediyorum." şeklinde bir ibarenin bulunması gerekmektedir. Geciken başvurular işleme alınmaz.

TK 3.02 Federasyon tarafından görevlendirilen Test Başkanı, başvurulara göre test kategorilerini belirler, programı ve kura listesini oluşturur, çıkış sırasını elektronik kura sistemi ile belirler, katılacak adayların yapmaları gerekenler konusunda bildiri hazırlar, hakemleri ve testle ilgili diğer gereksinimleri organize eder ve yaptığı tüm bu hazırlıkları Federasyonun kanalıyla duyurur. Test programı testin yapılacağı tarihten en az 2 gün öncesine kadar Federasyon kanalıyla ilan edilecektir.

TK 3.03 ISU federasyonlarından birine bağılı bir ülkenin testine girmiş veya yarışmış olan patenciler Test Kurulu tarafından kendilerine verilen ve Türkiye Buz Pateni Federasyonu test ve yarışma sistemlerindeki yerlerini gösteren denklik yazılarını yaptıkları başvuruda ibra etmek zorundadırlar.

TK 3.04 Federasyon, Test Sistemi ile ilgili güncel kuralları web sayfasında sürekli olarak yayınlamak ve istenildiğinde ilgililere ulaştırmakla yükümlüdür.

TK 3.05 Isınma grupları maksimum 6 sporcudan oluşmaktadır. Sporcu sayılarına göre Test Başkanı tarafından çıkış sırası ile birlikte ilan edilecektir.

TK 3.06. **Sporcu sayısı ve tesis durumuna göre testlerin programları değişiklik gösterebilir.**

TK 3.07 Test programı yayımlandıktan sonra yalnızca rapor ile belgelenmiş hastalık sebebi ile katılamayan sporcuların mazeretleri geçerli sayılacaktır.

TK 4.00 Antrenörlük

TK 4.01 Teste giren bir patenciyi antrene etmek isteyen herhangi bir antrenörün Türkiye Buz Pateni Federasyonu senkronize buz pateni branşında geçerli vizeli antrenörlük belgesine sahip olması gereklidir.

TK 4.02 Patenciler buzdaki ısınma sırasında antrenörleri tarafından pistin yanından antrene edilebilirler ve diğer patencilerin puanlamasına engel olmadan pistten dışarı çıkabilir ve antrenörlerinin yanına gidebilirler. **Fakat antrenörler, adayın performansı sırasında hakemlerden önce herhangi bir müdahalede bulunamaz ve ısınma sırasında buza çıkamazlar. Hakem paneli bu kurala uymayan herhangi bir kişiyi buz pistinden çıkartabilir ve herhangi bir adayı diskalifiye edebilir.** Bu kuralda antrene terimi, patenci ile antrenörün, ailesinin veya bir başkasının iletişimini kast etmektedir. Örneğin patenci kayış testi elementleri arasında kısaca antrenörü ile konuşabilir ancak elementin icrası sırasındaki yön veya ayak değişimlerinde bunu yapamaz. Test sırasında antrenör/veli hakem paneli ile doğrudan iletişime geçemez, talepler test başkanı vasıtası ile iletilir.

TK 5.00 Davranış/Usul

TK 5.01 Test giren adaylar yetkililerin talimatlarına tam olarak uymalı ve Türkiye Buz Pateni Federasyonu etik kurallarına uygun hareket etmelidirler. Doğrudan veya dolaylı ya da yazılı olarak, testin sonucu veya yetkililerle ilgili uygunsuz davranışlarda bulunan adaylar sonraki testlere alınmayacaklardır.

TK 5.02 Sırası gelen ısınma grubundaki sporcular, hakem paneli tarafından isimlerinin anons edilmesiyle birlikte buza çıkarlar. Isınma süresi 6 dakikadır.

TK 5.03 Her performansın başlangıcında hakem paneli tarafından ilk olarak adayın ismi anons edilecektir. İsmi anons edilmesinden sonra 1 dakika içerisinde yerine geçmeyen patencinin o bölümdeki testine "kaymadı" olarak işaret konulacaktır. Amir hakem, geçerli bir neden var ise bu kuralı esnetebilir.

TK 5.04 Türkiye Buz Pateni Federasyonu testler sırasında meydana gelebilecek kazalarda ve adayların yaralanmasında herhangi bir sorumluluk almaz. Başvururken ve başvurularının kabulü halinde aileler veya vasiler doğabilecek kazalardan ve yaralanmalardan Türkiye Buz Pateni Federasyonunun ve idarecilerin sorumlu olmayacağını önceden beyan, kabul ve taahhüt etmiş sayılırlar. Başvurular ancak bu şartla kabul edilir.

TK 5.05 Türkiye Buz Pateni Federasyonu teste katılacak olan adaylara antrenman saati sağlamakla yükümlü değildir.

TK 5.06 Türkiye Buz Pateni Federasyonu teste katılacak olan adaylara kanuni yol ve ikamet yevmiyesi ödemekle yükümlü değildir.

TK 5.07 Test sonuçlarına yapılacak itirazlar yazılı olarak yalnızca Test Başkanına yapılır. İtiraz dilekçesi ile birlikte Türkiye Buz Pateni Federasyonunun belirlediği itiraz ücreti Test Başkanına ödenir. İtirazlar esnasında video kaydı ibraz edilebilir. İtirazı haklı bulunanlara depozitoları geri ödenir. İtiraz geçerli değilse alınan ücret Buz Pateni Federasyonunun ilgili hesaplarına gelir kaydedilir. İtirazlar sadece adayların antrenörleri veya kulüp yöneticileri tarafından yapılabilir. Velilerden gelen itirazlar işleme alınmaz.

TK 6.00 Yetkililer

TK 6.01 Türkiye Buz Pateni Federasyonu'nun yürürlükteki Hakem Kuralları tüm testlerde uygulanacaktır.

TK 6.02 Testler için hakem paneli 3 kişiden oluşacaktır.

TK 6.03 Testin sürdürülmesinden sorumlu olacak olan Amir Hakem, diğer hakemler tarafından seçilir.

A. Amir Hakem, 3 test hakeminden ya da test için yeterli olan yedek hakemlerden birisi olabilir.

B. Seçilen Amir Hakem, testin yapılabilmesi için buzun ve pistin uygunluğunu kontrol edecektir.

TK 6.04 Testte görevlendirilecek hakem sayıları teste katılan sporcu sayısına göre belirlenmiş olup aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Sporcu Sayısı	Görevli Hakem Sayısı
0-60	3
61-80	4
81-100	5
101-140	6
140 ve üstü	6 (Test iki ayrı tesiste yapılacaktır.)

TK 6.05 Amir Hakem ve testte görev yapacak hakemlerden hiçbirisi teste giren adayların ebeveyni, yakın akrabası, karısı, kocası ya da partneri olamaz. Testten önceki 12 ay boyunca, adayın çiftler veya buz dansı kategorilerinde birlikte kaydı kişi adayın partneri olarak nitelendirilir.

TK 6.06 Bir antrenör ile yakın ilişki içerisinde veya evli olan kişiler, o antrenörle ilgili aday öğrencinin veya partnerin testinde hakemlik ve sorumlu hakemlik yapamazlar. Test gününden 6 ay öncesine dek antrenör tarafından antrene edilmemiş kişiler öğrenci olarak nitelendirilmez.

TK 6.07 3 Hakemden oluşan panellerde birbirleri ile doğrudan akraba olan hakemler bir arada yer alamazlar. Sadece hastalık ve program değişikliği gibi nedenlerde ve hakemin gelemediği mücbir sebep hallerinde buna izin verilebilir.

TK 6.08 Gerekli yeterliliğe sahip olmayan bir hakemin bir testte görevlendirilmesi testin geçersiz olmasına sebebiyet verir. Fakat bu kuralın katılığı Test Kurulu veya Federasyon tarafından gerekli hallerde yumuşatılabilir.

TK 6.09 Her hakemin hakemlik yapma süresi günde 8 saattir. Hakemlere öğle ve akşam yemeği ve her iki saatte bir 15 dakika dinlenme imkânı sağlanmalıdır. Testlerde yeterli sayıda hakem bulundurulması ve organizasyonun buna göre yapılması gerekmektedir

TK 6.10 Test Başkanı, tüm testler için Federasyon tarafından testte görev verilen hakemlerden panel oluşturacaktır. Zorunlu durumlarda uluslararası ve ISU hakemleri/teknik uzmanları görevlendirilebilir.

TK 6.11 Paneldeki hakemlerden birisinin göreve devam edemeyeceği bir durumun oluşması halinde testten sorumlu olan Amir Hakem, Test Başkanı ile görüştüktan sonra yedek hakem var ise panelde devam edemeyecek olan hakemi değiştirebilir. Yedek hakem olmaması durumunda TK 6.08 uygulanır.

TK 6.12 Hakemler puanlarını sonuçlar resmi olarak kontrol edilip açıklanmadan önce ortak bir çalışma ile gözden geçiremezler.

TK 6.13 Hakemlerin veya aday hakemlerin herhangi bir test sırasında deneme hakemliği yapabilmek için önceden izin almaları gerekmektedir. Başvurular Test Başkanına yapılır.

TK 6.14 Tüm görevlilerin masrafları Türkiye Buz Pateni Federasyonu'nun Yönetim Kurulu uyarınca alınan karara göre karşılanır.

TK 7.00 Kayıtlar

TK 7.01 Testlerde verilen puanlar Türkiye Buz Pateni Federasyonu'nun resmi Hakemlik veya Deneme Hakemliği formlarına kaydedilecektir. Bu formlar Türkiye Buz Pateni Federasyonundan tedarik edilebilir.

TK 7.02 Hakemlerin değerlendirmeleri en kısa sürede Test Başkanına teslim edilecek ve teslimden önce hiçbir sonuç açıklanmayacaktır. Sonuçlar Test Başkanı tarafından açıklanacaktır. Değerlendirilme yapılmış test formları, talep edilmesi durumunda, test bitimi ve sonuçların açıklanmasından sonra inceleme için adaylar, aileleri, kulüp yetkilileri ve antrenörleri ile paylaşılabilir. Sonuçların istenmesi durumunda Federasyona dilekçe ile müracaat edilmelidir.

TK 7.03 Test Başkanı, test sonuçlarını Türkiye Buz Pateni Federasyonuna bildirecek, adayın testi geçip geçmediği veya testi tekrar edip etmemesi konusunda rapor verecektir. Ayrıca Test Başkanı adayların makbuz karşılığı ödediği test giriş ücretlerini de Federasyona ulaştırmakla yükümlüdür.

TK 7.04 TK 8.03'de bahsedilen rapor aşağıdaki verileri içerecektir:

- A. Testin yapıldığı şehir ve buz pistinin adı.
- B. Testin yapıldığı tarihler
- C. Test Başkanının adı soyadı, cep telefonu, adresi, e-mail adresi
- D. Her bir hakemin adı soyadı
- E. (Varsa) Deneme puanlaması yapan hakemlerin adı soyadı
- F. Teste giren her adayın adı soyadı, lisans numarası, kulübünün adı ve ili
- G. Rapor edilen her test için her bir hakem ve deneme hakemi tarafından verilen toplam puan
- H. Geçti ise "G" işareti, Tekrar ise "T" işareti

TK 7.05 TK8.03'te belirtilen Test Raporu, Test Başkanı tarafından aşağıdaki birimlere gönderilecek ve şu şekilde saklanacaktır:

- A. Test raporlarının orijinalleri, test giriş ücretleri ve makbuzları Türkiye Buz Pateni Federasyonuna. Bkz. TK 8.01
- B. Bireysel hakem puanlama sonucu ile birlikte orijinal raporun bir kopyası Test Başkanı tarafından testin bitim tarihini müteakiben en az bir yıl saklanacaktır.

TK 7.06 Bütün Test raporları Test Başkanı tarafından 21 gün içinde Federasyona gönderilmelidir. 21 gün içerisinde gönderilmeyen her rapor için Test Başkanı ceza ödemekle yükümlüdür. Raporların 45 gün

içerisinde Federasyona ulaştırılmaması durumunda Test Başkanı Federasyon Disiplin Kuruluna sevk edilir ve tekrardan hiçbir testte kendisine görev verilmez.

TK 7.07 Test bittikten sonra deneme hakemliği yapan hakemlerin kullandıkları formlar 21 gün içerisinde Merkez Hakem Kurulu'na gönderilmelidir. Yapılan değerlendirmeler Merkez Hakem Kurulu tarafından 10 gün içerisinde Federasyon'a iletilmelidir.

TK 7.08 Teste katılan tüm adaylara Türkiye Buz Pateni Federasyonu tarafından ücretsiz olarak test karnesi verilir. Test karnelerini kaybeden ve test günü ibra edemeyen adaylara ücret karşılığında yeni test karnesi düzenlenir.

TK 7.09 Test Yarışmalarının bitiminde Türkiye Buz Pateni Federasyonu test sonuçlarını kendi kayıtlarına ve test karnelerine girecek ve test karnelerini adaylara verecektir.

TK 7.10 Test Kurulu tarafından testin teknik ve idari işlevselliğine dair düzenlenen geri bildirim formlarının testi uygulayan test hakemleri tarafından doldurularak 10 gün içerisinde Test Kurulu'na iletilmesi gerekmektedir.

TK 8.00 Test Kayıt Ücretleri

Test ücretleri, Türkiye Buz Pateni Federasyonu'nun yalnızca banka hesabına havale/EFT ile ödenebilir. Güncel test ücretleri Federasyon tarafından her sezonun başında ilan edilecektir. Test Başkanı, adayların yaptığı havale/EFT dekontlarını, makbuzları Federasyona ulaştırmakla yükümlüdür.

TK 9.00 Kayış Hareketleri Testlerinde Geçme Şartları.

TK 9.01 Adayın, bir Kayış Hareketi Testinde geçebilmesi için hakemlerin çoğunluğundan Toplam Geçme Puanını veya "GEÇTİ" alması gereklidir.

TK 9.02 Bir Kayış Hareketi Testinin geçilebilmesi için hareketin yapılması esnasında aşağıda "ciddi hatalar" olarak tabir edilen hatalar olmamalıdır. Bu tür hatalar elementlerin tekrar edilmesine yol açabilir (bkz. TK 13.01).

Ciddi Hatalar	Düşme
	Düşmeden kurtulmak için elin veya serbest ayağın yere değmesi
	Elementin unutulması
Diğer Hatalar (Bu hatalarda 0.1-0.3 puanlık zorunlu kesinti uygulanır ve bu hatalar testi geçmek için elementin tekrar edilmesine yol açmaz.)	Başlangıç adımlarında 7'yi aşmak
	Durulan ya da sabit pozisyondan başlamamak

TK 10.00 Kayış Hareketleri Test Kuralları

Kayış Hareketleri Testleri için tüm buz pisti kullanılacaktır. Testin yapılacağı buz pistinin ölçüsü en az 26 metreye 56 metre (1456 m²) olmalıdır. Zorunlu durumlarda 40 metreye 25 metre (1000 m²) pistler kullanılabilir, bu kural Federasyon yetkisindedir.

TK 11.00 Kayış Hareketleri Testlerinin Puanlaması

TK 11.01 Temel Kurallar - Kayış Hareketleri

TK 11.02 Kayış Hareketleri müziksiz kayılan temel kayma hareketleridir. Kayış Testleri için uygulanan koşullar ve puanlama standartlarının hepsi temel kayış içindir.

- A. Kayış Hareketleri Testlerinin elementleri test programında belirtilen sırada kayılacaktır.
- B. Kayış Hareketlerindeki dönüşler temel kayış elementleri oldukları için ilgili test kurallarında belirtilen kriterlere uygun olarak puanlanmalıdır.
- C. Bu kurallarda aksi belirtilmediği sürece Kayış Hareketi sabit ayakta duruş pozisyonundan başlamalı ve en fazla 7 adet giriş adımı (hızlanma itışı) içermelidir.
- D. Eğer patenci yanlış ayakla harekete başlar veya tarif edilen hareketten farklı bir hareket yaparsa amir olan hakem hemen uyaracaktır. Yapılan hata yanlış başlama (false start) olarak belirtilecektir. Bu hataya bir kereye mahsus olmak kaydıyla ceza verilmeyecektir ve patenci tekrar başlayacaktır. Ancak aynı hata patenci tarafından tekrar edildiği takdirde hakemler vermeleri gereken puandan 0.1 kesinti yapacaktır.
- E. Patenciler, Kayış Hareketi Testine Amir Hakemin direktifiyle buzda belirleyecekleri yerden başlayacaklardır.

TK 11.03 Rahat olan, akıcı, zorlanmayan bir kayış gösterilmelidir. Aşağıdaki kuralların limitleri dâhilinde patenci özgürdür.

- A. Baş rahat ve doğal bir biçimde dik tutulmalıdır.
- B. Vücut dik fakat sert durmamalıdır.
- C. Kollar nazik bir şekilde tutulmalıdır.
- D. Serbest ayak point (parmak ucu gergin) pozisyonunda uzatılmalıdır.

TK 11.04 Adımlar, diyagramlarla ve açıklamalarla genel uyum içerisinde kayılmalıdır. Temel gereksinimlerle genel uyum içerisinde olması kaydıyla patenci, kol ve serbest ayak pozisyonlarında tamamen özgürdür.

TK 11.05 Kayış Hareketleri iyi kenarlar, kontrol, akıcılık, gerginlik/uzanış, postür ve ritim ile kayılmalıdır.

- A. Akıcılık ve hız baştan sona muhafaza edilmelidir
- B. Buzun yüzeyi maksimum oranda kullanılmalıdır. Buzun kapsanması düz ve yüzeysel kenarlar kullanılarak yapılmamalıdır.

TK 11.06 Tüm Kayış Hareketleri Testleri için aşağıdaki bilgiler listelenir:

- A. Toplam Geçme Puanı: Testi geçmek için her bir hakemden alınması gereken toplam puan.
- B. Geçme Averajı Puanı: Testin her bölümünde alındığı takdirde testi geçmeyi sağlayacak olan puan.

TK 11.07 Kayış Hareketleri Testleri her bir hakem tarafından 0'dan 6'ya kadar olan bir skalada değerlendirilecektir (TK 1.10).

TK 11.08 Puanlar verilirken şunların dikkate alınması gereklidir:

A. Doğruluk: Doğru başlangıç ve adımlar, genel desene riayet etme.

B. Kenar Kalitesi: Kayan ayağın üzerinde doğru vücut duruşu ile başlayarak, gerekli geçiş sağlanana kadar kesintisiz bir stabil kavis yaratılmalıdır. Kenarların derinliği kavisin keskinliğine bağlıdır ve bu durum vücut eğimi ve buza tutunan paten çeliğinin açısı ile meydana gelir. İyi bir kenar kalitesi, güvenli emin ve kontrollü hareketi sağlar.

C. Dönüş Sergileme: Dönüşler uygun beceri ve teknik ile yapılmalıdır. Dönüşlerde, doğru giriş ve çıkış kenarlarının anlaşılabilir olacak şekilde dönüş boyunca muhafaza edilmesi gereklidir.

- D. Gerginlik/Uzanış:** Genel postür (vücut duruşu) dik olmalı, uzanmış bir vücut eksenini ile karakterize edilmelidir. Başın açısı sırt çizgisini doğal bir şekilde takip etmelidir. Kollar, omuzlarla beraber doğal bir şekilde aşağıya ve geriye doğru uzanmalıdır. Patencinin elleri yapılan hareketin çizgisini takip etmelidir. Vücudun aldığı son pozisyon kontrollü bir şekilde gerçekleştirilmeli ve tüm vücut hatlarının maksimum uzunluğa erişmesini sağlamalıdır.
- E. Çabukluk:** Ayak hızını ifade eder. Bu, dönüşlerin, kenar değişimlerinin ve geçişlerin hassas, hızlı ve keskin yapılması demektir. Bazı hareketlerde ayak hızı canlı ve akıcı bir ritim meydana getirmesine rağmen çabukluk, kayılan hareketlerin genel hızını ifade etmez. Hızlı hareketler sessiz, akışkan ve kesintisiz olmalı, vücudun üst bölümünün düzgün ve dik duruşunu bozmadan veya tutturulan ritmi kesintiye uğratmadan yapılmalıdır.
- F. İtiş Gücü:** Kayış hızının ve akışkanlığının kazanılması ve sürdürülmesi fark edilmeyen bir güç ile sağlanmalıdır. Bu, kayan ayağın dizinin aşağı ve yukarı olarak yaptığı esneme hareketleri ile birlikte paten çeliğinin kenarının buza yaptığı basınç ile sağlanır. (Patenci, her iki ayağı ile de buza aynı oranda basınç uygulayabilme yeteneğini göstermelidir.) Meydana gelen gücün sonucu: 1) Çabukluk, hız veya tempo; 2) Buz üzerinde akış ve 3) İvme olacaktır.
- G. Kesintisiz Akış:** İstikrarlı, tutarlı ve sarsıntısız bir kenar ile buz üzerinde kaymak patencinin yeteneğidir. Akış mutlak olarak patencinin kayış hızına bağlı değildir, bu en iyi patencini yavaş başladığı durumlarda fark edilir.
- H. Postür (Vücut Duruşu):** Sırtın, kalçanın kolların, omuzların ve başın paten üzerinde düzgün olarak hizalanmasıdır. Hareket değişiklik gerektirmedikçe, tipik olarak patencinin sırtı, omurgası ile birlikte düz ve başı da buz yüzeyine göre dik durumda olmalıdır. Kollar, omuzlarla aynı hizadan ve rahat bir şekilde dışa doğru uzatılmalıdır. Serbest ayak düz bir çizgide olmalı ve kalçadan parmak ucuna doğru hafifçe dışa doğru dönmelidir.
- I. Bilateral Hareketler:** Hareketlerin saat yönünde, saat yönünün tersine, öne ve geriye olmak üzere vücudun her iki yönüyle de yapılabilme yeteneğidir.
- J. Dayanıklılık:** Dengenin ve akışın kayan ayağın dizinin aşağı ve yukarı olarak yaptığı esneme hareketleri ile birlikte paten çeliğinin kenarının buza yaptığı basınç ile kazanılması ve sürdürülmesidir. (Patenci, her iki ayağı ile de buza aynı oranda basınç uygulayabilme yeteneğini göstermelidir.) Meydana gelen dayanıklılığın sonucu: 1) İyi postür; 2) Buz üzerinde akış ve 3) İlerleme hızında süreklilik olacaktır.

TK 12.00 Kayış Hareketleri Testinin Herhangi Bir Elementinin Tekrar Kayılması

TK 12.01 Amir Hakem her testin bitiminde ve bir sonraki test başlamadan önce diğer 2 hakeme bir elementin tekrar kayılmasını isteyip istemediklerini, hakemler hakem formlarında değerlendirme yapmaya başlamadan önce soracaktır. Eğer hakemler elementin tekrar kayılmasını isterlerse bunu amir hakeme belirteceklerdir. Eğer hakem çoğunluğu elementin tekrarına karar verirse, amir hakem tekrar edilmesi istenen elementi patenciye söyleyecektir. Eğer hakemler hangi elementin tekrar edileceği konusunda kararsız kalırlarsa kararı Amir Hakem verecektir. Elementin tekrarından önce patencinin dinlenme ve ısınma için 1 (bir) dakika süresi vardır.

Bir Kayış Hareketi Testinin ardından sadece bir element tekrar kayılabilir. Tekrar kayma tüm elementi veya elementin bir kısmını kapsayabilir.

TK 13.00 Kayış Hareketleri Testleri Programı

Junior – Senior Kategorileri Kayış Hareketler

Patenciler Junior ve Senior kategorilerinde yarışabilmek için aşağıda açıklanan kayış testinden geçmek zorundadır.

Adaydan güçlü, gerçek kenarlar, pürüzsüz dönüşler, doğru postür ve güç harcanmadan sağlanan bir akış beklenmektedir.

1. Geri Çift 3 Dönüşleri
2. Spiral Dizisi
3. Bracketler
4. Öne Twizzle'lar
5. İç Slide Chasse'ler
6. Upright Spin (En az 6 tur)

Gerektiği takdirde bir element tekrar edilebilir.

Geçme Averajı Puanı: 3.2 - Toplam Geçme Puanı: 20.0

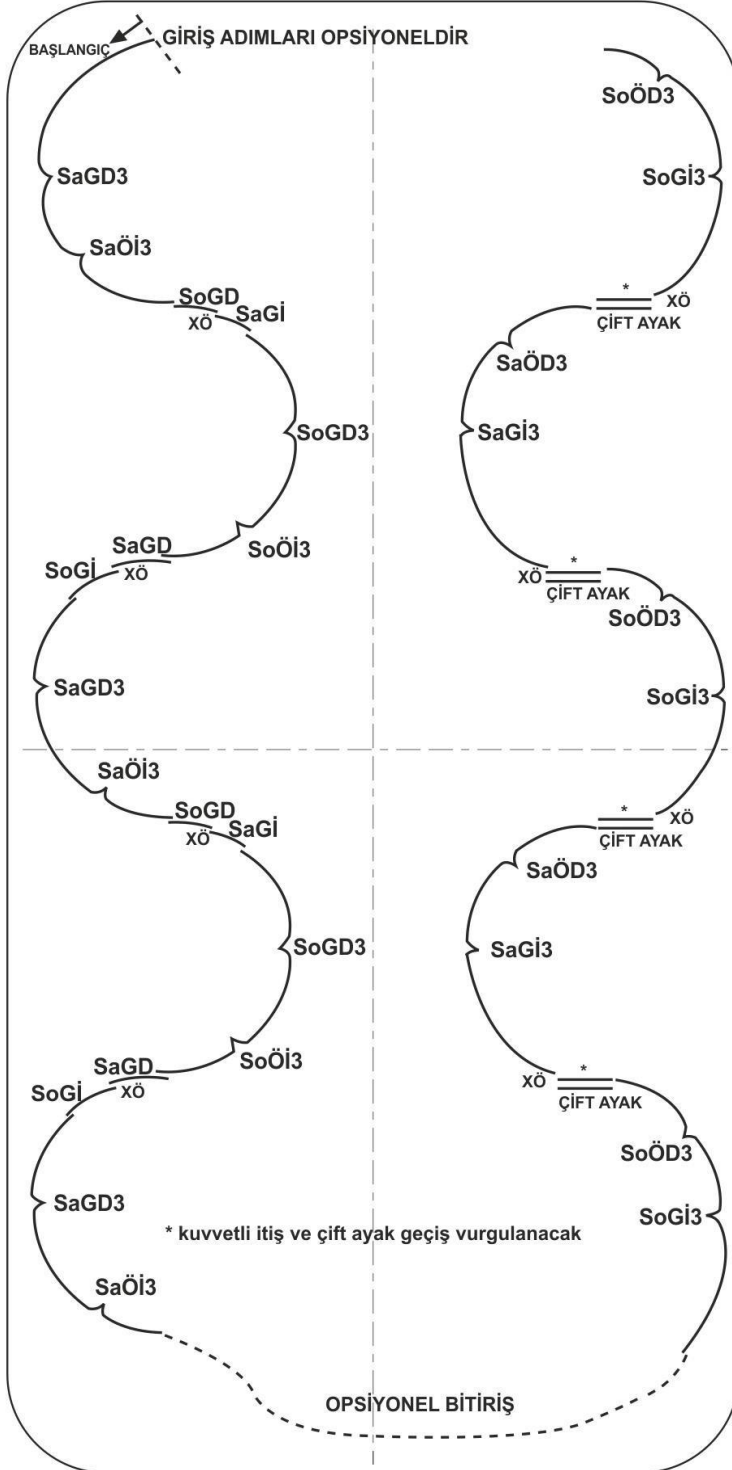
(Test süresi yaklaşık 14 dakikadır)

Gerekli hakem paneli: Kayış hareketleri test hakemliği eğitimini tamamlamış üç hakem.

Kayış Hareketleri

KH1 Geri Çift 3 Dönüşleri: Patenci yarım daireler üzerinde birbirini takip eden geri çift 3 dönüşlerini gerçekleştirir. Buz pistinin uzunluğuna ve patencinin itiş gücüne bağlı olarak bir uzun çizgide en az 4 en fazla 6 yarım daire bulunmalıdır. Bir uzun çizgi boyunca yapılan üç dönüşlerinin sayısı her iki ayakta da eşit olmalıdır. İlk uzun çizgide geri-dış çift 3 dönüşleri, ikinci uzun çizgide ise geri-iç çift 3 dönüşleri kayılmalıdır. Giriş ve bitiriş adımları opsiyoneldir.

Odak Noktası: Kenar Kalitesi ve Gerginlik/Uzanış



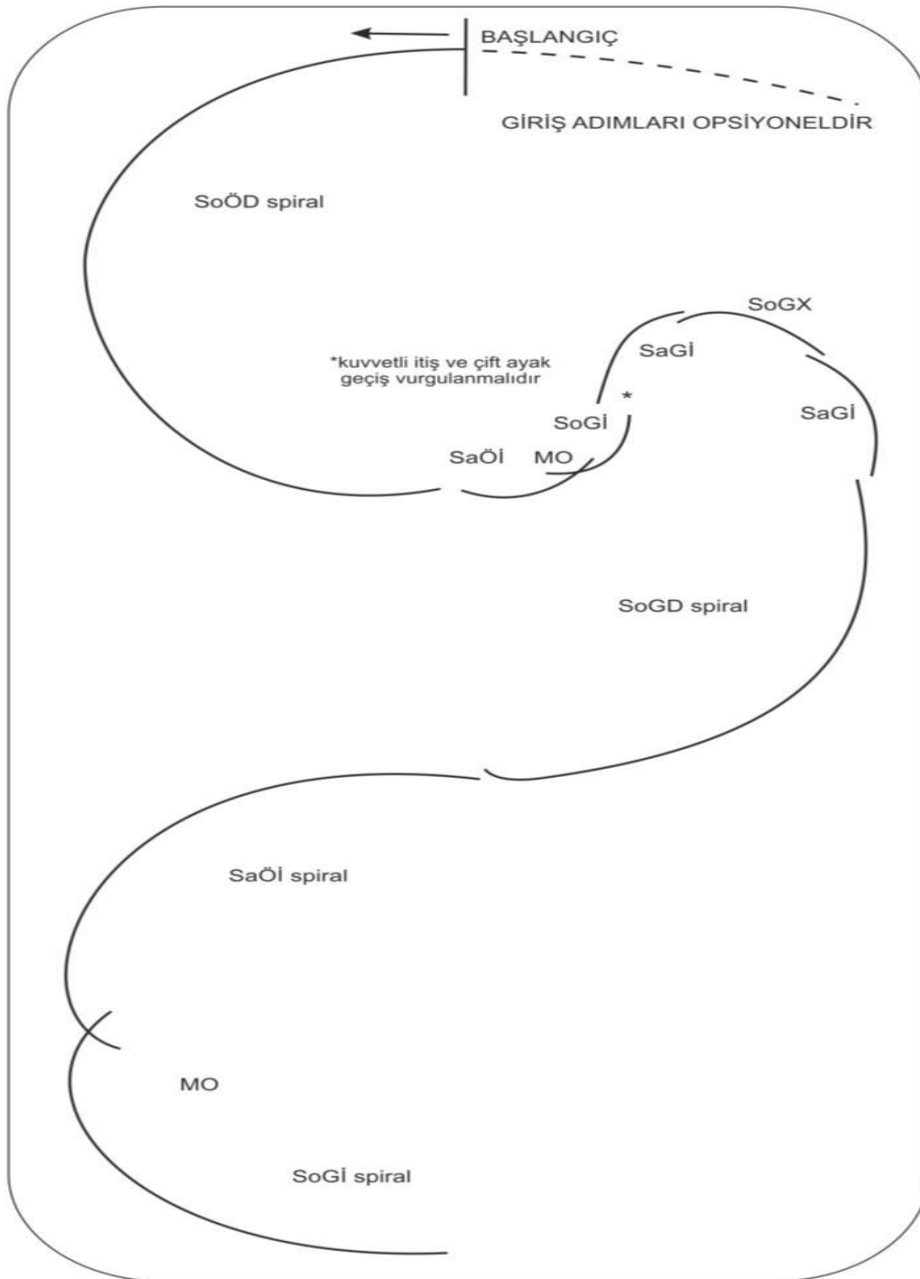
[Buraya yazın]

KH2 Kayış Hareketleri

2

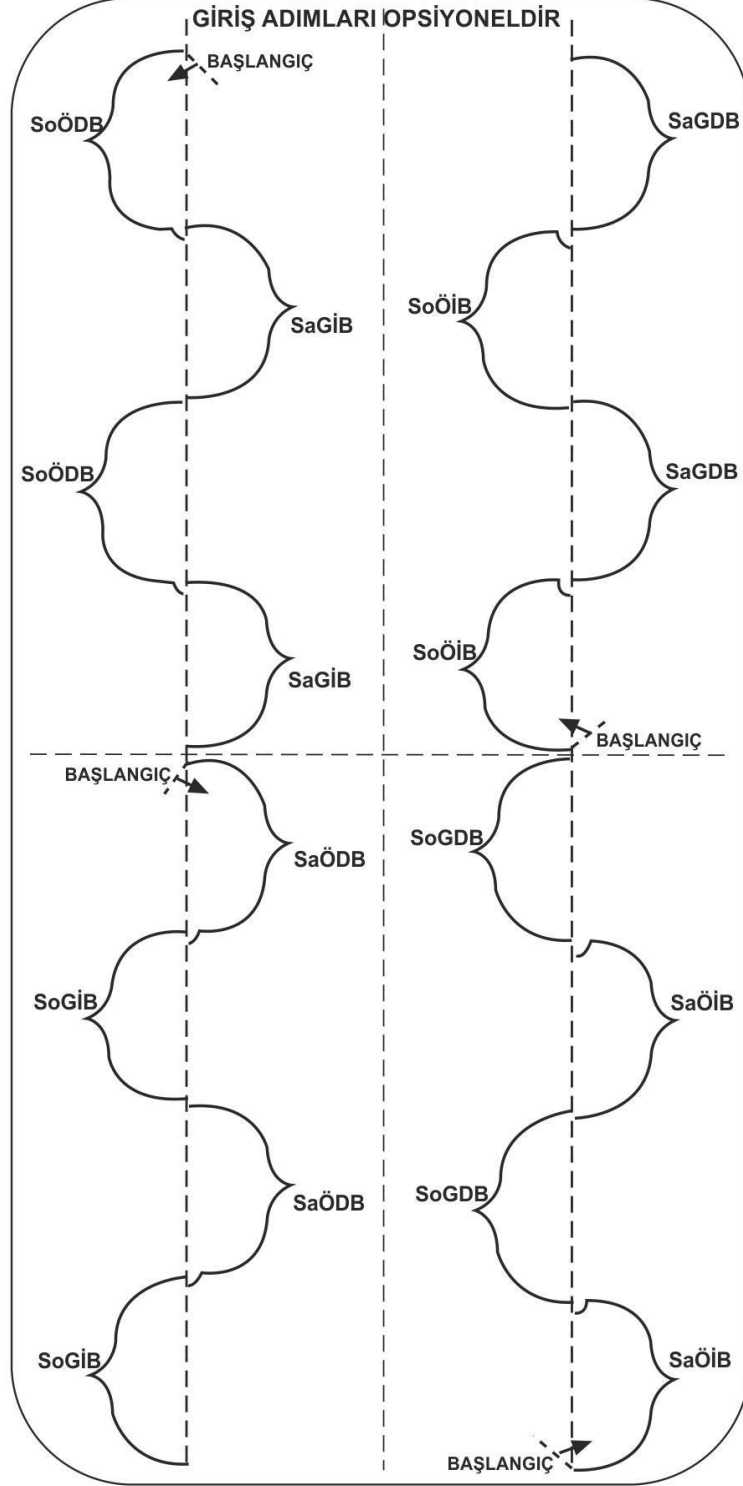
Spiral Dizisi: Hareket sahanın uzun eksenini boyunca SoÖD planör (spiral) ile başlar. Ardından patenci ayağını aşağıya doğru indirerek SaGİ açık mohawk ve kuvvetli bir iç kenar itişini yapar. Devamında bir adet kros yaptıktan sonra SoGD planöre başlar. Bu hareketin bitiminde SaÖİ planöre geçilir. Ardından serbest ayak aşağıya doğru alınır ve SaÖİ mohawk yapılarak SoGİ planöre geçilir. Bitiş kısmındaki opsiyonel adımları takiben hareket diğer tarafa doğru yapılmak üzere SaÖD planöre geçilir. Tüm pozisyonlarda patenci sürekli serbest ayak gerginliğini/uzanışını göstererek formunu ve esnekliğini sergilemelidir. Hiçbir planör pozisyonu 3 saniyeden az tutulmamalıdır. Başlangıç ve bitiş adımları opsiyoneldir. Bu harekete istenilen ayakla başlanabilir.

Odak Noktası: Gerginlik/Uzanış ve Kenar Kalitesi



KH3 Kayış Hareketleri 3

Bracketler: Patenci sahanın uzun ekseni boyunca bracket dönüşlerini gerçekleştirir. İlk uzun çizgide sahanın ilk yarısı SoÖD-SaGi bracketler ile ikinci yarısı ise SaÖD-SoGi bracketler ile kayılır. İkinci uzun çizgide sahanın ilk yarısı SaÖİ-SoGD bracketler ile ikinci yarısı ise SoÖİ-SaGD bracketler ile kayılır. Her yarım uzun çizgide 4 adet bracket dönüşü bulunmalıdır. Giriş adımları opsiyoneldir. Bu harekete istenilen ayakla başlanabilir. **Odak Noktası:** Kenar Kalitesi



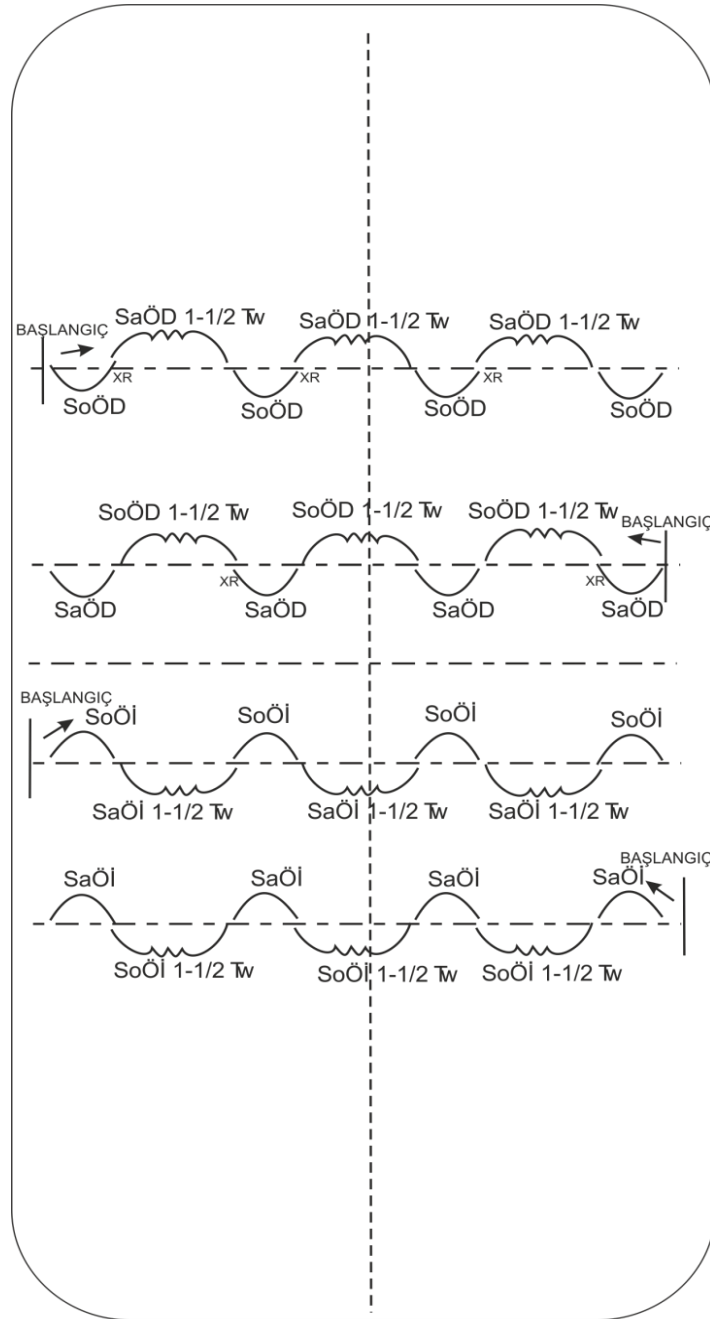
[Buraya yazın]

KH4 Kayış Hareketleri

4

Öne Twizzle'lar: Ön-dış twizzle'lar - Harekete patenci durduğu yerden SoÖD kenara itiş yaparak başlar. Ardından SaÖD 1,5 tur twizzle yapılır ve hareket SaĞİ kenarla bitirilir. Hareket sahanın kısa kenarı boyunca yapılır ve ardından aynı hareket öteki ayakla diğer yöne doğru gerçekleştirilir. Ön-iç twizzle'lar - Harekete patenci durduğu yerden SoÖİ kenara itiş yaparak başlar. Ardından SaÖİ 1,5 tur twizzle yapılır ve hareket SaGD kenarla bitirilir. Hareket sahanın kısa kenarı boyunca yapılır ve ardından aynı hareket öteki ayakla diğer yöne doğru gerçekleştirilir. Her çizgide en az 3 adet twizzle bulunmalıdır. Bu harekete istenilen yönde başlanabilir.

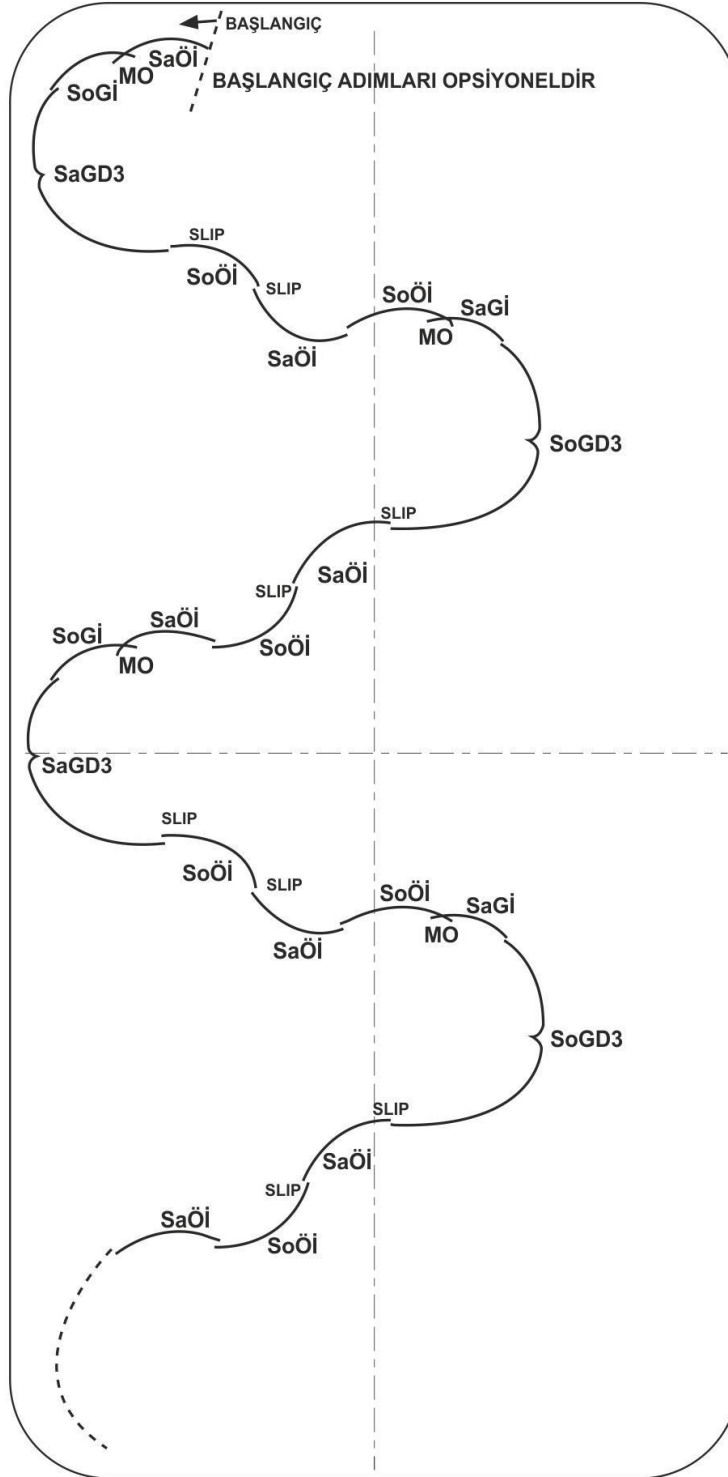
Odak Noktası: Dönüş Sergileme ve Kesintisiz Akış



[Buraya yazın]

KH5 Kayış Hareketleri – 5

İç Slide Chasse'ler: Patenci birbirini takip eden 4 adet iç slide chasse dizisi gerçekleştirir. Diziler geri dış 3 dönüşü içerir. Başlangıç ve bitiş adımları opsiyoneldir. Adımlar buzun uzunluğunu kaplamalıdır. **Odak Noktası:** Kenar Kalitesi ve Gerginlik/Uzanış



KH6 Kayış Hareketleri 6

Upright Spin : Patenci upright pozisyonunda en az 6 tur dönüş hareketi yapmalıdır.

KISALTMALAR

Sa	Sağ
So	Sol
Ö	Ön, öne
G	Geri, Geriye
D	Dış
İ	İç
3	Üç dönüşü
Aç	Açık
Kp	Kapalı
Mo	Mohawk
SwRoll, SR	Swing Roll
XÖ	Önde çaprazlama, ön kros
XG, XA	Geride çaprazlama, geri kros
KD	Kenar değişimi
SLİP	Slip
XR	Cross Roll
B	Bracket
Tw	Twizzle
CHO	Choctaw
RK	Rocker
CTR	Counter
SW	Swing
LOOP	Loop
Ç	Çabuk
Tırtıl	Tırtıl, tırnak
Çift	Çift

