INTEGRATIUS

Patinatge Artístic - Curs 2026-27

	Exercicis * Nivell A / A+	Exercicis * Nivell B		Exercicis Nivell Ceeb-2	Exercicis * Nivell Ceeb-3
Pre-benjamí	- Pas creuat enrere en vuit - Salt del tres - Picat - Equilibri endavant i en línia recta - Cabriola dos peus (mín. 3 voltes) - Moviments coreogràfics	- Pas creuat endavant en vuit - Picat -Àncora en línia recta endavant - Figura endavant i línia recta - Cabriola dos peus (mín. 2 voltes) - Moviments coreogràfics		- Pas creuat endavant amb els dos peus (1 vuit) - Àngel endavant en línia recta - Canó o Avioneta - Puntada a la lluna - Cabriola dos peus (2 voltes)	- Vuit endavant sense creuar - Flor o àngel endavant i línia recta - Cadireta endavant i línia recta - Cabriola dos peus (1 volta) - Puntada a la lluna - Moviments coreogràfics
	Durada del disc: 1'45" a 2'00"	Durada del disc:1'45" a 2'00"		Durada del disc: 1'45" a 2'00"	Durada del disc: 1'45" a 2'00"
	Exercicis * Nivell A / A+	**Exercicis * Nivell B**	**Exercicis Nivell Ceeb-1**	**Exercicis * Nivell Ceeb-2**	
Benjamí	- Pas creuat enrere en vuit - Salt del tres - Equilibri endavant i línia recta - Picat - Cabriola dos peus (mín. 3 voltes) - Moviments coreogràfics	- Pas creuat endavant en vuit - Picat - Salt del tres - Àncora en línia recta endavant - Figura - Cabriola dos peus (mín. 3 voltes). - Moviments coreogràfics	- Pas creuat endavant amb els dos peus (1 vuit) - Àngel endavant en línia recta - Canó o Avioneta - Puntada a la lluna - Cabriola dos peus (2 voltes)	- Vuit endavant - Equilibri (flor/àngel/àncora) endavant i línia recta - Cadireta endavant i línia recta - Cabriola dos peus (1 volta) - Puntada a la lluna - Moviments coreogràfics	
	Durada del disc: 1'45" a 2'00"	Durada del disc: 1'45" a 2'00"	Durada del disc: 1'45" a 2'00"	Durada del disc: 1'45" a 2'00"	
	Exercicis * Nivell A / A+	**Exercicis * Nivell B**	**Exercicis Nivell Ceeb-1**	**Exercicis * Nivell Ceeb-2**	**Exercicis Nivell Ceeb-3**
Aleví	- Voltes de vals esquerra - Combinació d'equilibris i/o figures (2 posicions) - Flip - Rittberger - Àguila dreta i esquerra - Cabriola interior enrere (mín. 3 voltes).	- Pas creuat enrere en vuit - Àngel en línia recta enrere - Figura o equilibri - Salchow - Metz - Cabriola interior enrere (mín. 3 voltes)	- Pas creuat enrere en vuit - Àngel enrere en línia recta - Combinació de figures (màxim 3 posicions) en línia recta (sense canvis de peu) - Puntada de peu a la lluna-Salt de tres-Picat - Salt del tres - Cabriola interior enrere (2 voltes) amb entrada o sense entrada	- Pas creuat endavant en vuit - Àngel línia recta endavant - Figura endavant i línia recta - Salt del tres - Picat - Cabriola dos peus (mín. 2 voltes)	- Pas creuat endavant en vuit - Àngel línia recta endavant - Canó o Avioneta - Puntada a la lluna - Cabriola dos peus (2 voltes)
	Durada del disc: 2'00" a 2'15"	Durada del disc: 2'00" a 2'15"	Durada del disc: 2'00" a 2'15"	Durada del disc: 2'00" a 2'15"	Durada del disc: 2'00" a 2'15"

	Exercicis * Nivell A / A+	Exercicis * Nivell B	Exercicis Nivell Ceeb-1	Exercicis * Nivell Ceeb-2	Exercicis Nivell Ceeb-3
Infantil	- Treball de peus (diagonal) -Combinació de figures i/o equilibris (3 posicions) amb canvi de fil, endavant, enrere, recta - Flip - Lutz - Rittberger-Turen-Salchow. - Cabriola exterior enrere / endavant (mín. 3 voltes).	- Treball de peus (línia recta) - Voltes de vals dreta - Combinació figura i/o equilibri de 2 posicions - Salchow - Rittberger - Puntada a la lluna-Salt del tres-Metz - Cabriola interior enrere (mín. 3 voltes)	- Voltes de vals esquerra (3 voltes mínim) - Canvi d'àguiles - Àngel enrere amb canvi de fil o en línia recta - Metz - Puntada a la lluna-Salt del tres -Metz. - Cabriola interior enrere (3 voltes)	- Pas creuat endavant en vuit - Equilibri endavant i línia recta - Metz o Salt del tres - Figura - Cabriola interior enrere (mín. 2 voltes)	- Pas creuat endavant en vuit - Pas creuat enrere en vuit - Àngel endavant amb canvi de fil o àngel-canó - Picat - Puntada a la lluna - Cabriola dos peus (3 voltes)
	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"
	Exercicis * Nivell A / A+	**Exercicis * Nivell B**	**Exercicis Nivell Ceeb-1**	**Exercicis Nivell Ceeb-2**	**Exercicis * Nivell Ceeb-3**
Cadet - Juvenil	- Treball de peus (cercle) - Lutz-Turen-Flip - Turen - Cabriola baixa o àngel amb entrada lliure (mín. 3 voltes) - Combinat 3 rittbergers - Cabriola combinada Upright (no es permet la interior a davant)	- Combinació de figures i/o equilibris (3 posicions) amb canvi de fil - Flip. - Rittberger. - Rittberger-Turen-Salchow. - Treball de peus (diagonal) - Cabriola exterior enrere (mín. 3 voltes).	- Canadenc - Salchow - Turen - Rittberger - Cabriola exterior endavant o enrere (2 voltes) - Seqüència de passos en línia recta/diagonal	- Voltes de vals dreta (mín. 3 voltes) - Àncora enrere - Combinat Salt del tres-Metz-Metz - Salchow - Cabriola interior enrere (3 voltes) - Seqüència de passos en línia recta	- Voltes de vals esquerra (mín. 3 voltes) - Àguila dreta i esquerra - Metz - Puntada a la lluna-Salt del tres-Metz -Cabriola interior enrere (3 voltes) - Combinació d'equilibris i/o figures (2 posicions)
	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"	Durada del disc: 2'15" a 2'30"

	Exercicis Nivell Open	Exercicis Nivell A / A+	Exercicis Nivell B	Exercicis Nivell C
Júnior	*- Seqüència de passos en serpentina* *- Axel* *- Combinat de 5 salts lliures (salts de mínim una volta)* *- Salt doble* *- Pirueta combinada que inclogui pirueta baixa o àngel (mínim 3 rotacions en cada posició)*	*- Seqüència de passos en serpentina* *- Axel* *- Combinat de 5 salts lliures (salts d'una volta)* *- Pirueta desplaçada baixa o àngel (3 voltes)* *- Pirueta combinada (combinació de dues piruetes altes, mínim 3 rotacions de cada) (int. enrere – ext. enrere // ext. endavant – ext. enrere // ext. enrere – int. enrere) (saltada o canviada)*	*- Seqüència de passos en cercle* *- Combinat de 3 rittbergers* *- Combinat de rittberger-turen-salchow-turen-flip* *- Lutz* *- Combinació de figures amb canvi de fil endavant o enrere (mínim 3 posicions)* *- Pirueta desplaçada baixa o àngel (2 voltes)*	*- Seqüència de passos en diagonal* *- Combinat de 3 salts d'una rotació* *- Flip* *- Turen* *- Combinació de figures amb canvi de fil endavant (mínim 3 posicions)* *- Pirueta exterior enrere o endavant amb o sense desplaçat (3 voltes)*
	Durada del disc: 2' 30" (±5")	Durada del disc: 2' 30" (±5")	Durada del disc: 2' 30" (±5")	Durada del disc: 2' 30" (±5")

* *Nivells UCEC*