



国际滑联裁判系统

技术手册

双人滑

2021/2022

08. 07. 2020

报告程序

在短节目和自由滑中，无论何时都应该报告实际完成的动作而不是规定动作。

任何的错误动作都将会得到一个“*”，导致其“无分值”。

在短节目和自由滑中，任何在规定时间以后（允许附加 10 秒）开始的动作，技术组不予以认定，并且无分值。

接续步

规则

总则： 短节目	接续步包括在每个赛季短节目中；在自由滑节目中不包括接续步。 整套接续步应符合音乐的特性完成。 接续步应一起或靠近的完成，可以包括任何非列表中的跳跃。根据音乐允许有短暂的停顿。接续步必须充分利用冰面。转体和步法必须均匀地分布在接续步的始终。 在接续步中，两人互换位置和握法，或同时运用有难度的滑行动作应予以奖励。想要得到更高的级别，两个人之间的配合必须是均衡的。
--------------------	--

提级条件

- 1) 两人自始至终保持难的转体和步法的最少多样性（1 级）、简单多样性（2 级），多样性（3-4 级）（必须完成的）
- 2) 在任何一个方向（左、右）上充分地转体，每个转体方向至少要占总图案的 1/3
- 3) 肢体动作的运用至少占图案的 1/3
- 4) 变换位置（在做步法和转体时交叉换位至少 3 次）至少占接续步的 1/3，但不超过接续步的 1/2。两人在完成交叉换位这个条件的过程中必须保持不超过大约 3 米的距离；**或者**至少有图案的一半两人是不分开的（允许换握法）
- 5) 在接续步中两人各自完成两次由 3 个难的转体步法（内勾步、外勾步、括弧步、捻转步、结环步）组成的联合转体步，有连续流动性。

说明

图案	接续步没有图案的规定，但是必须充分利用冰面。接续步必须清晰可辨认，应当利用完整的冰面完成接续步（例如：直线、蛇形、圆形、椭圆形或相似的图案）。没有达到上述要求将无分值。 在条件 2-5 中“图案”和“接续步”是指运动员实际完成的图案。
图案开始和结束	指运动员实际上的开始和结束接续步。
转体步和步法的定义	转体步：捻转步、括弧步、结环步、外勾步、内勾步、转 3。 步法：刀齿步、夏塞步、莫霍克步、乔克塔步、变刃步、交叉摇滚步。
乔克塔的定义	乔克塔是从一只脚到另一只脚的步法，滑出刃和滑入刃的弧线相反。换足是从内刃到外刃或与此相反，从向前到向后或与此相反。
难度转体步和步法的定义	难度转体步和步法：捻转步、括弧步、结环步、外勾步、内勾步、乔克塔步。转体步和步法必须用清晰的刃完成。 如果一个转体有“跳跃”，则不被计算为完成。

最少多样性	两个人都必须完成至少 5 个难度转体步和步法，没有任何一种可以计算超过 2 次。
简单多样性	两个人都必须完成至少 7 个难度转体步和步法，没有任何一种可以计算超过 2 次。

多样性	两个人都必须完成至少 9 个难度转体步和步法。没有任何一种可以计算超过 2 次。
-----	--

复杂性	不适用于双人滑。
-----	----------

无最少多样性， 无简单多样性， 只有简单多样性	如果运动员（一人或两人）在接续步自始至终转体步和步法没有做到最少多样性，则级别不得超过基础级。 如果运动员（一人或两人）在接续步自始至终转体步和步法没有做到简单多样性，则级别不得超过 1 级。 如果运动员（一人或两人）在接续步自始至终转体步和步法上只达到简单多样性，则级别不得超过 2 级。
-------------------------------	---

均衡和分布	转体和步法必须等量均衡地分布在接续步的自始至终，两人的动作量的分配也必须均等。 如果以上条件有一条或都不符合，则级别最高不得超过基础级。
-------	---

任意方向的转体	这条是指运动员做任何列表中或非列表中的转体和步法，在一个方向上连续转体至少占接续步的 1/3，然后在相反的方向上连续转体至少占接续步的 1/3（顺时针和逆时针）；或者运动员在接续步整个长度上做任何列表中或非列表中的转体和步法，在一个方向转体（不必连续做）至少占接续步的 1/3，然后在另一个方向上转体（不必连续做）至少占接续步的 1/3（顺时针和逆时针）。 “充分地转体”是指一整周转体，运动员不应该只左右交替半周转体。
---------	---

身体动作的运用	运用身体动作 是指两人明显的运用手臂，和/或头部，和/或躯干部，和/或髋部，和/或腿部的任何动作的联合至少占接续步的 1/3，这些动作必须影响躯干核心部分的平衡。 具有对躯干核心部分平衡构成影响也可以理解为影响整个身体的平衡，并影响冰刀滑行上的平衡。
---------	---

两组难度转体步组合	难度转体步是内勾步、外勾步、括弧步、捻转步、结环步。在组合中： - 不允许有三字步； - 不允许有变刃； - 不允许有跳跃/小跳； - 不允许有换足； - 浮足不能接触冰面； - 组合中至少有一个转体步与其他转体步不同种类 一个转体步的滑出刃是下一个转体步的进入刃。 在接续步中，难度转体步组合必须是两人连续流畅地完成。。
-----------	---

两人完成一组难度转体步组合	一组难度转体步组合可由男女伴完成不完全相同的转体步组合组成，但是两人必须同时完成。
---------------	---

什么是相同或不同的难度转体步组合	两组难度转体步组合被认为是相同的，是指由同样的转体步法构成，并且以相同的顺序，相同的用刃和相同的滑足完成。
在接续步中完成超过半周的跳跃	非列表中的跳，转体周数不限，可以包括在接续步中，且不扣分及其他后果。列表中的跳超过半周，这个动作在短节目中将被忽视，但裁判员要在 GOE 评分中按照“出现超过半周列表中的跳跃”给予减 1。 在任何情况下，这个跳都不影响接续步的难度级别。
变换位置（交叉）	在两人用步法和/或转体步交叉换位的时候，交叉换位前后必须明显的分开。必须至少有 3 次交叉换位。从第一次交叉换位到第三次交叉换位的距离必须超过接续步的 1/3，但不能超过接续步的 1/2。两人在完成交叉换位这个条件的过程中必须保持不超过 <u>大约</u> 3 米的距离。
两人不分开至少占图案的一半	“两人不分开至少占图案的一半”是指两人不分开并且没有任何间断至少占接续步图案的一半。 两人在换握法时有短暂瞬间的分离是允许的。
变换位置或者两人不分开	如果这两个条件都完成了，运动员只能得到两个提级条件中的一个条件，而不是两个。

编排接续步

规 则

自由滑	编排接续步可由任何种类的动作组合组成，例如步法、转体步、燕式平衡、阿拉贝斯、大一字步、伊娜包尔步、单足匍匐滑行、任何不超过 2 周的跳跃、旋转、小托举等。编排接续步中完成的列表中的技术动作将不被报告，不占动作的位置。编排接续步图案没有限制，但必须要清晰可见。 技术组织识别编排接续步，由第一个自由滑动作作为开始至下一个技术动作前的准备为结束（如果编排接续步不是整套节目的最后一个动作）。 编排接续步包括在自由滑中。编排接续步有一个基本分值，只由裁判员在 GOE 中进行评分。
-----	--

说 明

如何报告编排接续步	报告应是“编排接续步，确认”（如果接续步被认可）或相反情况下应是“编排接续步，无分值”。
列表中一周和两周的跳跃	在编排接续步中完成列表中一周或两周的跳跃，将不会被报告并且不会占一个动作的位置。
超过两周的跳跃	在编排接续步中完成列表中超过 2 周的跳跃将被认定，该跳跃完成时编排接续步将被视为结束。
旋转	任何出现在编排接续步中的旋转都不会被报告并且不会占一个动作的位置。
图案	任何图案都是允许的，但这个图案必须清晰可见。

单人联合旋转

规则

总则	每种姿势规定至少转 2 圈，如果达不到该项规定，则该姿势不予计算。 如果运动员在旋转进入时跌倒，在跌倒后可以立即做一个旋转或旋转动作（以填充时间为目的），该旋转/旋转动作不会被计算为一个动作。 头、臂或浮腿的姿势变化以及速度变化是允许的。 在单人联合旋转中每人至少完成两种基本姿势，每种基本姿势保持 2 圈，两种基本姿势可以完成在旋转中任何位置。如果要得到全部的分值，联合旋转必须每人完成三种基本姿势，在非基本姿势下旋转的圈数将计入旋转的总圈数。 变换到非基本姿势将不认为是换姿势。可以由跳或者过渡步进行换足。换足和换姿势可以同时完成也可以分别完成。 旋转必须符合规定的最少圈数，如果缺少，裁判员应在他们的评分中有体现。然而少于 3 圈的旋转认为是滑行动作而不是旋转。 单人联合旋转可以从跳开始。
短节目- 一次换足的 单人联合旋转	在短节目中的单人联合旋转至少包括两种基本姿势，每种基本姿势至少转 2 圈（如果要得到全部的分值，联合旋转必须两人都完成三种基本姿势）。每只脚至少转 5 圈。 换足可以用过渡步或跳换足，换足和换姿势可以同时完成也可以分别完成。

提级条件

- 1) 难度变化（以执行次数为准，但需遵守以下限制规定）
- 2) 用跳换足
- 3) 在旋转中不换足的跳
- 4) 在同足上难的换姿势
- 5) 难度进入旋转或难度滑出
- 6) 清晰的变刃在蹲踞（只有从后内刃变前外刃）、燕式、弓身和比尔曼或难度直立姿势中
- 7) 在第二只脚上完成全部 3 种基本姿势
- 8) 在蹲转或燕式转中立即相连的两个方向旋转
- 9) 在燕式、蹲踞、弓身或比尔曼或难度直立姿势（交叉旋转除外）中有清晰的加速
- 10) 在不变化姿势 / 难度、不换足或不变刃的情况下至少转 6 圈（燕式、弓身、任何基本姿势或中间姿势下有难度的变化）。

如果旋转在两只脚上都完成了 6 圈的提级条件，从有利于运动员的角度考虑，可算任意一只脚上的提级条件。

条件 2 到 10 和任何种类旋转的难度变化在一套节目中只计算一次（第一次试做）。

在换足旋转中，一只脚上最多计算 2 个提级条件。

所有的提级条件都必须在两人同时完成的前提下方可被计算（例如：条件 1，两个人必须同时完成相同的难度变化）。

说 明

姿势

基本姿势	有三种基本姿势：燕式、蹲踞和直立姿势。所有其他姿势为非基本姿势。 燕式姿势：浮腿在后，膝部高于髋部水平，但弓身、比尔曼和类似的变化仍认为是直立姿势。 蹲踞姿势：滑腿的上部至少平行于冰面。 直立姿势：所有滑腿伸直或微屈的非燕式姿势。
非基本姿势	所有不符合基本姿势规定的其他姿势。 在非基本姿势下的旋转圈数计入总圈数中；在非基本姿势下难度变化必须符合难度变化的定义，但进入非基本姿势不属于换姿势，只有从一种基本姿势进入另一种基本姿势才是换姿势。
同时完成的姿势	必须两人同时完成相同的基本姿势或非基本姿势，该姿势才能被计算。
每种基本姿势都少于 2 圈	如果一个旋转在每一种基本姿势下都少于连续旋转 2 圈，将无级别。
基本姿势少于 2 圈	一个联合旋转，两人只有一个姿势完成至少 2 圈（符合要求），其他姿势都少于 2 圈（不符合要求），在短节目中将无级别。
第二只脚上完成 3 种基本姿势	在联合旋转中，为了达到这一提级条件，必须两人都在第二只脚上完成三种基本姿势。该条件只能在没有换足中断下才被计算。
只有两种基本姿势	一个换足或不换足的联合旋转只有两种基本姿势，每种基本姿势不少于 2 圈，分值将少于有三种基本姿势，每种基本姿势不少于 2 圈的联合旋转。相应的分值在分值等级表中有体现。
动作的缩写和报告动作的程序	一个换足或不换足的联合旋转包含 2 种或 3 种基本姿势(例如 4 级)的缩写是 CCoSp4V/CoSp4V 或 CCoSp4/CoSp4，V 是用来区分有两种或三种基本姿势。报告应是“单人联合旋转，换足或不换足，4 级, V（如果只有 2 种基本姿势）”。
在同足上难的换姿势	从一个基本姿势换到另一个不同的基本姿势，没有非基本姿势的过渡，需要用相当大的力量、技巧和控制，并对换姿势有难度影响。在换姿势时动作必须有持续性。不应包括跳换姿势。在换姿势的前后必须各保持 2 圈。

进入和滑出

难度进入或难度滑出	两者中只有一个可作为提级条件。 进入是指进入旋转之前的准备阶段和立即进入旋转的起始阶段。这个进入必须是明显的影响着旋转的平衡、控制和完成并且必须完成在第一个旋转足。 必须要在 2 圈内达到所要做的旋转姿势。这个姿势只有在联合旋转中可以是非基本姿势。 常规的跳接燕式进入和后刃进入不被考虑为难的进入。 滑出旋转的滑出是指旋转的结束阶段和包括旋转结束后立即衔接的阶段 难度滑出：任何使滑出有明显难度提升的动作或跳跃，此滑出必须对旋转的平衡，控制和完成有明显地影响 如果一个进入或滑出不被技术组认为是“难度的”，<u>将被视为是动作连接并且此条件在后面的旋转中仍可被计算。</u>
-----------	---

变化

简单的变化	简单的变化是身体部分、腿、臂、手或头部的动作影响但没有改变基本姿势身体核心部分。简单的变化不能够提高级别。
-------	---

难度变化	难度变化是身体部分、腿、臂、手或头部动作需要付出更多身体力量，或柔韧性，并影响身体核心部分的平衡。只有这样的变化才能够提高级别。所有单人滑难度变化的规则同样适用于双人滑。 难度变化必须两人都完成。
------	---

难度变化种类	有 11 种难度变化： -燕式姿势：根据肩部线条方向分 3 种： (CF)：向前燕式，肩部线条与冰面平行 (CS)：向侧燕式，肩部线条扭转成垂直姿势 (CU)：向上燕式，肩部线条扭转超过垂直姿势 -蹲踞姿势：根据浮腿姿势分 3 种： (SF)：向前蹲踞式：浮腿向前 (SS)：向侧蹲踞式：浮腿向侧 (SB)：向后蹲踞式：浮腿向后 -直立姿势：根据躯干姿势分 3 种 (UF)：直立向前：躯干向前 (US)：直立向上或向侧：躯干向上呈直线或向侧 (UB)：直立比尔曼：比尔曼姿势 -弓身姿势：1 种 (UL)：直立弓身姿势 -非基本姿势：1 种（NBP）
--------	---

交叉旋转	“交叉旋转”是用双足完成并且双足均等承担身体重量。交叉旋转属于难度直立姿势变化（US），如正确完成，将得到一个提级条件，在交叉前并不需要在单足下转 3 圈。 <u>在交叉旋转中的加速不会被计算为提级条件。</u>
------	--

侧蹲踞	侧蹲踞姿势难度变化必须有身体部分/腿/臂/手或头部动作以导致付出更多力量，或柔韧性，并影响身体核心部分的平衡。
-----	---

比尔曼姿势	“比尔曼姿势”属于直立姿势下的难度变化（UB），运动员浮腿在身后被提拉至高于头部，并接近运动员旋转轴心。
-------	--

风车转	“风车转（车轮转）”，被认为是非基本姿势下的难度变化（NBP）。它必须至少被完成 3 次，才可被计算为提级条件。
-----	--

重复	在基本姿势下或非基本姿势下，任何一个种类的难度姿势变化在一套节目中只计算一次（第一次试做）。
重复种类变化	一旦一个难度旋转姿势变化已经试做，其他与该姿势属于同种类的难度姿势变化将不能被计算。但这个难度变化的任何附加条件仍可以被计算。

何为试做？	当一个变化已清晰呈现，就认为该难度变化已试做，无论事实上这个变化是否被计算。
-------	--

基本姿势与非基本姿势相似的变化	如果非基本姿势下的难度变化与基本姿势下的难度变化相似，那么这两个难度姿势变化中后做的那个将不被计算为提级条件。
-----------------	---

浮腿掉落	如果在准备一个燕式姿势难度变化时浮腿长时间不能达到要求的高度，这个相应的难度仍可作为提级条件，但是裁判员在 GOE 执裁中应予以减分。
------	---

太长时间达到基本姿势	当运动员长时间准备才能达到一个旋转必要的基本姿势，同样需要考虑被减分。
------------	-------------------------------------

旋转中同足起落的跳	在任何旋转中，一个清晰的同足起落的跳将计算为提级条件。但运动员必须在落冰后 2 圈内达到基本姿势。 这个跳没有规定的空中姿势，但必须是一个清晰的跳。 只有这个跳“需要用相当大的力量去完成”才会被考虑为提级条件。 这个跳在短节目中，即使完成在规定的最少圈数完成以前，也可作为提级条件。
-----------	--

加速	燕式、蹲踞、弓身和比尔曼姿势，一旦姿势已形成，两人都会有一个清晰地加速将认为是一个提级条件。只有在基本姿势或从基本姿势进入其难度姿势变化时加速才会计算为条件。如果加速发生在由一种基本姿势进入另一种基本姿势时，则是无效的。
----	--

用刀和方向

清晰的变刃	一个清晰的变刃被计算只有在两人都是： - 蹲踞姿势后内刃变前外刃 - 燕式姿势 - 弓身姿势 - 比尔曼姿势 - 难度直立姿势 任何其他试做的变刃将被忽略。但并不影响此姿势被考虑为其他提级条件的可能性。在跳进或迈进旋转落地时（几乎从平刃至变刃，或完成三字步等），不算试做变刃。只有在执行同一姿势（蹲踞姿势、燕式姿势、弓身姿势、比尔曼姿势或难度直立姿势）下，在一个刃上至少连续转 2 圈，接下来又在另一个刃上连续转 2 圈的情况下此变刃才可被计算为提级条件。在正常的直立姿势或非基本姿势下的变刃不作为提级条件。
-------	--

两个方向旋转	在蹲踞姿势、燕式姿势或这两种姿势的联合时，完成两个方向旋转（顺时针和逆时针或与此相反）彼此应立即相连接，可作为提级条件。每个方向规定至少转 3 圈。两个方向旋转（顺时针和逆时针）被视为一个旋转。
旋转圈数	
6 圈的规定	两个人在没有换姿势/难度变化、换足或变刃的情况下至少转 6 圈，可计算为一次提级条件；如果在两只脚上都完成了 6 圈，从对运动员有利的角度考虑，技术组可以计算任意一只脚上的提级条件。 6 圈作为一个提级条件必须在以下姿势完成： 燕式姿势、弓身姿势、其他基本姿势或非基本姿势下的难度变化。
换足	换足旋转规定换足前与换足后至少各转 3 圈（这些圈数可以在任何姿势下，包括非基本姿势）。如果换足前或换足后少于 3 圈，将按以下处理： 短节目： 该旋转不符合规定，无级别，无分值。
同足旋转	换足旋转是指每只脚都有旋转。运动员用同一只脚进行旋转，则不认为是换足旋转。
简单换足	简单换足，例如：用过渡步法或小跳换足，不需要付出很多力量和技巧，也不提高级别。
用跳完成换足	这样的换足被计算为提级条件必须要在落冰后 2 圈内达到基本姿势。这个跳没有规定的空中姿势，但必须是个清晰的跳。 只有这个跳“需要用相当大的力量去完成”才会被考虑为提级条件。
点冰阿拉比安换足	允许这样的换足，并且会视为是跳换足被计算为一个提级条件。
旋转中出现第二次换足	在换足旋转中的第二次换足（如果试做），在 短节目 中是不允许的（错误动作）。
旋转中心相距太远	如果旋转中心（换足前后）相距太远，已符合“两个旋转”的标准（第一部分用弧线滑出，又用弧线进入第二部分），旋转的第二部分将不被报告，其提级条件也不生效。结果是： 短节目- 旋转不符合规定，无级别，无分值； 如果只有第一部分用弧线滑出，或只用弧线进入第二部分，将按照“差的换足”在 GOE 评分中扣分（这一扣分不涉及换足同时换方向的旋转）。
换足联合旋转每只脚计算提级条件的数量	运动员在每只脚上最多能得到 2 个提级条件。 难度进入这个提级条件将计算在换足前那只脚上。“跳换足”、“两个方向旋转”、“第二只脚上三种基本姿势”这些提级条件将计算在换足后的那只脚上。交叉旋转这个提级条件将计算在开始做这个交叉动作的脚上。

双人联合旋转

双人旋转（少年组）

规 则

总则 双人联合旋转	双人联合旋转必须两人都至少有一次换足和一次换姿势（蹲踞、燕式、直立或任何以上姿势的变化）。 在双人联合旋转中每人至少完成两种基本姿势，每种基本姿势保持 2 圈，两种基本姿势可以完成在旋转中任何位置。如果要得到全部的分值，联合旋转必须两人都完成三种基本姿势。 双人联合旋转的总圈数不能少于 8 圈。旋转圈数不足裁判将在 GOE 中减分。 在联合旋转中如果所有基本姿势都少于 2 圈，则无级别，也无分值。 旋转不足 3 圈则认为是滑行动作，而不是旋转。 旋转必须是连续转动，不允许有停顿，除非是改变旋转方向时短暂的停顿。 如果一人或两人在进入旋转时跌倒，可以在跌倒后立即补做一个旋转或旋转动作（以填充时间为目的），而该旋转/动作不计算为一个技术动作。
双人旋转-少年组	如果没有两人换足或换姿势将报告动作为双人旋转。
自由滑	一套均衡的成年组和青年组自由滑必须包括一个双人联合旋转。 两人都至少有一次换足，但不需要两人同时完成。旋转可以从跳进入。

提级条件

- 1) 两人各有 2 次变换基本姿势
- 2) 两人有 3 个难度姿势变化，其中 2 个可以是在非基本姿势下（每人每个变化分别计算，每人至少有 1 个难度姿势变化）
- 3) 难度进入或由两人中的一人用跳进入
- 4) 难度滑出
- 5) 彼此立即相接的两个方向旋转
- 6) 在没有任何换姿势/难度姿势变化、换足（燕式、蹲踞、难度直立姿势）的情况下至少转 6 圈

说 明

姿势	有三种基本姿势： 燕式姿势（浮腿在后，膝部高于髋部水平）； 蹲踞姿势（滑腿的大腿部分至少平行于冰面；如果在双人蹲踞旋转女伴浮腿向后，男伴浮腿向前时，女伴的基本蹲踞姿势为滑膝达到或多于 90 度即达到要求）； 直立姿势（任何滑腿伸直或微屈的非燕式姿势） 非基本姿势（所有根据上述定义的非燕式、蹲踞或直立姿势） 非基本姿势下的旋转圈数计入总圈数，非基本姿势达到难度变化定义要求时可作为提级条件，但进入一个非基本姿势不算换姿势。
在一种姿势/难度姿势变化圈数不够	一种姿势/难度姿势变化下需要至少旋转 2 圈。如果至少一个人在一种姿势/难度姿势变化下少于 2 圈，该姿势/难度姿势变化将不予计算。
换姿势	两人从一种基本姿势到另一种基本姿势（可以通过非基本姿势），且每种姿势每人至少旋转 2 圈时，计算为一次换姿势。
换足	在旋转中换足要求换足前与换足后至少各转 3 圈（可以在任何姿势下，包括非基本姿势）。如果两人在换足前或换足后没有完成 3 圈，那么将会标记 PCoSp “V”。如果任何一人没有试图换足或任何一人在两只脚上都少于 3 圈，该旋转将“无分值”。
没有换足和/或换姿势	如果有一人或两人没有换足或没有换姿势，该旋转将报告为“双人联合旋转无分值”。
换姿势的次数	两人的前 2 次换基本姿势（可通过非基本姿势过渡）将计算为一个提级条件。
完成难度变化的数量	任何难度变化只有保持至少 2 圈才能被计算。 每人每个难度变化分别计算。 一个提级条件必须包括 3 个难度变化（可以有两个非基本姿势的难度变化）。每人至少有一个难度变化。
风车转作为难度变化	风车转（车轮转），被认为是非基本姿势下的难度变化（NBP）。它必须每人至少连续做 3 次，才可计算为提级条件。
旋转变化的定义	与两人都有关系。
简单变化	腿、臂、手或头部的动作影响但没有改变基本姿势身体核心部分。 简单变化不提高级别。
难度变化	腿、臂、手和头的动作需要付出更多的身体力量或柔韧性，并影响身体核心部分的平衡。 只有这样的变化才能提高级别。

两人蹲踞姿势浮腿向前伸	这种姿势，只有在滑腿蹲的特别深，并且浮足完全伸直的情况下才会计算为难度变化。
-------------	--

跳接/跳进入	跳接/跳进入旋转可由一人或两人完成。 可以是其中一人做跳接/跳进入，而另一人由任意姿势进入旋转，不需要难度。
--------	--

难度进入	进入旋转是指进入旋转之前的准备阶段和立即进入旋转的初始阶段。这个进入应该是明显的影响着旋转的平衡、控制和完成。必须两人都要完成。
后外刃或后内刃进入	在进入旋转前两人都是后外刃或都是后内刃滑行，没有浮腿的帮助进入旋转。运动员在成立旋转前没有三字步或任何其他转体。后外刃/后内刃进入要求两人在前两圈都保持在后外刃或两人在前两圈都保持在后内刃上。只有这样的向后进入才能被计算为提级条件。
难度滑出	在滑出同时做托举或旋转类动作，一个创新的动作使滑出变得相当的难。此滑出必须对旋转的平衡，控制和完成有明显地影响。
双人旋转中女伴被举起	在旋转中允许女伴被从冰面举起，但男伴必须保持单足在冰面。此动作不被计算为提级条件但是允许有创造性。女伴被举起时的旋转圈数计算在旋转的总圈数中。 <u>女伴被举起，离开冰面的过程中的基本姿势变化不计算为换姿势。</u>
两个方向的旋转	完成两个方向的旋转彼此立即相接（顺时针和逆时针），可作为提级条件。规定每个方向最少转 3 圈。如上述，完成两个方向的旋转（顺时针和逆时针）将被认为是一个旋转。

至少 6 圈的规定	该条件是在没有任何变化的燕式姿势、蹲踞姿势或难的直立姿势或它们的变化形式的情况下转 6 圈，才可作为提级条件（必须两人同时完成）。
-----------	---

短暂的停顿	旋转必须是连续而无停顿的，但换方向的旋转在换足时的小停顿除外。如果用刀齿或冰刀停顿，则认为是旋转结束。
-------	---

只有两种基本姿势的联合旋转	一个联合旋转，一人或两人只有两种基本姿势，每种基本姿势不少于 2 圈的分值将少于两人都有三种基本姿势，每种基本姿势不少于 2 圈。其分值在分值等级表中有体现。
---------------	---

缩写和报告动作的程序	一个有两种或三种基本姿势的双人联合旋转（例如：4 级）的缩写是 PCoSp4V 或 PCoSp4，报告应是“双人联合旋转四级”V（如果只有两种基本姿势）。
------------	---



燕式

直立

直立

直立

跳跃动作

规则

短节目	2021-2022 赛季短节目中必须包括一个单跳： - 成年组 - 任何两周或三周 - 青年组 - <u>菲利普两周或两周半</u>
-----	--

自由滑	一套均衡的 成年组 和 青年组 自由滑节目中必须包括： - 最多一个单跳和 - 最多一个联跳/连续跳 所有完成的超过两周的跳（两周半和所有三周/四周）必须是不同种类（不同名称），联跳/连续跳可以包含两个相同的跳。
-----	---

短节目	不符合规定的跳跃 （包括错误的周数）将无分值，但会占一个跳跃的位置，在还有位置的情况下。
-----	---

联跳

自由滑	在联跳中跳跃的落冰足应是下一个跳的起跳足。在两个跳跃之间转体一整圈（浮足可以触冰但无重心转移），可以保持该动作的定义仍可认定为联跳。 当尤勒（Euler）（向后落冰）用于联跳中两个列表中的跳之间，则认为是列表中的跳。当分开完成时，尤勒还是作为非列表中的跳。 技术组对尤勒 1 周的认定只有是否降级。尤勒 1 周如果是跨步，没有清晰的跳跃，裁判员将在 GOE 中给予减分。 如果技术组认为试做的华尔兹跳（阿克谢尔）只是下一个跳的准备动作，这个动作可以不识别。 在由于不好的落冰时而做的类似于小跳的动作，技术组有权利不识别这个动作为跳跃。裁判员将在 GOE 中体现出这个错误。
-----	--

连续跳

自由滑	连续跳是由任何周数的两个跳跃组成，起始于任何跳跃，立即接一个阿克谢尔类跳跃，第一跳落冰弧线直接进入阿克谢尔起跳弧线。
-----	--

说明

报告周数缺失四分之一，周数不足或降级	技术组必须报告试做的跳跃，尽管有时已经很清楚为周数缺失四分之一，周数不足或降级。所有跳跃都要计算在一套均衡节目规定要做的跳跃内。 落冰缺少四分之一/半周的标记是识别周数不足跳跃的标界线。 摄像机的角度在考虑决定跳跃周数不足时是很重要的，尤其是当跳跃与摄像机各在冰场的一端时。 在有疑问的情况下，技术组应做出对选手有利的决定。
周数缺少四分之一	如果跳跃周数缺少 1/4，应认为是“四分之一”。对周数不足的跳，技术组应指示给裁判员，并有“q”符号标在动作符号后面。

跳跃周数不足	如果跳跃周数缺少多于 1/4，但缺少不到半周时，应认为是“ 周数不足 ”。对周数不足的跳，技术组应指示给裁判员，并有“<”符号标在动作符号后面。跳跃周数不足的分值将减少，其分值在分值等级表中有体现。
跳跃降级	如果“跳跃周数缺少半周或更多”，应认为是“ 降级 ”。降级的跳跃将由技术组指示给裁判员，并有“<<”符号标在动作符号后面。被证实为降级的跳跃将按分值等级（SOV）表中动作缺少一周进行评判（例如：三周跳降级将得到分值等级表中两周跳的分值）。
过周的跳跃	如果一个跳跃超过周数多于四分之一，报告应为多一周的跳跃。例如，2T 超过周数多于四分之一，技术组将报告该跳跃为 3T 降级（<<）。
欺骗性起跳	一个清晰的向前起跳（阿克谢尔向后起跳）将被认为是跳跃降级。后外点冰是最常出现起跳周数不足的跳跃。技术组只可以看 常规速度 的回放系统来决定起跳周数不足和降级（很多出现在联跳和连续跳中）。
起跳错误用刀 （后内点冰/勾手）	后内点冰是由后内刃起跳，勾手是由后外刃起跳。如果起跳用刀不是清晰正确的，技术组就要指示错误“e”（用刀错误）或“!”（注意）符号给裁判员。技术组可以用慢放查看回放。如果起跳用刀是完全错误的技术组将给出“e”符号。而这个带“e”的跳跃的基础分值在分值等级表中有体现。如果起跳用刀不清晰，技术组将给出“!”的符号。但这个跳跃的基础分值并不减少。这两个错误都需要裁判员在GOE 中给予考虑。
周数不足和起跳错误用刀 （后内点冰/勾手）	如果一个跳跃同时有“e”和“<”符号，跳跃的基础分值在分值等级表中有所显示。
类似小跳的列表中跳跃	试做将按一个跳跃动作计算，但小跳或只有不超过半周的跳跃作为类似“装饰”则不认为是跳跃动作，只作为“动作连接”在节目内容分进行考虑。
非列表中跳跃	非列表中的跳（例如，沃里跳、分腿跳、用前内刃起跳的任何周数的阿克谢尔跳等）不作为跳跃动作来计算，但可以作为特殊的进入方式在动作连接分中进行评判。 但是点冰沃里跳将被报告为后外点冰跳。
试做跳跃	何谓试做？原则上是跳跃有一个清晰的起跳准备，进入起跳用刀或已经在冰上点冰并离开冰面，有或无转体，则认为是试做，无分值，但会占一个位置。 在一些情况下技术组需要作出决定，已经做起跳准备，但没有离开冰面，也要报告试跳。例如，后外起跳时运动员在离开冰面前跌倒，或阿克谢尔跳运动员已经进入向前起跳用刀，浮腿和双臂向后摆动，准备向前进入空中并且浮腿和双臂已向前摆动，但在最后一瞬间没有离开冰面。
两人周数不一致	当一个跳跃作为单跳或联跳/连续跳的一部分，两人的旋转周数出现不一致的情况时，按两人中完成周数少的跳跃来报告。裁判员将在GOE 中体现出这一错误。

两人完成不同的跳跃	如果两人的 确 完成了不同种类的跳跃，结果就是无分值。这个跳跃的报告应是“分值较少的跳跃”，没有任何符号。只有这个跳跃是被禁止重复的。例如：一人做的是 3T，另一人做的是 3S，最后应该报为 3T*。
-----------	---

旋转和跳跃相连	如果运动员做一个旋转，立即接一个跳跃或相反，两个动作分别进行报告，将按难的起跳/进入给予评判（GOE）。一个旋转后立即完成一个被认定为列表中的跳跃，不会被考虑为是旋转的难度滑出。
---------	---

短节目

不符合规定的动作	如果一对青年组双人做了不符合规定的单跳，该动作将无分值，但是会占一个跳跃的位置。
----------	--

自由滑

重复跳跃	一个两周以上同名称同周数的重复跳跃，将会占一个跳的位置，但无分值。在联跳或连续跳中两个跳跃可以是相同的。 如果任何在联跳或连续跳中的跳跃不符合要求，只有该不符合要求的跳跃不被计算，而不是整个联跳/连续跳。跳跃按完成的顺序来计算。
------	---

第二个联跳/连续跳	如果出现第二个联跳/连续跳，只有不符合要求的跳跃将不被计算，而不是整个联跳。
-----------	--

两个单跳	在节目中如果两个人都做了两（2）个单跳，第二个单跳将被标记“+REP”符号，并且得到基础分值的 70%，结果四舍五入到小数点后两位。
------	--

第一个跳后跌倒或步法滑出	如果一人或两人第一个跳跃跌倒或用步法滑出，之后又立即做了另一个跳跃，接下来的部分将被技术组忽略不计。 动作将按下列办法确认： 如果两人都跌倒/步法滑出，只报告已完成的单跳。 如果一人跌倒/步法滑出，另一人完成了连续跳，报告应是“第一个跳+Sequence” 如果一人跌倒/步法滑出，另一人完成了联跳，报告应是“第一个跳+Combo”。
--------------	---

浮足触冰无重心转移	当跳跃之间有 2 个三字转体（或无三字转体）并有轻微的触冰时，这个动作仍为联跳（两人都 无 重心转移）。 当在冰上转体超过 1 整圈时，该跳跃将被报告为转体之前完成的跳跃+Combo/Sequence。区分方法同上。
-----------	--

浮足触冰有重心转移	第一个跳跃后浮足触冰（ 有 重心转移），两跳之间有 2 个三字转体或无转体。技术组将按以下报告该动作：“第一跳+Combo/Sequence”取决于另一人的完成（在其他情况下）。
-----------	--

联跳：第一/第二跳为“非列表中”跳跃	如果联跳中两跳的第一/第二跳一人或两人未能成功并且转体滑出进入一个非列表中跳跃，但是另外的跳是列表中跳跃，则认为是联跳，但只有列表中跳跃有分值。
--------------------	--

一人做联跳 一人做连续跳	如果一人做联跳，一人做连续跳，则报告为连续跳。
-----------------	-------------------------

抛 跳

规 则

总 则	抛跳是同伴之间相互协助完成的，女伴在起跳时被男伴抛起至空中，并在没有男伴协助的情况下单足后外刃落冰。
短节目	2021-2022 赛季短节目中必须包括一个抛跳： -成年组- 任何两周或三周 -青年组- 沙霍夫两周或三周
短节目	不符合规定的抛跳（包括错误的周数）将无分值，但会占一个相应的位置，在还有位置的情况下。
自由滑	一套均衡的自由滑中必须包括最多两个不同的抛跳（不同名称和 / 或不同周数）。

说 明

报告周数缺失四分之一，周数不足或降级	技术组必须报告试做的跳跃，尽管有时已经很清楚为周数缺失四分之一，周数不足或降级。所有跳跃都要计算在一套均衡节目规定要做的跳跃内。 落冰缺少四分之一/半周的标记是识别周数不足跳跃的标界线。 摄像机的角度在考虑决定跳跃周数不足时是很重要的，尤其是当跳跃与摄像机各在冰场的一端时。 在有疑问的情况下，技术组应做出对选手有利的决定。
周数缺少四分之一	如果跳跃周数缺少 1/4，应认为是“四分之一”。对周数不足的跳，技术组应指示给裁判员，并有“q”符号标在动作符号后面。
抛跳周数不足	如果抛跳周数缺少多于 1/4，但缺少不到半周时，应认为是“周数不足”。 对周数不足的抛跳，技术组应指示给裁判员，并有“<”符号标在动作符号后面。 抛跳周数不足的分值将减少，其分值在分值等级表中有体现。
抛跳降级	如果抛跳周数缺少半周或更多，应认为是“降级”。 降级的抛跳将由技术组指示给裁判员，并有“<<”符号标在动作符号后面。 被证实为降级的跳跃将按分值等级（SOV）表中动作缺少一周进行评判（例如：三周跳降级将得到分值等级表中两周的分值）。
过周的抛跳	如果一个抛跳超过周数多于四分之一，报告应为多一周的抛跳。例如，2Tth 超过周数多于四分之一，技术组将报告该跳跃为 3Tth 降级（<<）。
重复（自由滑）	一个重复的相同名称相同周数的抛跳（青年组或成年组），将会占一个抛跳的位置，但无分值，无 GOE。
抛跳后内点冰 / 勾手	一套均衡的自由滑节目中，该两种抛跳被视为相同的抛跳；两种抛跳拥有相同的基础分值和相同的 GOE 加分 / 减分条件。如果这两种抛跳以相同的周数出现在一套自由滑节目中，第二个将无分值。

托举

规则

总则	双人滑中托举分类为以下几组： 一组托举 - 手握腋下姿势（见下文允许的握法变化） 二组托举 - 手握腰姿势 三组托举 - 手握髋或大腿（膝部以上）姿势 四组托举 - 手握手姿势（压腕类托举） 五组托举 - 手握手姿势（拉索类托举） 在任何组别的托举中单臂握法都能增加托举的难度。 在 3-5 组托举中托举臂必须要完全伸直。 男伴最少旋转一圈。 两人之间的相互协助只限于：手握手、手握手臂、手握身体、手握大腿（膝部以上） 在托举中允许换握法和女伴姿势。
短节目	2021-2022 赛季短节目中必须包括： - 青年组和成年组 任何手握手起跳的托举（4 组）。 只允许这一种规定的头上托举起跳。 托举在短节目中可以包含携带。但即使包含携带也不作为提级条件。
自由滑	一套均衡的自由滑节目中包括： - 成年组 自由滑允许最多 3 个托举，不能全部来自同一组，必须是不同的缩写名称 - 青年组 自由滑允许最多 2 个托举，不能全部来自同一组。 携带托举： 托举就只是“携带”是指简单的携带并且运动员没有旋转，只允许在起始和/或滑出时男伴旋转半圈。所有握法在“携带”托举中是不受限制的。在这些托举中允许一人在另一人的背上，肩部或膝盖部分。携带托举不会被计算在头上的托举的次数之内。这些托举会被考虑在节目内容分“动作连接”中。它们没有分值也不受次数的限制。

提级条件

- 1) 成年组：起跳难度化和难度落冰变化
青年组：起跳简单变化和简单落冰变化
- 2) 1 次换握法和 / 或女伴姿势（男伴在变换前后各转 1 圈，如重复则计算两次）
- 3) 女伴难度变化（1 整圈）
- 4) 难度（青年组为简单的）携带（不适用于短节目）
- 5) 成年组：男伴难度单臂（共 2 整圈，少于 1 圈的部分不予计算）
青年组：男伴单臂（共 2 整圈，少于 1 圈的部分不予计算）
- 6) 男伴在条件 5) 单臂 2 圈后额外的 1 圈（只在自由滑中计算，只计算一个托举）
- 7) 男伴换旋转方向（变换前后各 1 圈，该条件一套节目只计算一次）

条件 1)，2)，3) 和 5) 在托举与托举之间必须要有明显的不同，如有相似，只计算第一次试做。所有的条件只有完成在前 3 圈半以内才能被计算。起跳和落冰允许各有额外的半圈（共 1 圈），起跳/落冰被考虑为提级条件可以是在 4 圈半内的任何位置。

说明

基本握法，姿势	握法 - 手握腋下，手握腰，手握髋或大腿（膝部以上），手握手或臂。 姿势 - 立式（女伴上体直立），星式（女伴侧身姿势并且上体与冰面平行）和盘式（女伴身体姿势是平的，面向上或面向下并且上体与冰面平行）。 在一个托举中如果女伴的姿势是从立式（头向上）换至立式（头向下）或是从盘式换至盘式，星式换至星式且女伴任何方向转半圈，也计算为一次换姿势。
起跳	简单 - 包括但不限于，在托举上升过程中换握法； 难度 - 包括但不限于：身体翻转的起跳，从舞蹈托举立即进入托举起跳且女伴在两个托举之间不接触冰面，单臂的起跳，一人或两人使用大一字，伊娜包尔，燕式姿势作为进入的弧线。5ALi 和 5SLi 用内刃阿克谢尔起跳被认为是一个起跳难度变化。（只有用前内刃的起跳可获得此条件）。
落冰	简单 - 下降时换握法；用与自然意识相反的脚步落冰不会自动被认为是一个简单的落冰变化。 难度 - 难度落冰变化包括，但不限于：身体翻转，握法的变化，两人姿势和 / 或落冰方向的变化，单臂的落冰，男伴在托举下降时的大一字姿势；这个姿势被计算为一个难度落冰变化必须是男伴足够长时间保持大一字：从男伴开始弯臂到女伴被放置到冰面。
起跳和落冰	一对成年组双人滑起跳和落冰难度变化。 一对青年组双人滑起跳和落冰简单变化。 该条件可在多次托举中获得，但是完成在托举与托举之间要有明显的不同。

托举下降时单臂	单臂作为一个提级条件，必须是男伴用单臂，女伴单臂或不用双臂并且上半身任何部分不可接触男伴。 这样的握法被计算为“一个难度落冰变化”，一套节目只计一次。
携带	简单 – 保持至少 3 秒。 难度 – 包括至少一个以下条件：男伴保持携带至少 3 秒 – 单足滑行； – 单臂托举； – 完成交叉步； – 完成大一字或相似动作。 两个节目都允许，但在短节目中不计算为提级条件，在自由滑中仅计算第一次完成。
旋转停顿 3 秒以上	在连续的旋转中任何停顿超过 3 秒。将被认为是一次携带试做。
变换被携带中断	如果一次“换握法 / 女伴姿势 / 旋转方向”被携带中断，将不会给予相应的提级条件。
认定托举的组别	组别的分类取决于托举起跳女伴经过男伴肩部时的握法， <u>除 1 组托举和 2 组托举因为不要求臂完全伸直。</u>
1 组托举-新的允许的握法	托举保持女伴女伴头部在上并低于男伴肩膀。握法可以是手握腋下，手握臂，手握腰或手握手。
2 组托举	2 组托举，是任何手握腰姿势的托举。 一个握腰的简单的起跳，女伴直立头部向上面对任一方向没有其他变化，将被视为 2 组托举。任何其他女伴姿势的握腰的起跳，将被视为 3 组托举。
3 组托举	3 组托举，是任何手扶髋或大腿（膝部以上）姿势的托举。
4 组托举	4 组托举，是任何手握手或手握臂姿势的托举，托举上升过程中女伴与男伴之间的关系是女伴没有围绕男伴旋转，她只能够与男伴同时旋转。

5 组（拉索）托举	拉索种类中，或 5 组托举，在托举的上升过程中从起跳到臂完全伸直之间，女伴与男伴之间的关系是女伴围绕男伴旋转。这个旋转必须是明显的，通过肩部和或髋部。在托举的上升过程中男伴的一只手必须保持明显的高于他的肩部。否则将被认定为 4 组托举。不同类型的 5 组托举可以根据女伴的起跳方式，起跳时两人的相对位置，和握法来认定。 5 组点冰托举（5TLi） 在起跳时，两人面对面，男伴向前滑行女伴向后滑行。男伴左手握女伴左手，右手握女伴右手。女伴点冰起跳。 5 组步法进入托举（5SLi） 在起跳时，两人面对面，男伴向后滑行女伴向前滑行。男伴左手握女伴左手，右手握女伴右手。女伴用前刃起跳。
	5 组阿克谢尔托举（5ALi） 在起跳时，女伴在男伴侧面，男伴向前滑行或有时是大一字姿势。男伴左手握女伴左手，右手握女伴右手。女伴用前刃起跳。 5 组向后起跳托举（5BLi） 在起跳时两人都是向后滑行。男伴右手握女伴右手，左手握女伴左手（同手臂相握）。女伴向后用刀刃或点冰起跳。 5 组反身起跳托举（5RLi） 在起跳时两人相同方向滑行，向前或向后，握法是右手对左手和左手对右手（相反的手相握）。女伴用刀刃或点冰起跳。 这个起跳也可以是男伴手臂（托举手臂）在女伴双腿之间的握法。
认定旋转圈数	男伴的圈数，是从女伴离开冰面时开始计算，直到男伴手臂在完全伸直后开始弯曲因此女伴开始下降。 女伴起跳时，如果在男伴是一个大一字滑行或其他的侧身姿势，男伴的旋转起始将由女伴离开冰面时他所在姿势的前脚而定。
违规的托举 (违规的握法等)	如果两人完成的是一个违规的握法，该动作不得高于基础级。对此违规动作将进行扣分。
当男伴的臂开始弯曲	当男伴在手臂完全伸直后开始弯曲，这个托举就此结束(不包括换握法 / 姿势时)。男伴手臂重新伸直以后的托举部分中的提级条件和旋转圈数都将不予以计算。
认定提级条件	除了起跳和落冰的提级条件，托举的其他提级条件，只有在从男伴手臂完全伸直到手臂开始弯曲之间完成才会被计算。

换握法	换握法要求变换前与变换后各转 1 整圈。 换握法是指男伴从一种托举握法换至另一种托举握法。如果男伴换握法少于一（1）整圈，则不认为是一次“换握法”。但是，从右手臂至左手臂的变换或与此相反，两臂变换前后各转至少一（1）圈，也被认为是一次换握法。 为了避免一个条件被计算两次，从双臂握法至单臂握法或与此相反，不被计算在换握法的次数中。
换握法和女伴姿势	如果一次换握法和一次女伴换姿势同时完成，只计算为一个提级条件。 “换握法和 / 或女伴姿势”这个条件可在多次托举中被计算，但托举与托举之间必须要有明显的不同。 有多种的握法（手握手，手握手臂，手握身体和手握大腿（膝部以上））和女伴姿势（立式，星式和盘式）。规则 619 定义一次换握法 / 女伴姿势是从以上握法 / 姿势中的一个换至另一个。如果两个握法 / 姿势在相同的顺序下完成一次以上，将被认为是相似的。任何其他种类的变换则认为是“明显的不同”，包括在不同顺序下重复的两个相同的握法 / 姿势。
女伴姿势的难度变化	这个女伴的变化，必须是明显的影响到女伴在托举中的平衡或需要专项力量和 / 或柔韧性，才会影响到级别。“女伴的难度变化”这个条件可在多次托举中被计算，但托举与托举之间必须要有明显的不同。
男伴换旋转方向	要求变换前后各 1 圈，一套节目只计算一次（第一次试做）。
错误的起跳（短节目）	如果用到与规定的起跳不同种类的起跳，此托举将被定为无级别，无分值。
所有托举都是 5 组（自由滑）	如果在成年组或青年组的自由滑节目中，所有托举全部来自 5 组，最后一个完成的托举将会被删除。
“小托举”的定义	任何女伴姿势是持续的 / 稳定的并且男伴双手保持不超过肩部水平的托举。这个托举可以有旋转，也可以没有。
男伴单臂 -青年组 -成年组	男伴用单臂共旋转 2 圈将会被计算为一个提级条件。用单臂旋转的第 3 圈在短节目中不会被计算为一个额外的提级条件，在自由滑中只能在一个托举中（第一次完成）被计算为一个额外的提级条件。单臂少于 1 圈的部分不予计算。 这个条件只有在女伴不用双臂或只用单臂支撑的情况下才能被计算，如果女伴双臂都接触到男伴，则不计算该条件。 条件 5) 男伴难度单臂是指： —任何托举，男伴和女伴之间只有一个接触点，女伴不通过支撑男伴来保持平衡。 —超过一个接触点的托举，则需要特殊的平衡与控制。女伴的大部分重量必须明显的偏离男伴核心部分的轴线。

超常的平衡和控制



没有超常的平衡和控制



捻转托举

规则

总则	女伴必须在落冰以前在空中被男伴扶腰接住，由男伴协助完成流畅的单足后外刃落冰。在捻转托举中，女伴在旋转前的分腿姿势不是强制性的，但这个动作将会是一个可能提高级别的条件。
短节目	短节目必须包括一个捻转托举。捻转托举仅限于女伴勾手 / 后内点冰起跳。成年组或青年组，女伴的旋转周数可以是两（2）周，也可以是三（3）周。
短节目	不符合规定的捻转托举 （包括错误的周数）将无分值，但会占一个相应的位置，在还有位置的情况下。
自由滑	在自由滑中女伴可以做不同于勾手 / 后内点冰的起跳（后外外点，阿克谢尔）。 unlimited捻转托举的旋转周数。 在 成年组和青年组 ，一套均衡的自由滑节目中必须包括 1 个捻转托举。

提级条件

- 1) 女伴分腿姿势（每条腿分开与身体轴心成至少 45° 角，女伴双腿伸直或基本伸直）
- 2) 接住女伴在腰部两侧，女伴的手 / 臂 / 上体任何部分不接触男伴
- 3) 女伴在空中的姿势是单手或双手超过头部以上(最少 1 整圈)
- 4) 难度起跳: 一些转体、步法、动作、小托举与起跳紧密相连，并且连续流畅的完成
- 5) 男伴双臂向两侧，伸直或基本伸直，在推起女伴后至少达到肩部水平

说 明

落冰周数不足	捻转托举在落冰时周数不足“缺少半周或更多”会被降级。降级的捻转托举将由技术组指示给裁判员，并有“<<”符号标在动作符号后面。 技术组将认定任何在落冰时缺少半周或更多周数的捻转托举为分值更低的捻转。例如，一个捻转托举三周，女伴上体旋转只有两周半的时候，男伴支撑了大部分女伴重量，将会被报告为三周试做，降级至捻转托举两周。摄像机的角度在考虑决定捻转托举周数不足时是很重要的，尤其是当捻转托举在冰场的另一端时。
--------	---

女伴分腿姿势	只有当女伴双腿伸直或基本伸直，每条腿分开与身体轴心成至少 45° 角时，这个条件才会被计算。
接住女伴并且女伴的手 / 臂 / 上体任何部分不接触男伴	该提级条件在以下时被计算： a) 男伴双手必须在女伴腰部两侧(接住女伴时单手或双手在身体其他部分是不同的接住姿势；如果没有正确的接住不给予提级条件)和 b) 在落冰阶段女伴手臂或上体任何部分不接触男伴。 当女伴跌落在男伴身上（女伴冰刀接触冰面以前，男伴用身体支撑女伴身体）或仅仅只是在落冰时接触男伴，即使她保持手 / 手臂不接触男伴，该提级条件也不会被计算。
男伴双臂向两侧，伸直或基本伸直，在推起女伴后至少达到肩部水平	在男伴推起女伴后, 双臂必须换位置至身体两侧，女伴在空中被接住以前，男伴至少降低双臂到肩部水平。男伴的双臂必须伸直或基本伸直。 如果女伴没有在空中被接住，该条件不予计算。在空中接住（不一定是扶腰），该条件将予以计算。
难度起跳	此条件只有在一些转体、步法、动作、小托举与起跳紧密相连，并且连续流畅的完成才予以计算；如果中间有停顿，此条件将不予计算。

螺旋线

规尺动作（少年组）

规则

总则	当女伴最终形成螺旋线姿势，并且男伴双膝清晰的弯曲，完全进入规尺姿势后，两人都必须完成至少旋转 1 圈。为得到更高的级别男伴应保持低规尺姿势。与此同时，女伴必须用清晰的刀刃滑行，身体和头部接近冰面。但是女伴的头部不能接触冰面，手和身体任何部分也不得起支撑作用。女伴的身体重量靠螺旋线滑行刃和与男伴相握来支撑。男伴必须是固定在中心的姿势，手臂完全伸直。只有在保持至少一圈连续的旋转情况下，任种一种姿势方可被计算为一个提级条件。
规尺姿势	男伴握住女伴完成规尺姿势，女伴手握手姿势跟随男伴。女伴可以是燕式姿势，大一字姿势或是将腿延伸的姿势。
短节目	螺旋线的种类： 后外螺旋线： 两人后外刃滑行。男伴做规尺，用与滑行足同侧的手臂握住女伴，且手臂完全伸直。女伴向后倾斜向冰面，手臂完全伸直，并以此姿势绕男伴滑行。任何男伴姿势的变化都是允许的，但要一直保持规定的规尺姿势且女伴用外刃绕男伴滑行。 前内螺旋线： 男伴后外刃滑行，女伴前内刃滑行。男伴做规尺，用与滑行足同侧的手臂握女伴手，且手臂完全伸直。女伴向侧倾斜向冰面，手臂完全伸直，并以此姿势绕男伴滑行。任何男伴姿势的变化都是允许的，但要一直保持规定的规尺姿势和女伴用内刃绕男伴滑行。 后内螺旋线： 与后外螺旋线相同，但女伴是向后或向前倾斜向冰面，手臂完全伸直，以此姿势用稳定的后内刃绕男伴滑行。 前外螺旋线： 与前内螺旋线相同，只是女伴是用稳定的前外刃绕男伴滑行。 成年组和青年组 2021-2022 赛季短节目必须包括后外螺旋线。
自由滑	成年组和青年组 一套均衡的自由滑节目必须包括一个螺旋线。在 成年组 ，螺旋线必须与短节目是不同种类。可以使用握法的变化。

提级条件

- 1) 难的进入（与螺旋线紧密相连）或滑出
- 2) 当两人都在“低”姿势中，女伴整圈的旋转（完成多次可计算多次）

说 明

姿势	女伴的“低姿势”： - 内刃螺旋线，女伴髋部或臀部最低处和头部，不得高于她滑行腿膝部 - 外刃螺旋线，女伴头部不得高于她滑行腿的膝部，滑行腿膝部与头部之间的身体线条应是平的或是微拱形。 男伴的“低规尺姿势”：臀部不得高于规尺点冰脚的膝部。 如果男伴和女伴不能同时达到上述姿势旋转一整圈，螺旋线级别不能高于 1 级。
“低”姿势的圈数	在螺旋线任何部分，男伴或女伴姿势高于上述姿势，不能得到提级条件中的 2)。只有当男女伴都达到了低的螺旋线姿势时，才能开始计算。
失去“低”姿势	为了达到提级条件中的 2)，两人的“低”姿势必须是连续的。如果失去“低”姿势，条件 2) 只计算失去“低”姿势以前完成的旋转圈数。
女伴没有达到规定的姿势	如果女伴的头部（所有种类的螺旋线）和/或髋部最低处（内刃螺旋线）高于滑行腿膝部，螺旋线不得高于 1 级。 如果螺旋线自始至终，女伴头部最低处从未达到她的滑行腿膝部水平，该螺旋线将无分值。
完成不同的螺旋线（短节目）	在短节目中螺旋线是被指定的。如果女伴完成一个不同用刃或方向的螺旋线，将无级别和无分值，但会占一个动作的位置。
女伴用冰鞋滑行	如果女伴失去用刃，用冰鞋或膝部滑行，将认为是螺旋线结束，其他条件则不予以计算。 技术组必须判定这是否为一次跌倒。
没有规尺姿势或男伴没有屈膝或男伴手臂没有完全伸直	如果男伴始终没有达到规尺姿势或没有保持该姿势旋转一圈，或是点冰腿膝部没有明显的弯曲旋转一圈，或者他握女伴的手臂没有完全伸直旋转一圈，报告将是无级别，螺旋线将无分值。

男伴没有达到或没有保持低规尺姿势	如果男伴没有按规定的低规尺姿势旋转一整圈（他的臀部不高于规尺点冰脚的膝部），级别不能超过 1 级。
------------------	---

改变规尺姿势	在短节目中，男伴只允许用传统的规尺姿势，后外刃滑行，握女伴的手臂完全伸直，双膝明显的弯曲，完全进入规尺姿势。这个规尺姿势不允许有变化，否则将没有分值。 在自由滑中，任何螺旋线一旦男伴改变规尺姿势，将被视为螺旋线结束。因此，只有男伴保持在上面提到的规尺姿势下的部分才能够被用来决定级别。
--------	--

相反手相握（螺旋线进入）	男伴用相反手相握在短节目中是不允许的，而在自由滑中是允许的，但不认为是提级条件。女伴用相反手相握在短节目和自由滑中都是允许的，但不认为是提级条件。
换手臂握法	在短节目与自由滑，任何时刻，男伴和 / 或女伴换手臂握法都是允许的，但不再是一个提级条件。

谁的旋转圈数被计算？	关于条件 2)，只计算女伴的旋转圈数。有可能男伴保持在低姿势下的旋转圈数少于女伴，是因为在螺旋线中女伴从男伴身后绕过。这种情况在换握法时会发生。
------------	--

什么是螺旋线的开始？	进入的开始是指开始进入的弧线，当一人用单足在螺旋线用刃上，另一人也用单足或大一字类动作，单腿下蹲等。
------------	--

什么是螺旋线滑出的开始和结束？	螺旋线的滑出，是从男伴弯曲“相握”手臂的肘关节开始，到女伴回到直立姿势时结束。
-----------------	---

何时是螺旋线圈数的开始与结束？	开始 是当男伴规尺点冰在冰面上固定时。 结束 是当男伴规尺结束时，或是当女伴为螺旋线滑出开始立起来时。 无论哪个动作先出现，都标志着螺旋线的结束。
-----------------	--

难度*进入，滑出	运动员必须展示出影响了身体核心部分和平衡的姿势。难度进入姿势必须是两个人都在进入的弧线上，女伴和/或男伴从一个难度进入姿势立即直接进入螺旋线姿势。 一个难度滑出的例子：女伴滑出立即进入一个托举（舞蹈托举或其他）或进入一个跳跃。*进入这个条件只有两人都在男伴规尺点冰后第一圈内达到低姿势的情况下才予以计算。
----------	---

双人滑短节目和自由滑动作无级别或最高为基础级/1 级/2 级/3 级
2021-2022

最高级别 短节目	问题	最高级别 自由滑
	注：双人滑中两人所得到的级别按完成级别低的那个人计算	
所有动作级别		
无分值	错误动作	不适用
基础级+扣分	违规动作（如果已满足基础级别的要求） 技术组负责对违规动作扣分	基础级+扣分
接续步		
无分值	没有充分利用冰面	不适用
基础级	接续步转体步和步法始终没达到最少多样性	不适用
1 级	接续步转体步和步法只达到最少多样性	不适用
2 级	接续步转体步和步法只达到简单多样性	不适用
基础级	接续步自始至终转体步和步法分布不均衡	不适用
基础级	两人之间分配不均衡	不适用
单人联合旋转（少年）		
无分值	没达到两种基本姿势，每种姿势至少连续旋转 2 圈	不适用
单人换足联合旋转		
无分值	少于两种基本姿势，每种姿势至少转 2 圈	不适用
任何级别 “v”	两种基本姿势，每种姿势转 2 圈	不适用
无分值	换足：换足前/后少于 3 圈	不适用
双人联合旋转		
不适用	一人/两人没达到两种基本姿势，每种姿势至少旋转 2 圈，或至少一人没有试图换足	无分值
不适用	换足：一人或两人在换足前/后少于 3 圈	任何级别 “v”
不适用	所有难度变化都只由男伴或只由女伴完成（提级条件第 2 条）	不作为条件
不适用	少于三种基本姿势，每种姿势转 2 圈	任何级别 “v”
托举		
基础级+扣分	违规的握法	基础级+扣分
无分值	男伴旋转少于 1 圈	无分值
无分值	男伴臂从未伸直（3/4/5 组托举）	无分值
无分值	错误的起跳	不适用
螺旋线		
无分值	男伴没保持明显屈膝和臂伸直的规尺姿势 1 圈	无分值
1 级	男伴和女伴没有同时保持“低”姿势 1 圈	1 级
无分值	女伴头部从未达到滑膝水平	无分值