



Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

6 129229		AF	Ά	APMin Ma	ria L	uísa Silva		
Nota 5,2	2 5	5,1 5	,2	Penalização		Resultado	5,2 - Aprovado	
								二
Carrinho nos dois pés para a -****Adquirir a posição com a bac - Manter a posição durante cinco (- Manter os pés juntos e o tronco	ia alinl 5) met	nada co	secutiv	ros	ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	1	0	0				Penalização	
Patinar para trás com os doi - Executar o exercício com simetri - Executar o exercício numa distâr - Manter o tronco direito e verticali	a no m	novimer	ito de a uperior	imbos os pés			Danalina a a a	
Nota		U	0				Penalização	\square
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante me - Manter de forma evidente o roda - Finalizar o exercício em posição	tade de do ext	erior du	rante to) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0				Penalização	
─ Ombros, cabeça, bacia e calcanl	verá fic emiflet nar da	car com ida e a perna o	pletam perna d la frent	ente imobilizado le trás em extensão sobre a linha d e, deverão estar alinhados no mesr T			5 ; a l	
Nota	0	0	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa -****Adquirir a posição de 4 com e - Manter a posição durante cinco (- Manter o tronco direito e verticali	elevaça 5) met	ão do jo tros cor	elho liv	os sobre cada pé				
Nota	1	1	2				Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobr - Após a fase de impulsão ambos - Realizar todas as fases dos salto - Definir a receção dos dois saltos Nota	os pés s: pre	deven paração	deixaı – flex	ăo – impulsão - voo - saída.		eo. bés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	os joelhos semifletidos. Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

7 126132		AP	A	APMin Alio	e Sa	ampaio Pereira		
Nota 5,	3 5	5,3 5,	4	Penalização		Resultado	5,3 - Aprovado	
								_
Carrinho nos dois pés para	a frei	nte						
−****Adquirir a posição com a ba								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	1	1	2				Penalização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	čes pa	ara trás)				\equiv
Executar o exercício com simet	ria no n	novimen	to de a	mbos os pés				
Executar o exercício numa distá Manter o tronco direito e vertica		ual ou s	uperior	à largura da pista				
Nota	1	2	1				Penalização	
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante m - Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posicã	etade d ado ext	erior du	rante to) metro	os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0	o de Todado			Penalização	
	everá fio semiflet	car com ida e a ¡	pletame perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha d a, deverão estar alinhados no mesn				
Nota	0	0	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa ****Adquirir a posição de 4 com Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertica	elevaç (5) me	ão do jo tros con	secutiv	os sobre cada pé				
Nota	1	0	1				Penalização	
 Realizar todas as fases dos sal 	s os pés tos: pre	s devem paração	deixar – flexã			eo. rés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal,	e os joelhos semifletidos. Penalização	
11010		L					. onanzagao	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

8 129232		AP	Α	APMin Lia	Mar	ques Reis		
Nota 5.	0 5	5.0 5,	4	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado	0
Carrinho nos dois pés para	a frer	<u>nte</u>						
−****Adquirir a posição com a bad								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	1	1	2			,	Penalização	
Patinar para trás com os do	is pés	s (Bal	ões pa	ara trás)				
Executar o exercício com simetr	ia no m	novimen	to de a	mbos os pés				
 Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertical 		ual ou s	uperior	à largura da pista				
Nota	-1	0	0				Penalização	
Curvas exteriores sobre um	pé							
				aginário com pelo menos quatro (4) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
Manter de forma evidente o roda Finalizar o exercício em posição								
Nota	0	-1	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte					
No final do exercício, o atleta de								
				e trás em extensão sobre a linha de e, deverão estar alinhados no mesn				
Nota	0	0	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa	ıra a f	rente						
−****Adquirir a posição de 4 com								
 Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertical 								
Nota	0	0	2	THE CALCUSAGE			Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobi	re os	Dois I	Pés				<u>'</u>	
·				o contacto com a superfície em sin	nultâne	90.		
 Realizar todas as fases dos salt 	os: pre	paração	– flexã	o – impulsão - voo - saída.				
				n simultăneo, e sem uso de travões	s. Os p	vés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e		S.
Nota	0	0	0				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

10 95657		APA	\	APMin Mat	alda	Fonseca Calçada	
Nota 5.0	5.0	5.0)	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado
Dois Cross-Roll (XR) Para Tr — A perna livre deverá cruzar, atrás — Deslizar em curva exterior trás er — Roll: Fazer coincidir a inclinação	do pati	m porta a troca	idor, a de pé	— ∟linha desenhada pela perna portad s	ora		
Nota	-1	-1	0				Penalização
Rotação sobre os dois pés Realizar um movimento contínuo Manter ambos os pés em contact -****Realizar no mínimo duas (2)	o com a	super	fície, c		tável l	evantar uma roda de cada patim	Danalização
Nota	U	0	0				Penalização
− Realizar todas as fases de um sa	lto: prep	oaração s saltos	– flex em a	xão – impulsão - rotação - saída mbos os pés paralelos, pelo menos	no eix	Ito De ½ Rotação Com Saída Num Pé to longitudinal, com os joelhos fletidos is, sem uso de travões	
Nota	0	0	0				Penalização
Skating Movement: "Taça" o - Manter o rodado constante duran - Definir corretamente a posição aı - Manter a posição durante cinco (te a exe abesca	ecução , sem o	do ex scilaç	ões do corpo			
Nota	1	1	1				Penalização
	pois de ando o ¡	e execu pé livre	tar o N junto	//ohawk do pé portador, na posição escolhid		a o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)) metros de diâmetro, em cada sentido	
Nota	0	0	0		,		Penalização
Três Interior Frente (Three tu - Definir de forma evidente os roda - Executar a viragem sem execuçã - Executar a viragem sem que o p	dos de o saltad	entrada la, com	e saí pelo	da, num círculo imaginário de quatr menos 3 rodas no chão	o (4) r	netros de diâmetro	Penalização
Nota	<u> </u>	<u> </u>					, stranzagao

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

11 105354		AP	Ά	APMin Luís	a R	ibeiro Monteiro	
Nota 5	.0 5	5.0 5.	.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado
				•			
Dois Cross-Roll (XR) Para	rás C	onsec	utivo	<u>s</u>			
				a linha desenhada pela perna portado	ora		
 Deslizar em curva exterior trás Roll: Fazer coincidir a inclinaçã 							
Nota	-1	-1	-1				Penalização
Rotação sobre os dois pés							
− Realizar um movimento contínu							
 – Manter ambos os pés em conta – ****Realizar no mínimo duas (2 				durante todo o exercício, sendo aceit sem uso dos travões	ável l	evantar uma roda de cada patim	
Nota	0	0	0				Penalização
Combinação De Dois Salto	s De ½	∕₂ Volta	a De F	Rotação A Dois Pés Com Un	n Sa	Ito De ½ Rotação Com Saída Num Pé	
Realizar todas as fases de um							
				ambos os pés paralelos, pelo menos com a perna livre alongada à frente o		ko longitudinal, com os joelhos fletidos is. sem uso de travões	
Nota	0	0	0				Penalização
Skating Movement: "Taça"	ou "b	andeiı	ra"				
- Manter o rodado constante dura							
 Definir corretamente a posição Manter a posição durante cinco 	arabeso (5) me	ca, sem tros con	secutiv	oes ao corpo os			
Nota	1	1	1				Penalização
Mohawk Exterior trás (Moh	awk B	ackwa	ard o	utside - Mk BO)			
− Definir a curva exterior antes e							
						a o tipo de Mohawk executado (ClMk ou OpMk ou HHMk)) metros de diâmetro, em cada sentido	
Nota	0	0	0				Penalização
Três Interior Frente (Three	urn fo	orward	l insi	de – 3t FI)			
				ída, num círculo imaginário de quatro	(4) r	netros de diâmetro	
Executar a viragem sem executar a viragem sem gue o				menos 3 rodas no chão em qualquer das fases do exercício			
Nota	0	0	0	2 12			Penalização
				•			•

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

1 96144		AP	Α	APMin l	uana	Salgado Peneda		
Nota 5,	1 5	,2 5,	,2	Penalizaçã	io		Resultado	5,2 - Aprovado
						•	_	
Deslizar em posição de Águ	<u>ıia</u>							
 Manter o tronco direito e vertica Manter a posição durante cinco 		ros con	secutivo	os em cada sentido				
Descrever uma única linha no s								
Nota	1	2	2					Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling)					
Manter um ritmo constante de e Manter o tronco em posição ver			te as tré	ês (3) viragens				
Realizar todo o exercício sem to			ivre na	superfície do rinque				
Nota	0	0	0					Penalização
Combinação De dois (2) Sa	ltos D	e ½ V	olta s	obre um Pé				
- Executar o exercício de forma d								
 Realizar todas as fases dos salt Definir a receção/saída dos dois 								
Nota	0	0	0					Penalização
Pião Vertical Interior Trás (L	Jprigh	t spin	back	ward inside - U BI)				
Executar a entrada parada e de ****Realizar no mínimo duas (2)								
Realizar no minimo duas (2) Definir a posição de saída com					o rodad	o, sem uso de travoes		
Nota	0	0	0					Penalização
Dois Body Movements (BM))							
- Executar cada Body Movement								
 Executar os Body Movements (Utilizar o tronco, os membros in 					ros supe	riores		
Nota	0	0	0					Penalização
Uma Volta de três em cada	sentic	lo_						
-Executar corretamente o Three								
 Executar corretamente o Mohav Manter o ritmo de execução, de 					i to Heel			
Nota	0	0	0					Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

9 129188		ED	V	APMin Sof	ia F	erreira Viana		
Nota 5,	1 5	5,1 5,	1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado	0
Carrinho nos dois pés para	a frer	<u>ite</u>						
− ****Adquirir a posição com a ba								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	1	1	1	dera total rias toxas e o arigulo er	ili C O	totax e as coxas devera ser no minimo de 40)	Penalização	
				<u> </u>				
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	<u>ara trás)</u>				
- Executar o exercício com simeti								
 Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertica 		uai ou s	uperior	a largura da pista				
Nota	0	0	0				Penalização	
							•	
Curvas exteriores sobre um	<u>pé</u>							
Executar o exercício durante me Manter de forma evidente o roda				aginário com pelo menos quatro (4)	metro	os de diâmetro sobre cada pé		
- Finalizar o exercício em posição								
Nota	0	0	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte					
− No final do exercício, o atleta de								
				e trás em extensão sobre a linha de				
				e, deverão estar alinhados no mesm	ю ріаі	io irontai	D ! ~	
Nota	0	0	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa	ara a f	rente						
− ****Adquirir a posição de 4 com								
 Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertica 								
Nota	0	0	0	ia em extensão			Danalização	
Nota	U	U	U				Penalização	
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés					
				o contacto com a superfície em sim	ultâne	90.		
Realizar todas as fases dos salto Definir a receção dos dois salto					Osr	rés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	os igelhos semifletido	,
Nota	0	05 0015	0		Os p	es as ser social paralolos, polo menos na inna iongitudinal, e	Penalização	·.
Nota		ŭ					. Orianzayao	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

2 99596		ED	V	APMin Eva Cı	ruz Curval		
Nota 5.	.0 5	5,2 5,	3	Penalização		Resultado	5,2 - Aprovado
<u>'</u>				•		•	
Deslizar em posição de Águ	<u>ıia</u>						
 Manter o tronco direito e vertica Manter a posição durante cinco 							
Descrever uma única linha no s							
Nota	0	1	2				Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o trav	/elling)				
- Manter um ritmo constante de e - Manter o tronco em posição ver			te as tre	ès (3) viragens			
Realizar todo o exercício sem to			ivre na	superfície do rinque			
Nota	0	0	0				Penalização
Combinação De dois (2) Sa	ltos D	e ½ V	olta s	obre um Pé			
- Executar o exercício de forma o							
 Realizar todas as fases dos sali Definir a receção/saída dos dois 							
Nota	0	0	0				Penalização
Pião Vertical Interior Trás (L	Jprigh	nt spin	back	ward inside - U BI)			
- Executar a entrada parada e de	finir cer	ntragem	do pião	o de forma regulamentar pós estabilização da posição e do rodac	la com uso do travãos		
Definir a posição de saída com	o tronc	o vertica	lizado e	e sem uso de travões	o, sem uso de travoes		
Nota	-1	0	0				Penalização
Dois Body Movements (BM)						
- Executar cada Body Movement							
 Executar os Body Movements (Utilizar o tronco, os membros in 				ovimento diferentes posições) e os membros supe	eriores		
Nota	1	1	1				Penalização
Uma Volta de três em cada	sentic	do					
- Executar corretamente o Three							
Executar corretamente o Monav Manter o ritmo de execução, de				Mk LFO) – Close, Open ou Heel to Heel la, em ambos os sentidos			
Nota	0	0	0				Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

3 125771		ED	V	APMin Benedita Rego	Carneiro	
Nota 5,	,1 5	5,1 5,	,1	Penalização	Resultado 5,1 - Aprovado	
						_
Deslizar em posição de Águ	<u>uia</u>					
Manter o tronco direito e vertica						
 Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no s 						
Nota	1	1	1		Penalização	
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling)			\neg
- Manter um ritmo constante de e			te as tr	ės (3) viragens		
 – Manter o tronco em posição ver – Realizar todo o exercício sem to 			ivre na	superfície do rinque		
Nota	0	0	0		Penalização	
Combinação De dois (2) Sa	Itos D	e ½ V	olta s	obre um Pé		\neg
−Executar o exercício de forma o						
 Realizar todas as fases dos sali Definir a receção/saída dos dois 						
Nota	0	0	0	anne pe	Penalização	
Pião Vertical Interior Trás (l	Jprigh	nt spin	back	ward inside - U BI)		
−Executar a entrada parada e de						
— ****Realizar no minimo duas (2) — Definir a posição de saída com				pós estabilização da posição e do rodado, sem uso do e sem uso de travões	e travoes	
Nota	0	0	0		Penalização	
Dois Body Movements (BM)					\neg
−Executar cada Body Movement						
Executar os Body Movements (Utilizar o tronco, os membros in				vimento diferentes posições) e os membros superiores		
Nota	1	1	1	and the posiçoso of the manual capacitores	Penalização	ヿ
						二
Uma Volta de três em cada						ļ
Executar corretamente o Three Executar corretamente o Mohay				(3t FO) Mk LFO) – Close, Open ou Heel to Heel		ļ
Manter o ritmo de execução, de						\Box
Nota	-1	-1	-1		Penalização	$ _ $

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

1 127857		EP/	λB	APMin Ma	rtim	Alves Vieira		
Nota 5.	0 5	5.0 5,	,1	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	0
Carrinho nos dois pés para	a frei	<u>nte</u>						
−****Adquirir a posição com a bad								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	1	1	2				Penalização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	ara trás)				
Executar o exercício com simetr	ia no m	novimen	to de a	mbos os pés				
Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertical		ual ou s	uperior	à largura da pista				
Nota	-1	0	0				Penalização	
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante me - Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posição	etade d ado ext	erior du	rante to) metro	os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0				Penalização	
	verá fic semiflet	car com ida e a ¡	pletame perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha d a, deverão estar alinhados no mesr				
Nota	0	-1	-1				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa ****Adquirir a posição de 4 com — Manter a posição durante cinco — Manter o tronco direito e vertical	elevaç (5) me	ão do jo tros con	secutiv	os sobre cada pé				
Nota	1	1	1				Penalização	
 Realizar todas as fases dos salt 	os pés os: pre	devem paração	deixar – flexã			eo. vés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal,	e os joelhos semifletido Penalização	S.
				<u> </u>			L	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

Nota 5, 3 5, 3 5, 4 Penalização Resultado 5, 3 - Aprovado Carrinho nos dois pés para a frente	2 126866	EP	AB	APMin Julia	na Pinto Rijo		
	Nota 5,3	5,3 5	5,4	Penalização	Resultado	5,3 - Aprovad	do
-Manter a posição durante cinco (5) metros consecuros diretto (torax nurses poderá locar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°) Nota 2 2 2 2 2 2 Penalização Patinar para trás com os dois pés (Balōes para trás) - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com ma distância igual ou superior à largura da pista - Manter o tornoco direito e verticolizador Mota 0 0 0 1 1 Penalização Curvas exteriores sobre um pé - Executar o exercício durante metade de um circulo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND"; sem alteração de rodado Nota 0 0 0 0 0 Penalização Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente - No final do exercício, a atleta devera ficar completamente imobilizado - A pera da frente deverd estar semifletida e a perma de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente - Ombos, cabeça, bacia e calcambra da perma da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Penalização Penalização Penalização Penalização Nota 1 1 1 1 1 1 Penalização Penalização Nota 2 2 2 2 2 2 Penalização de de monteros contracto com a superfície em simultâneo Realizar todas as fases dos sallos; preparação - limpulsão - voo - salda Belefiar a rocação dos dos sallos sobre posiços de la repreparação - limpulsão - voo - salda Definir a recepão dos dos sallos sobre posiços polaros positificados pera de receptor de la perma de frente deverá ficar completimente mobilizado Realizar todas as fases dos sallos; preparação - limpulsão - voo - salda Definir a recepão dos dos sallos sobre os bois pés, em simultâneo, e sem us							
Nota 2 2 2 2 Penalização Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás) - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista - Manter o tronco direito e verticalizado Nota 0 0 1 Penalização Penalização							
Partinar para trás com os dois pés (Balões para trás) - Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista - Mantier o tronco direito e verticalizado Nota 0 0 0 1 Penalização Curvas exteriores sobre um pé - Executar o exercício durante metade de um circulo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Mantier de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota 0 0 0 0 Penalização Travagem Em Semi-Afundo Para ≯ Frente - No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado - Apera da frente deverá estar semifletida e a pera de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente - Ombros, cabeça, bacia e calcambar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Nota 1 -1 -1 -1 1 -1 Penalização Deslizar em posição de 4 para a frente. - ""Adquirir a posição de 4 por a forma evidente o livre a o nivel da bacia - Manter a posição durante inco (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado ⇒ perma portadora em extensão Nota 2 2 2 2 2 Pena portadora em extensão - Apera da frace deverá esos consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado ⇒ perma portadora em extensão Nota 2 2 2 2 Pena portadora em extensão - Apera da fasa de simpulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. - Realizar todas as fasea dos as fases dos salos : preparação - flexão - impulsão - voo - saída. - Definir a receção dos dois saltos sobre os dois peis, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	· ·		_	oderá tocar nas coxas e o ângulo entr	e o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
- Executar o exercício rom simetria no movimento de ambos os pés - Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista - Manter o tronco direito e verticalizado Nota 0 0 0 1 1 Penalização Curvas exteriores sobre um pé - Executar o exercício durante metade de um circulo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota 0 0 0 0 Penalização Fravagem Em Semi-Afundo Para → Frente - No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado - A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente - Ombros, cabeça, bacia e calcamhari da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Nota 1 1 1 1 1 1 1 Penalização Deslizar em posição de 4 para a frente - """Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia - Manter a posição durente cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão Nota 2 2 2 2 2 Penalização Din salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés - Apos a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo Realizar fodas as fases dos solatos: preparação — fiexão — impulsão - voo - saída Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletios.	Nota	2 2	2			Penalização	
- Executar o exercício numa distància igual ou superior à largura da pista - Manter o tronco direito e verticalizado Nota 0 0 0 1 Penalização Curvas exteriores sobre um pé - Executar o exercício durante metade de um circulo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição 'AND', sem atteração de rodado Nota 0 0 0 0 0 Penalização Fravagem Em Semi-Afundo Para ★ Frente - No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado - A perma da frente deverá estar semifletida e a perma de traba e mextensão sobre a linha de deslocamento da perma da frente - Ombros, cabeça, bacia e calcambrar da perma da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Nota 1 1 1 1 1 1 1 1 1 Penalização Deslizar em posição de 4 para a frente - Manter a posição durate icino (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perma portadora em extensão Nota 2 2 2 2 2 Penalização Din salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés - Apeira das de de impulsão ambos os pês devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo Realizar dotas as fases dos solos is persaração - flexó — impulsão - voo - saída Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	Patinar para trás com os dois	pés (Ba	lões p	ara trás)			
Curvas exteriores sobre um pé - Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota 0 0 0 0 0 0 Penalização Penalização P	 Executar o exercício numa distâno 	ia igual ou					
- Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota 0 0 0 0 Penalização Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Finalizar o exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado - A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente - Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Nota -1 -1 -1 Penalização	Nota	0 0	1			Penalização	
Fravagem Em Semi-Afundo Para A Frente - No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado - A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente - Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Nota -1 -1 -1 -1 Penalização Deslizar em posição de 4 para a frente - ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão Nota 2 2 2 2 Penalização Jm salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés - Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - voo - saída Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	Manter de forma evidente o rodado Finalizar o exercício em posição "A	o exterior d	urante to alteração	oda a execução do exercício	·	Donelizacă -	
— No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado — A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente — Ombros, cabeça, bacia e calcamar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal Nota 1 -1 -1 -1 -1 Penalização Deslizar em posição de 4 para a frente — ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé — Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão Nota 2 2 2 2 Penalização Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés — Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.				3 40 104440		Penalização	
Deslizar em posição de 4 para a frente - ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão Nota 2 2 2 2 Penalização Jm salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés - Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. - Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. - Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	No final do exercício, o atleta deve A perna da frente deverá estar ser Ombros, cabeça, bacia e calcana	rá ficar con nifletida e a ir da perna	npletame perna d da frente	le trás em extensão sobre a linha de d			ı
- ****Adquirir a posição de 4 com elevação do joelho livre ao nível da bacia - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão Nota 2 2 2 2 Penalização Jm salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés - Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	Nota	-1 -1	-1			Penalização	
- Manter a posição durante cinco (5) métros consecutivos sobre cada pé - Manter o tronco direito e verticalizado e perna portadora em extensão Nota 2 2 2 2 Penalização Jm salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés - Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. - Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. - Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	Deslizar em posição de 4 para	a frente	<u> </u>				
Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés — Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	- Manter a posição durante cinco (5) metros co	nsecutiv	os sobre cada pé			
 Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo. Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos. 	Nota	2 2	2			Penalização	
— Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída. — Definir a receção dos dois saltos sobre os dois pés, em simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos.	Um salto Sem Rotação Sobre	os Dois	Pés				
	 Realizar todas as fases dos saltos 	: preparaçã	o – flexã	áo – impulsão - voo - saída.		e os joelhos semifletid	los.
			 	,	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

3 127810	EF	PAB	APMin mari	a lima cunha		
Nota 5,2	5,1	5,2	Penalização		Resultado	5,2 - Aprovado
Carrinho nos dois pés para a						
****Adquirir a posição com a bacia Manter a posição durante cinco (5)	metros c	onsecutiv	os		1 450)	
	O 0	nunca p	odera tocar nas coxas e o angulo enti	re o tórax e as coxas deverá ser no mínin	10 de 45°)	Penalização
Patinar para trás com os dois						
Executar o exercício com simetria i Executar o exercício numa distânci Manter o tronco direito e verticaliza	a igual ou					
Nota	0 0	0				Penalização
Curvas exteriores sobre um p	<u>é</u>					
			naginário com pelo menos quatro (4) r	metros de diâmetro sobre cada pé		
Manter de forma evidente o rodado Finalizar o exercício em posição "A						
Nota	1 0	0				Penalização
Travagem Em Semi-Afundo Pa	ara A Fr	<u>ente</u>				
No final do exercício, o atleta deve A perna da frente deverá estar sem			ente imobilizado le trás em extensão sobre a linha de o	deslocamento da perna da frente		
			e, deverão estar alinhados no mesmo			
Nota	0	0				Penalização
Deslizar em posição de 4 para	a frent	<u>e</u>				
****Adquirir a posição de 4 com ele Manter a posição durante cinco (5)	metros c	nsecutiv	os sobre cada pé			
— Manter o tronco direito e verticaliza Nota	1 1	<u>а рогаас</u>	ora em extensão			Penalização
Nota	<u>' '</u>					i enalização
Um salto Sem Rotação Sobre	os Dois	<u>Pés</u>				
 Realizar todas as fases dos saltos: 	, preparaç	ão – flexá				: - II : fl - 4:
	O 0	0 0	in simultaneo, e sem uso de travões.	Os pés devem estar paralelos, pelo meno	os na iinna iongitudinai,	e os joeinos semificidos. Penalização
	I		ı			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

4 100370		EP/	λB	APMin Armando Eduardo Costa		
Nota 4,5	5 4	,6 4,	5	Penalização	Resultado	4,5 - Reprovado
Patinar Em Círculo Fechado			_			
Definir corretamente o Stroke Fo Executar corretamente o Cross-S			(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S FI)		
			m diâm	etro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido		
Nota	-2	-2	-2			Penalização
Curvas exteriores para trás						
				aginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé		
Manter de forma evidente o roda Finalizar o exercício em posição						
Nota	-1	-1	-2			Penalização
Change of edge sobre um pe	<u> </u>					
- Definir corretamente os rodados						
 Executar o exercício durante cino Inclinação da linha corporal coino 						
Nota	-2	-1	-1	5.053.030		Penalização
Salto de Cavalo						
Utilizar apenas um travão						
 Definir uma posição de entrada, Definir uma posição de saída, de 						
Nota	0	0	0			Penalização
Um Carrinho para a frente e	um ca	arrinh	no par	a trás sobre um pé (Sit Position)		
***Baixar sobre o pé portador e						
 Adquirir a posição de carrinho co Manter a posição durante cinco (
Nota	0	0	0	•		Penalização
Um Body Movement (BM)						<u>.</u>
Realizar o exercício com uma du Demonstrar fluidez no movimente		mínima	de dois	(2) segundos		
		s (cada	membi	o inferior em posição/postura diferente)		
Nota	0	0	0			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

 Calculador/Data Operator:
 APMin - Carla Isabel Rego
 Juíz №1:
 APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

5 127810		EP/	λB	APMin mari	a lii	ma cunha	
Nota 4	,7 4	,7 4,	6	Penalização		Resultado	4,7 - Reprovado
•							
Patinar Em Círculo Fechado - Definir corretamente o Stroke F - Executar corretamente o Cross - Executar o exercício num círcul	orward -Stroke	Outside (XS)	(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S FI)	os ot	ı mais, em cada sentido	
Nota	-2	-2	-2				Penalização
− Manter de forma evidente o rod − Finalizar o exercício em posição	etade d ado ext o "AND"	erior du ', sem a	rante to teração		metro	os de diâmetro sobre cada pé	
Nota	-1	-1	-2				Penalização
Change of edge sobre um p Definir corretamente os rodado Executar o exercício durante ci Inclinação da linha corporal coi	s exterionco (5) ncidente	metros o	consecu rodado	utivos sobre cada um dos pés			
Nota	0	0	0				Penalização
Salto de Cavalo — Utilizar apenas um travão — Definir uma posição de entrada — Definir uma posição de saída, o							
Nota	0	0	0				Penalização
Um Carrinho para a frente e -****Baixar sobre o pé portador o - Adquirir a posição de carrinho o - Manter a posição durante cinco	e mante com a p	r a bacia erna livr	a alinha e em e	xtensão	itio	<u>n)</u>	
Nota	0	0	0				Penalização
Um Body Movement (BM) Realizar o exercício com uma d Demonstrar fluidez no movimer Utilizar o tronco e os membros	nto			s (2) segundos ro inferior em posição/postura difere	nte)		
Nota	0	0	0				Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

6 102189		EP/	λB	APMin Pe	dro [Daniel Moura		
Nota 4,	5 4	,5 4,	5	Penalização			Resultado	4,5 - Reprovado
Patinar Em Círculo Fechado			_					
Definir corretamente o Stroke Formula - Executar corretamente o Cross-			(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S FI)				
Executar o exercício num círcul			m diâm	etro de, no mínimo cerca de 15 me	etros o	ı mais, em cada sentido		
Nota	-2	-2	-2					Penalização
Curvas exteriores para trás								
Executar o exercício durante me Manter de forma evidente o roda) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
— Finalizar o exercício em posição								
Nota	-1	-1	-1					Penalização
Change of edge sobre um p	é							
Definir corretamente os rodados								
 Executar o exercício durante cir Inclinação da linha corporal coir 								
Nota	-2	-2	-2					Penalização
Salto de Cavalo								
- Utilizar apenas um travão								
 Definir uma posição de entrada, Definir uma posição de saída, d 								
Nota	0	0	0					Penalização
Um Carrinho para a frente e	um c	arrinh	o par	a trás sobre um pé (Sit Po	sitio	<u> </u>		
−****Baixar sobre o pé portador e								
 Adquirir a posição de carrinho c Manter a posição durante cinco 								
Nota	0	0	0	·				Penalização
Um Body Movement (BM)								
- Realizar o exercício com uma d		mínima	de dois	s (2) segundos				
Demonstrar fluidez no movimen Utilizar o tronco e os membros i		s (cada	membi	ro inferior em posição/postura dife	rente)			
Nota	0	0	0	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,				Penalização
				•				

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	105397		EP/	AΒ	APMin Lara P	ereira machado	
	Nota 4	,6 4	,6 4	,4	Penalização	Resultado	4,5 - Reprovado
Dois Cross-	Roll (XR) Para A	\ Fren	te Co	nsecu	ıtivos		
— A perna livi — Deslizar er	re deverá cruzar, à fi n curva exterior frent	ente do e entre	patim p	oortador oca de p	 r, a linha desenhada pela perna portador pés	ra	
Roll: Fazer	r coincidir a inclinaçã Nota	o do eix -1	-1	-2	n a pressão no rodado exterior		Penalização
Deslizar em	posição de Avi	ão (Ca	amel)				
- Manter a p	exercício com as pe osição durante cinco a cintura escapular,	(5) met	tros con	secutiv			
	Nota	-1	-1	-1			Penalização
−Fazer a inv		oiando (o pé livr	e junto	do pé portador, na posição escolhida pa	ıra o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)	
- Executar o	exercició durante m	elaue u	e um cn	culo IIII	aginano com aproximadamente quatro ((4) metros de diâmetro, em cada sentido	
- Executar o	Nota	0	0	0	адпало соптартохппацателе циано р	4) metros de diâmetro, em cada sentido	Penalização
Combinação — Executar o	Nota o: Piquê Lateral piquê com fluidez e	0 + Trê	0 s exte	0 rior fr	rente (Three Turn Forward Outs		Penalização
Combinação — Executar o — Definir de f	Nota o: Piquê Lateral piquê com fluidez e forma evidente os ro	0 + Trê	0 s exte	0 erior fr			Penalização
Combinação — Executar o — Definir de f	Nota o: Piquê Lateral piquê com fluidez e forma evidente os ro	0 + Trê	0 s exte	0 erior fr	rente (Three Turn Forward Outs		Penalização Penalização
Combinação — Executar o — Definir de f — Executar o Combinação — Realizar o — Realizar to	Nota o: Piquê Lateral piquê com fluidez e forma evidente os ro three Turn (3t) sem Nota o De Três (3) Sa exercício de forma d das as fases dos sal	+ Trê velocida dados d saltar, -1 Itos D inâmica tos: pre	s externade e entraccom pel -1	da e saí lo meno -2 olta da, sem o - flexã	rente (Three Turn Forward Outs ida do Three Turn (3t) is 3 rodas apoiadas no solo in interrupções entre os saltos io – impulsão - rotação - saída		Penalização
Combinação — Executar o — Definir de f — Executar o Combinação — Realizar o — Realizar to	Nota o: Piquê Lateral piquê com fluidez e forma evidente os ro three Turn (3t) sem Nota o De Três (3) Sa exercício de forma d das as fases dos sal	+ Trê velocida dados d saltar, -1 Itos D inâmica tos: pre	s externade e entraccom pel -1	da e saí lo meno -2 olta da, sem o - flexã	rente (Three Turn Forward Outs ida do Three Turn (3t) is 3 rodas apoiadas no solo in interrupções entre os saltos io – impulsão - rotação - saída	side – 3t FO)	Penalização
Combinação - Executar o - Definir de f - Executar o Combinação - Realizar o - Realizar to - Definir a re Patinar num - Definir corr - Executar o	Nota o: Piquê Lateral piquê com fluidez e forma evidente os ro Three Turn (3t) sem Nota o De Três (3) Sa exercício de forma d das as fases dos sal acceção dos três salto Nota n círculo fechad retamente o Thrust B orretamente o Cross	+ Trê. velocidados d saltar, -1 Itos D inâmica tos: pre s sobre -1 o para	os exteres de entraccom pel entraccom pel entraccom pel entraccom pel entraccom pel entraccom per entraccom per entracción de en	o o o o o o o o o o o o o o o o o o o	rente (Three Turn Forward Outs ida do Three Turn (3t) is 3 rodas apoiadas no solo in interrupções entre os saltos io – impulsão - rotação - saída in simultâneo, e sem uso de travões. Os	side – 3t FO) pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal	Penalização e os joelhos semifletidos

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

5 125136		EPA	۸B	APMin Maria Francisca Gonçalves	
Nota <mark>4</mark> ,	6 4	l,6 4,	,5	Penalização Re	esultado 4,6 - Reprovado
Oois Cross-Roll (XR) Para A					
 Deslizar em curva exterior frente 	e entre	cada tro	oca de p		
Roll: Fazer coincidir a inclinação				a pressão no rodado exterior	D !! ~]
Nota	-1	-1	-2		Penalização
Deslizar em posição de Aviâ	io (Ca	ımel)			
- Executar o exercício com as per					
 Manter a posição durante cinco ****Manter a cintura escapular, a 					
Nota	0	0	0		Penalização
Ashawk Interior Frants (Ma				aida Mili Ell	
Nohawk Interior Frente (Mo Definir a curva interior antes e d					
 Fazer a inversão da marcha apo 	oiando d	o pé livr	e junto	do pé portador, na posição escolhida para o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk o	ou HHMk)
				aginário com aproximadamente quatro (4) metros de diâmetro, em cada sentido	1
Nota	-1	-1	-1		Penalização
Combinação: Piquê Lateral	+ Três	s exte	rior fr	ente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)	
- Executar o piquê com fluidez e					
 Definir de forma evidente os rod 					
- Executar o Three Turn (3t) sem	saltar, (
	-1	-1	-1	o o rodus apolicidas no cono	Penalização
- Executar o Three Turn (3t) sem Nota	-1			o o reduce application no cone	Penalização
- Executar o Three Turn (3t) sem	-1	e ½ V	olta		Penalização
Nota Combinação De Três (3) Sal Realizar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt	-1 Itos D	e ½ Vo	olta da, sem	n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída	
Nota Combinação De Três (3) Sal Realizar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt Definir a receção dos três saltos	-1 Itos D nâmica tos: prep	e ½ Vo	olta da, sem o – flexã pés, em	n interrupções entre os saltos	longitudinal, e os joelhos semifletidos
Nota Combinação De Três (3) Sal Realizar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt	-1 Itos D	e ½ Vo	olta da, sem	n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída	
Nota Combinação De Três (3) Sal Realizar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt Definir a receção dos três saltos Nota	-1 Itos D nâmica tos: preps sobre 0	e ½ Vone e ritma paração os dois	olta da, sem o – flexã pés, em	n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída	longitudinal, e os joelhos semifletidos
Nota Combinação De Três (3) Sal Realizar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt Definir a receção dos três saltos Nota Patinar num círculo fechado Definir corretamente o Thrust Ba	-1 ltos D nâmica tos: preps sobre 0 p para	e ½ Volume ritman paração os dois 0	da, sem o – flexã pés, em o	n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha l	longitudinal, e os joelhos semifletidos
Patinar num círculo fechado Definir corretamente o Cross-	-1 Itos D nâmica tos: preps sobre 0 p para ackwarc Stroke	le ½ Vole e ritmae paração os dois 0 a trás do Outside Backwa	da, sem o – flexã pés, em o de (Tt Bo	n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha l	longitudinal, e os joelhos semifletidos
Patinar num círculo fechado Definir corretamente o Cross-	-1 Itos D nâmica tos: preps sobre 0 p para ackwarc Stroke	le ½ Vole e ritmae paração os dois 0 a trás do Outside Backwa	da, sem o – flexã pés, em o de (Tt Bo	n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem estar paralelos, pelo menos na linha l	longitudinal, e os joelhos semifletidos

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

 Deslizar em cur 			1,5 4	,7	Penalização	Resultado	4,6 - Reprovado
— A perna livre de — Deslizar em cur					1 Chanzagao	Nesullado	4,0 - Reprovado
 Deslizar em cur 	woró oruzor à fr	۱ Fren	te Co	nsecu	<u>tivos</u>		
Roll: Fazer coin	va exterior frent	e entre	cada tro	oca de p		1	
	Nota	o do eix	0	orpo com	a pressão no rodado exterior		Penalização
Deslizar em pos	sição de Avi	ão (Ca	amel)				
 Executar o exer Manter a posiçã ****Manter a cir 	ăo durante cinco	(5) met	tros con	secutivo			
	Nota	-1	-1	0			Penalização
					do pe portador, na posição escolhida par aginário com aproximadamente quatro (4	a o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)) metros de diâmetro, em cada sentido	Penalização
	Nota	-1	-1	-1			Penalização
− Executar o piqu− Definir de forma	iê com fluidez e a evidente os roc	velocida dados d	ade e entrad	da e saí	ente (Three Turn Forward Outs da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo	<u>ide – 3t FO)</u>	
	Nota	-1	-2	-1	•		Penalização
 Realizar todas a 	cício de forma di as fases dos sal	inâmica tos: pre	e ritma	ıda, sem o – flexã	ı interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída ı simultâneo, e sem uso de travões. Os p	és devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal,	e os joelhos semifletidos
	Nota	0	0	0			Penalização
Patinar num cír — Definir corretam — Executar corret — Executar o exe	nente o Thrust B amente o Cross	ackware -Stroke	d Outsid Backwa	ard Insid		u mais, em cada sentido	Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

1 104892		EPA	λB	APMin Hel	ena	Silva Pereira		
Nota 5,2	2 5	5,3 5.	0	Penalização		Resultado	5,2 - Aprovado	
		•						
Dois Cross-Roll (XR) Para Tı A perna livre deverá cruzar, atrás Deslizar em curva exterior trás e Roll: Fazer coincidir a inclinação	s do pa ntre ca	atim port	ador, a a de pé	— a linha desenhada pela perna portad es	ora			
Nota	-1	0	0				Penalização	
Rotação sobre os dois pés - Realizar um movimento contínuo - Manter ambos os pés em contac - ****Realizar no mínimo duas (2) Nota	to con	n a supe	rfície, o	durante todo o exercício, sendo acei	tável	levantar uma roda de cada patim	Penalização	
INOIA							i enalização	
Realizar todas as fases de um sa Executar a receção dos dois (2)	alto: pi primei	reparaçã ros salto	o – fle: s em a	xão – impulsão - rotação - saída	no ei	alto De ½ Rotação Com Saída Num Pé xo longitudinal, com os joelhos fletidos ás, sem uso de travões		
Nota	0	0	0				Penalização	
Skating Movement: "Taça" o — Manter o rodado constante durar — Definir corretamente a posição a — Manter a posição durante cinco	nte a e rabese	execução ca, sem	do ex oscilaç	ões do corpo				
Nota	1	1	0				Penalização	
	epois iando	de execi o pé livre	utar o N e junto	Mohawk do pé portador, na posição escolhid		a o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk) .) metros de diâmetro, em cada sentido		
Nota	0	0	0				Penalização	
 Executar a viragem sem execução 	ados d ão salt	le entrad ada, cor	a e sai n pelo	ída, num círculo imaginário de quatr	0 (4) 1	netros de diâmetro	Penalização	
11010				<u> </u>				

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

4 99450		EPA	λB	APMin Ma	rgari	da Carvalho Sousa		
Nota 4	,7 4	4,7 4	,7	Penalização			Resultado	4,7 - Reprovado
Deslizar em posição de Águ	ıia							
Manter o tronco direito e vertica								
 Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no s 								
Nota	0	0	0					Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o tra	velling	1)					
 Manter um ritmo constante de e Manter o tronco em posição vel 	rticaliza	ıda		()				
— Realizar todo o exercício sem to Nota	ocar co	m o pé l O	ivre na	superficie do rinque				Penalização
			I -					
Combinação De dois (2) Sa - Executar o exercício de forma o - Realizar todas as fases dos sal - Definir a receção/saída dos doi	linâmic tos: pre	a, com r paração	itmo co – flexã	ntínuo e sem interrupções o – impulsão - rotação - saída				
Nota	-1	-1	-1					Penalização
Pião Vertical Interior Trás (U - Executar a entrada parada e d - ****Realizar no mínimo duas (2 - Definir a posição de saída com	efinir ce) voltas	ntragem consec	do pião utivas a	o de forma regulamentar pós estabilização da posição e do r	odado	, sem uso de travões		
Nota	-2	-2	-2					Penalização
Dois Body Movements (BM - Executar cada Body Movement - Executar os Body Movements (- Utilizar o tronco os membros ir	(BM) c BM) co	m fluide	z no mo		suneri	ores		
Nota	0	0	0	andronico posiçoco, o co mombros	очроп	0,00		Penalização
Uma Volta de três em cada - Executar corretamente o Three - Executar corretamente o Mohar - Manter o ritmo de execução, de	Turn F wk Bac	orward (kward O	utside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to	Heel			
Nota	0	0	0				•	Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

5 97279		EPA	ΑВ	APMin I	Bianca	Pereira Magalhaes		
Nota 4	,9 5	5.0 5	.0	Penalizaçã	ão		Resultado	5.0 - Aprovado
Deslizar em posição de Ági	<u>uia</u>							
- Manter o tronco direito e vertica								
 Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no s 								
Nota	0	1	1					Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling	1)					
- Manter um ritmo constante de e			nte as tr	ês (3) viragens				
 – Manter o tronco em posição ve – Realizar todo o exercício sem to 			ivre na	superfície do ringue				
Nota	0	0	0	Supomoio do imigao				Penalização
Combinação De dois (2) Sa	Itos D	e ½ V	olta s	ohre um Pé				
Executar o exercício de forma o				_				
 Realizar todas as fases dos sal 	tos: pre	paração	– flexã	o – impulsão - rotação - saída				
 Definir a receção/saída dos doi 				smo pé I				
Nota	0	0	0					Penalização
Pião Vertical Interior Trás (I	Jprigh	nt spir	ı back	ward inside - U BI)				
- Executar a entrada parada e de								
 ****Realizar no mínimo duas (2 Definir a posição de saída com 					do rodado	o, sem uso de travoes		
Nota	0	0	0					Penalização
Dois Body Movements (BM)							
Executar cada Body Movement					;			
 Executar os Body Movements (Utilizar o tronco, os membros ir 					oroc cupo	ioros		
Nota	0	0	0	unerentes posições) e os memi.	oros supe	ioles		Penalização
Nota								renalização
Uma Volta de três em cada	sentic	lo						
- Executar corretamente o Three								
 Executar corretamente o Moha Manter o ritmo de execução, de 					ei to Heel			
Nota	-1	-1	-1					Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

6 104892		EPA	λB	APMin Helena Silva Pe	reira
Nota 5,	1 5	5,1 5,	1	Penalização	Resultado 5,1 - Aprovado
					<u> </u>
Deslizar em posição de Águ	<u>ıia</u>				
 Manter o tronco direito e vertica Manter a posição durante cinco 		roc con	oogutiv.	os em cada cantida	
Descrever uma única linha no s					
Nota	1	1	1		Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling)		
Manter um ritmo constante de e Manter o tronco em posição ver			te as tre	ès (3) viragens	
Realizar todo o exercício sem to			vre na	superfície do rinque	
Nota	0	0	0		Penalização
Combinação De dois (2) Sal	ltos D	e ½ V	olta s	obre um Pé	
- Executar o exercício de forma d					
 Realizar todas as fases dos salt Definir a receção/saída dos dois 					
Nota	0	0	0		Penalização
Pião Vertical Interior Trás (L	Jprigh	nt spin	back	ward inside - U BI)	
- Executar a entrada parada e de	finir cer	ntragem	do pião	o de forma regulamentar pós estabilização da posição e do rodado, sem uso de	a traviños
Definir a posição de saída com	o tronco	o vertica	lizado e	e sem uso de travões	s liavoes
Nota	0	0	0		Penalização
Dois Body Movements (BM))				
- Executar cada Body Movement					
 Executar os Body Movements (I Utilizar o tronco, os membros in 				vimento diferentes posições) e os membros superiores	
Nota	0	0	0		Penalização
Uma Volta de três em cada	sentic	io			
- Executar corretamente o Three					
 Executar corretamente o Mohav Manter o ritmo de execução, de 				Mk LFO) – Close, Open ou Heel to Heel la, em ambos os sentidos	
Nota	0	0	0		Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

8 97025		EPA	λB	APMin Lia	leite	rauber		
Nota 5,	2 5	5,1 5,	1	Penalização			Resultado	5,1 - Aprovado
Deslizar em posição de Águ — Manter o tronco direito e vertical — Manter a posição durante cinco — Descrever uma única linha no s	izado (5) met							
Nota	2	2	2					Penalização
One Foot Turns (iniciação a - Manter um ritmo constante de e - Manter o tronco em posição ver - Realizar todo o exercício sem to	kecuçã icalizad car cor	o durani da m o pé li	te as tr	()				
Nota	0	0	0					Penalização
Combinação De dois (2) Sal - Executar o exercício de forma d - Realizar todas as fases dos salt - Definir a receção/salda dos dois	nâmica os: pre	a, com ri paração	itmo co – flexã	ontínuo e sem interrupções ão – impulsão - rotação - saída				
Nota	0	0	0					Penalização
Pião Vertical Interior Trás (U - Executar a entrada parada e de: - ****Realizar no mínimo duas (2) - Definir a posição de saída com o	inir cer voltas	ntragem consecu	do pião utivas a	o de forma regulamentar após estabilização da posição e do r	odado	o, sem uso de travões		
Nota	0	-1	-1					Penalização
Dois Body Movements (BM) - Executar cada Body Movement - Executar os Body Movements (E - Utilizar o tronco, os membros in	(BM) cor BM) cor	m fluidez	z no mo		supei	iores		
Nota	0	0	0					Penalização
Uma Volta de três em cada s - Executar corretamente o Three - Executar corretamente o Mohaw - Manter o ritmo de execução, de	Turn Fo	orward C ward O	utside ((Mk LFO) – Close, Open ou Heel to	Heel			
Nota	0	0	0					Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

9 100487		EPA	4Β	APMin Lara Tate	eo Sa		
Nota 5	.0 4	,9 5	.0	Penalização	Resul	ado 5.0 - Aprovad	lo
Deslizar em posição de Ág							
 Manter o tronco direito e vertica Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no s 	(5) met						
Nota	1	1	1			Penalização	
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling	1)				
 Manter um ritmo constante de e Manter o tronco em posição ve Realizar todo o exercício sem t 	rticaliza	da		()			
Nota	0	0	0			Penalização	
Combinação De dois (2) Sa - Executar o exercício de forma o - Realizar todas as fases dos sal - Definir a receção/saída dos doi	dinâmica tos: pre	a, com r paração	ritmo co o – flexã	ntínuo e sem interrupções o – impulsão - rotação - saída			
− Definir a receção/saída dos doi Nota	s (2) sal	tos sob	re o me	smo pé		Penalização	
						3	
Pião Vertical Interior Trás (I - Executar a entrada parada e de -****Realizar no mínimo duas (2 - Definir a posição de saída com	efinir cer) voltas	ntragem consec	ı do pião utivas a	o de forma regulamentar pós estabilização da posição e do rodado,	sem uso de travões		
Nota	0	-1	-1			Penalização	
Dois Body Movements (BM - Executar cada Body Movement - Executar os Body Movements - Utilizar o tronco, os membros ir	t (BM) co (BM) cor	m fluide	z no mo		res		
Nota	0	0	0			Penalização	
Uma Volta de três em cada - Executar corretamente o Moha - Manter o ritmo de execução, de	Turn Fo	orward (ward O	utside (Mk LFO) – Close, Open ou Heel to Heel			
Nota	-1	-1	0	a, amboo oo oonaaos		Penalização	
						-	1

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

10 128684		HC	СВ	APMin Jos	sé Af	onso Lopes
Nota 5.	0 5	,1 5	5.0	Penalização		Resultado 5.0 - Aprovado
Carrinho nos dois pés para -***Adquirir a posição com a ba - Manter a posição durante cinco - Manter os pés juntos e o tronco	cia alinh (5) met	nada co	nsecuti	ivos	ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)
Nota	1	1	1			Penalização
Patinar para trás com os do - Executar o exercício com simet - Executar o exercício numa distá - Manter o tronco direito e vertica	ia no m ncia igu	ovime	nto de a	ambos os pés		
Nota	0	0	0			Penalização
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante m - Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posição	etade de ado exte	erior du	urante t) metro	os de diâmetro sobre cada pé
Nota	-1	-1	-1			Penalização
	verá fic emifleti	ar com	npletam perna	nente imobilizado de trás em extensão sobre a linha d te, deverão estar alinhados no mesi		
Nota	0	1	0			Penalização
Deslizar em posição de 4 pa ***Adquirir a posição de 4 com Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertica	elevaçã (5) met	io do jo ros cor	elho li nsecuti	ivos sobre cada pé		
Nota	1	1	1			Penalização
 Realizar todas as fases dos salt 	os pés os: prep	deven paração	n deixa o – flex			eo. pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semifletidos. Penalização
		1		1		•

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

11 128688		НС	В	APMin Bia	Silv	a Braga		
Nota 5.	0 5	5.0 5.	0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	
								_
Carrinho nos dois pés para	a frer	<u>ite</u>						
****Adquirir a posição com a bad								
 Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco 					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	-1	-1	-1				Penalização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	šes pa	ara trás)				
Executar o exercício com simetr								
 Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertical 		ıal ou s	uperior	a largura da pista				
Nota	1	1	1				Penalização	
Curvas exteriores sobre um	né							\neg
Executar o exercício durante me		e um cír	culo im	aginário com pelo menos guatro (4) metro	os de diâmetro sobre cada pé		
Manter de forma evidente o roda	ado ext	erior du	rante to	da a execução do exercício	,	30 do dameno 352.0 3dda po		
Finalizar o exercício em posição				de rodado			1	
Nota	0	0	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte_					\Box
─ No final do exercício, o atleta de								
 A perna da frente deverá estar s Ombros, cabeça, bacia e calcan 								
Nota	1	1	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa	ıra a f	rente						\neg
- ****Adquirir a posição de 4 com			elho liv	re ao nível da bacia				
- Manter a posição durante cinco								
- Manter o tronco direito e vertical	1 -1	-1	0	ra em extensão			Danalisaa	-
Nota	-1	-1	U				Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobi	re os	Dois I	Pés					
— Após a fase de impulsão ambos					nultâne	eo.		
 Realizar todas as fases dos salt Definir a receção dos dois saltos 					s. Os p	oés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal	, e os joelhos semifletidos.	
Nota	0	0	0				Penalização	\Box
				1				_

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

12 105177		НС	В	APMin Ma	ria A	dele Silva		
Nota 5,	1 5	5,1 5.	.0	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado	0
Carrinho nos dois pés para	a frei	<u>nte</u>						
−****Adquirir a posição com a bad								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	-1	-1	-1				Penalização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bali	ões pa	ara trás)				
Executar o exercício com simetr								
 Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertical 		ual ou s	uperior	à largura da pista				
Nota	0	0	0				Penalização	
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante me - Manter de forma evidente o roda	etade d			aginário com pelo menos quatro (4) metro	os de diâmetro sobre cada pé		
Finalizar o exercício em posição								
Nota	0	0	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte					
	semiflet	ida e a i	perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha do e, deverão estar alinhados no mesn				
Nota	1	perna d	0	e, deverao estar alimnados no mesn	ю ріаі	io irontai	Danalizaara	
Nota	ı	·	U				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa								
 ****Adquirir a posição de 4 com Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertical 	(5) met	tros con	secutiv	os sobre cada pé				
Nota	1	1	1	ia em exterisad			Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobi	re os	Dois I	Pés				•	
	os pés	devem	deixar	o contacto com a superfície em sin o – impulsão - voo - saída.	nultâne	00.		
					s. Os p	és devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	e os joelhos semifletido	os.
Nota	0	0	0				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

13 129659		HC	В	APMin Rit	a Pe	ixoto Pereira	
Nota 5,	1 5	5,1 5	,2	Penalização		Resultado 5,1 - Apro	vado
	ia alin 5) me direito	hada co tros con (tórax n	secutiv unca p	vos	ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)	
Nota	-1	0	0			Penalizaç	ăo
Patinar para trás com os doi - Executar o exercício com simetri - Executar o exercício numa distât - Manter o tronco direito e verticali Nota	a no n ncia ig	novimer	ito de a	umbos os pés		Penalizaç	30
Nota		'	<u>'</u>			r enalizaç	a0
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante me - Manter de forma evidente o roda - Finalizar o exercício em posição	tade d do ext	erior du	rante to) metr	os de diâmetro sobre cada pé	
Nota	0	-1	0			Penalizaç	ăо
	verá fic emiflet	car com tida e a	pletam perna c	ente imobilizado de trás em extensão sobre a linha de e, deverão estar alinhados no mesn			ão l
B. I'm and a stage of the				<u>'</u>			
Deslizar em posição de 4 pa -****Adquirir a posição de 4 com o - Manter a posição durante cinco o - Manter o tronco direito e verticali	elevaç 5) me	ão do jo tros con	secutiv	os sobre cada pé			
Nota	0	0	1			Penalizaç	ão
 Realizar todas as fases dos salto 	os pés s: pre	s devem paração	deixar – flexa			eo. oés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos semi Penalizaç	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

14 128682		НС	СВ	APMin Bea	atriz	Vilas Costa		
Nota 5	.0 !	5,1 5	,5	Penalização		Resultado	5,2 - Aprovado	
	cia alin (5) me direito	hada co	nsecutir nunca p	/os	ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)	,	
Nota	1	1	2				Penalização	
Patinar para trás com os do - Executar o exercício com simet - Executar o exercício numa dist - Manter o tronco direito e vertice Nota	ria no r ància ig	novime	nto de a	ambos os pés			Penalização	
140ta	<u>'</u>	<u> </u>	<u> </u>				i chanzação	
Curvas exteriores sobre un - Executar o exercício durante m - Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posiçã	etade o ado ex	terior d	urante t) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0				Penalização	
	everá fi semifle	icar con tida e a	npletam perna	ente imobilizado de trás em extensão sobre a linha d e, deverão estar alinhados no mesn			Penalização	
Deslizar em posição de 4 p. - ****Adquirir a posição de 4 com - Manter a posição durante cinco - Manter o tronco direito e vertica	elevaç (5) me	ção do je etros co	oelho li nsecuti	os sobre cada pé				
Nota	-1	0	2				Penalização	
 Realizar todas as fases dos sal 	s os pé tos: pre	s dever eparaçã	n deixa o – flex			eo. vés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	os joelhos semifletidos. Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

15 104101		НС	В	APMin IAR	A S	OFIA FERNANDES		
Nota 5.0) 5	5.0 5,	1	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovad	0
Carrinho nos dois pés para	a frer	<u>ite</u>						
−****Adquirir a posição com a bac								
- Manter a posição durante cinco - Manter os pás juntos e o tronco - Manter os pás juntos e o tronco					otre o i	órax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	<u>-1</u>	_1	-1	Duera tocal flas coxas e o aligulo el	ille o	orax e as coxas devera ser no minimo de 45)	Penalização	
INOta	-1	-1	-1				r enalização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Balá	šes pa	ara trás)				
- Executar o exercício com simetri								
Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertical		ual ou s	uperior	a largura da pista				
Nota	0	0	1				Penalização	
							•	
Curvas exteriores sobre um	pé							
 Executar o exercício durante me Manter de forma evidente o roda 				aginário com pelo menos quatro (4)	metro	s de diâmetro sobre cada pé		
— Finalizar o exercício em posição								
Nota	0	0	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Frei	nte					
─ No final do exercício, o atleta de	verá fic	ar com	oletame	ente imobilizado				
				e trás em extensão sobre a linha de				
		perna d		e, deverão estar alinhados no mesm	io piar	o irontai	5 " ~	
Nota	1	1	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa	ra a f	rente						
−****Adquirir a posição de 4 com								
 Manter a posição durante cinco Manter o tronco direito e vertical 								
Nota	<u> </u>	n O	1	ia em extensão			Penalização	
INOta	-	U					Perialização	
Um salto Sem Rotação Sobr	e os	Dois F	Pés					
				o contacto com a superfície em sim	ultâne	0.		
- Realizar todas as fases dos saltos - Definir a receção dos dois saltos					Osr	és devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, ε	a os igalhos samiflatido	ne
Nota	0	05 0015	0	n omananco, e sem uso de liavoes	. Os p	oo dovom ooda paraicios, pelo menos na iiina longituulilai, e	Penalização	
Nota		Ŭ					i Chanzayao	
Nota	U	U	U				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

16 127845		НС	В	APMin Inê	s Cr	stina Teixeira		
Nota 4,	9 5	5.0 5.	.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado)
Carrinho nos dois pés para	a frei	<u>nte</u>						
− ****Adquirir a posição com a bao								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	-1	-1	-1	dera tocal rias coxas e o ariguio el	nu c o	torax c as coxas devera ser no minimo de 40)	Penalização	\neg
		<u> </u>						
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	ara trás)				
 Executar o exercício com simetr 								
 Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertica 		ual ou s	uperior	à largura da pista				
Nota	0	0	0				Penalização	
		L					· onanzagao	
Curvas exteriores sobre um	pé							
−Executar o exercício durante me	etade d	e um cír	culo im	aginário com pelo menos quatro (4) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
- Manter de forma evidente o roda								
Finalizar o exercício em posição		ĺ		de rodado				
Nota	0	0	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte					
− No final do exercício, o atleta de								
				e trás em extensão sobre a linha de				
* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *		i		e, deverão estar alinhados no mesn	no piai	no frontal	- " -	
Nota	0	0	0				Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa	ara a 1	rente						
****Adquirir a posição de 4 com	elevaç	ão do jo	elho liv	re ao nível da bacia				
 – Manter a posição durante cinco 	(5) me	tros con	secutiv	os sobre cada pé				
Manter o tronco direito e vertica		perna	portado	ra em extensão				
Nota	0	1	1				Penalização	
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés					
 Após a fase de impulsão ambos 	os pés	devem	deixar	o contacto com a superfície em sin	nultâne	90.		
 Realizar todas as fases dos salt 	os: pre	paração	– flexã	o – impulsão - voo - saída.				
				n simultăneo, e sem uso de travões I	s. Os p	és devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e		i
Nota	0	0	0				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

17 127844		НС	В	APMin Dani	el (Gonçalves Oliveira		
Nota 5,	3 5	5,2 5,	3	Penalização		Resultado 5,	,3 - Aprovado	0
Carrinho nos dois pés para	a frei	nte						
−****Adquirir a posição com a ba								
Manter a posição durante cinco Manter os pés juntos e o tronco					re o t	órax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	2	1	2	The state of the s		·	Penalização	
Patinar para trás com os do	is né	s (Bali	ñes na	ara trás)				
Executar o exercício com simeti								
Executar o exercício numa distâ Manter o tronco direito e vertica	incia ig							
Nota	1	2	0			F	Penalização	
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante m - Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posicão	etade d ado ext	erior du	rante to		netro	s de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0			F	Penalização	
	everá fic semiflet	car com ida e a ¡	pletame perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha de o a, deverão estar alinhados no mesmo				
Nota	0	0	0			F	Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa - ****Adquirir a posição de 4 com — Manter a posição durante cinco — Manter o tronco direito e vertica	elevaça (5) met	ão do jo tros con	secutiv	os sobre cada pé				
Nota	1	1	2			F	Penalização	
 Realizar todas as fases dos salt 	os pés os: pre	devem paração	deixar – flexã			és devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os j	oelhos semifletido Penalização	os.
	1						- 1	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

18 128678		HCE	}	APMin Ana S	ofia Guimarães		
Nota 5,3	5,3	5,5	5	Penalização	Result	tado 5,4 - Aprovad	do
					·		
Carrinho nos dois pés para a	frente	<u> </u>					
 ****Adquirir a posição com a bacia - Manter a posição durante cinco (5) 	metros	s conse	ecutiv	os			
		rax nui		derá tocar nas coxas e o ângulo entre	o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		-
Nota	1	1	2			Penalização	
Patinar para trás com os dois	pés (Balõ	es pa	ara trás)			
Executar o exercício com simetria Executar o exercício numa distânci Manter o tronco direito e verticaliza	a igual						
Nota	1	1	1			Penalização	
Curvas exteriores sobre um p - Executar o exercício durante meta - Manter de forma evidente o rodado	de de u			aginário com pelo menos quatro (4) me	tros de diâmetro sobre cada pé		
— Manter de forma evidente o rodado — Finalizar o exercício em posição "A							
Nota	0	0	1			Penalização	
	rá ficar ifletida	compl e a pe	etame erna d	nte imobilizado e trás em extensão sobre a linha de de , deverão estar alinhados no mesmo pi			
Nota	0	0	0			Penalização	
Deslizar em posição de 4 para - ****Adquirir a posição de 4 com ele - Manter a posição durante cinco (5) - Manter o tronco direito e verticaliza	vação metros	do joel s conse	ecutiv	os sobre cada pé			
	1	1	2			Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobre	os Do	ois P	és				
 Realizar todas as fases dos saltos: 	prepar	ração -	- flexã		neo. s pés devem estar paralelos, pelo menos na linha long	itudinal a os isolhos semifletid	
·		0	-1	n simulaneo, e sem uso de l'avoes. Os	o peo uevem estar parareios, peio menos na ilinna iong	Penalização	03.
•	•						

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

3 127288		НС	В	APMin Le	tícia	Castro Carvalho		
Nota 5.	0 5	5.0 5.	0	Penalização	1		Resultado	5.0 - Aprovado
<u> </u>						-		
Patinar Em Círculo Fechado	Para	frent	<u>e</u>					
Definir corretamente o Stroke Formula - Executar corretamente o Cross-			(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S FI)				
Executar o exercício num círculo			m diâm	etro de, no mínimo cerca de 15 m	etros o	u mais, em cada sentido		
Nota	0	0	0					Penalização
Curvas exteriores para trás								
Executar o exercício durante me Manter de forma evidente o roda					4) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
Finalizar o exercício em posição								
Nota	0	0	0					Penalização
Change of edge sobre um p	<u>é</u>							
Definir corretamente os rodados								
 Executar o exercício durante cir Inclinação da linha corporal coir 								
Nota	0	0	0					Penalização
Salto de Cavalo								
- Utilizar apenas um travão								
 Definir uma posição de entrada, Definir uma posição de saída, d 								
Nota	0	0	0					Penalização
Um Carrinho para a frente e	um c	arrinh	no par	a trás sobre um pé (Sit P	ositio	n)		
− ****Baixar sobre o pé portador e						_		
 Adquirir a posição de carrinho c Manter a posição durante cinco 								
Nota	0	0	0					Penalização
Um Body Movement (BM)								
Realizar o exercício com uma d		mínima	de dois	(2) segundos				
Demonstrar fluidez no movimen Utilizar o tronco e os membros i		s (cada	memb	ro inferior em posição/postura dif	erente)			
Nota	0	0	0	5 moner om poorçuo/postura um				Penalização
								- 1

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

1 123702		Н	СВ	APMin Le	onor	Costa Pereira		
Nota 5,	1 !	5,1 5	5.0	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado	
Dois Cross-Roll (XR) Para A								
 A perna livre deverá cruzar, à fre Deslizar em curva exterior frente Roll: Fazer coincidir a inclinação 	e entre	cada t	oca de		rtador			
Nota	0	0	0				Penalização	
Deslizar em posição de Aviã	ăo (C	amel)						
Executar o exercício com as per Manter a posição durante cinco ****Manter a cintura escapular, a	(5) me	etros co	nsecuti	vos sobre cada pé				
Nota	1	0	0	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,			Penalização	
Mohawk Interior Frente (Mo	hawk	Forv	ard I	nside - Mk FI)				
	oiando	o pé liv	re junt	o do pé portador, na posição escolh		a o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk) 4) metros de diâmetro, em cada sentido		
Nota	0	1	0				Penalização	
Combinação: Piquê Lateral	+ Trê	s ext	erior	rente (Three Turn Forward	Outs	side – 3t FO)		
 Executar o piquê com fluidez e v Definir de forma evidente os rod Executar o Three Turn (3t) sem 	lados d	de entra						
Nota	0	0	0				Penalização	
Combinação De Três (3) Sal	tos E	De ½ \	/olta					
Realizar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt Definir a rececão dos três saltos	os: pre	eparaçã	o – flex	ão – impulsão - rotação - saída	s. Os ı	oés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal	. e os ioelhos semifletidos	5
Nota	0	0	0				Penalização	
Patinar num círculo fechado	o par	a trás						
Definir corretamente o Thrust Ba Executar corretamente o Cross Executar o exercício num círculo	Stroke	Backw	ard Ins	ide (XS BI)	etros c	u mais, em cada sentido		
Nota	0	0	0				Penalização	
			•				•	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

2 125415		HC	В	APMin Leonor Lopes Si	mões	
Nota 5.0	5.	0 5.	0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado
ois Cross-Roll (XR) Para A						
A perna livre devera cruzar, a frei Deslizar em curva exterior frente				, a linha desenhada pela perna portadora vés		
Roll: Fazer coincidir a inclinação				a pressão no rodado exterior		Ī
Nota	0	0	0			Penalização
Deslizar em posição de Aviã	o (Car	mel)				
 Executar o exercício com as perr Manter a posição durante cinco (nas livre	e e port	adora e	em extensão		
— ****Manter a cintura escapular, a						
Nota	1	1	1			Penalização
Mohawk Interior Frente (Moh	awk F	Forwa	ard In	side - Mk Fl)		
Definir a curva interior antes e de						
- Fazer a inversão da marcha apoi	ando o	pé livre	e junto	do pé portador, na posição escolhida para o tipo de Mo		
Executar o exercício durante met	ade de	um cir	culo im	aginário com aproximadamente quatro (4) metros de c	lâmetro, em cada sentido	
N 4	^	_				D !: ~
Nota	0	0	0			Penalização
				ente (Three Turn Forward Outside – 3t Fo	<u>D)</u>	Penalização
Combinação: Piquê Lateral -	Três	exte	rior fr		<u>D)</u>	Penalização
Combinação: Piquê Lateral +	+ Três elocidad ados de	exte	rior fr	da do Three Turn (3t)	<u>)</u>	Penalização
Combinação: Piquê Lateral + - Executar o piquê com fluidez e vi - Definir de forma evidente os roda	+ Três elocidad ados de	exte	rior fr	da do Three Turn (3t)	<u>D)</u>	Penalização Penalização
Combinação: Piquê Lateral + - Executar o piquê com fluidez e vi - Definir de forma evidente os roda - Executar o Three Turn (3t) sem s	F Três elocidad ados de altar, co	exte	rior fr la e saío o meno -1	da do Three Turn (3t)	D)	
Combinação: Piquê Lateral - - Executar o piquê com fluidez e w - Definir de forma evidente os roda - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din	Três elocidac dos de altar, co -1 os De	exte de entrad om pel -1 2 1/2 Vo	rior fr la e saío meno -1 olta da, sem	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos	D)	
Combinação: Piquê Lateral - - Executar o piquê com fluidez e ve - Definir de forma evidente os rode - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din - Realizar todas as fases dos salto	Três elocidados de altar, co -1 os De âmica es: prepa	exte de entradom pel -1 -1 -1 v ½ Vo	rior fr la e saío meno -1 Dita da, sem - flexã	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída		Penalização
Combinação: Piquê Lateral - - Executar o piquê com fluidez e ve - Definir de forma evidente os rode - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din - Realizar todas as fases dos salto	Três elocidados de altar, co -1 os De âmica es: prepa	exte de entradom pel -1 -1 -1 v ½ Vo	rior fr la e saío meno -1 Dita da, sem - flexã	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos		Penalização
Combinação: Piquê Lateral + - Executar o piquê com fluidez e v - Definir de forma evidente os roda - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din - Realizar todas as fases dos salto - Definir a receção dos três saltos	r Três elocidados de altar, cc -1 os De âmica e ss: prepa	exte de entradom pel -1 -1 -1/2 Voe ritmadaração es dois -1	rior fr la e saío meno -1 olta da, sem - flexã pés, en	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída		Penalização os joelhos semifletidos
Combinação: Piquê Lateral - - Executar o piquê com fluidez e w - Definir de forma evidente os roda - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din - Realizar todas as fases dos salto - Definir a receção dos três saltos Nota	-1 Para	exte de entrad om pel -1 -1 v ½ Vo e ritmad aração s dois -1 trás	rior fr la e saío meno -1 olta da, sem - flexã pés, en -1	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem es		Penalização os joelhos semifletidos
Combinação: Piquê Lateral + - Executar o piquê com fluidez e v - Definir de forma evidente os roda - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din - Realizar todas as fases dos salto - Definir a receção dos três saltos	Três elocidado de altar, co -1 os De âmica e s: prepa sobre o -1 para ckward	exte de entradom pelo -1 e ½ Vo e ritmae aração ss dois -1 trás Outsid	rior fr la e saío meno -1 olta da, sem - flexã pés, en -1	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem es		Penalização os joelhos semifletidos
Combinação: Piquê Lateral - - Executar o piquê com fluidez e vi - Definir de forma evidente os roda - Executar o Three Turn (3t) sem s Nota Combinação De Três (3) Salt - Realizar o exercício de forma din - Realizar todas as fases dos salto - Definir a receção dos três saltos Nota Patinar num círculo fechado - Definir corretamente o Thrust Ba - Executar corretamente o Cross-S	Três elocidados de altar, co -1 os De âmica e s: prepasobre o -1 para ckward stroke B	exte de entrado om pel -1 2 1/2 Vo e ritmad aração as dois -1 trás Outsid Backwa	rior fr la e saío o meno -1 olta da, sem - flexã pés, en -1 e (Tt Bo	da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os pés devem es	tar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	Penalização os joelhos semifletidos

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

		HC	:B 	APMin Lara Af	fonso Borges	
Nota (5.0 5	5,1 5.	.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado
Dois Cross-Roll (XR) Para	A Fren	te Coi	nsecu	tivos		
 Deslizar em curva exterior frei 	nte entre	cada tro	oca de p		а	
Roll: Fazer coincidir a inclinaç Nota		0	rpo com	n a pressão no rodado exterior		Penalização
Deslizar em posição de Av	ião (Ca	amel)				
 Executar o exercício com as p Manter a posição durante cino ****Manter a cintura escapula 	o (5) me	tros con	secutivo			
Nota		2	1			Penalização
 Definir a curva interior antes e Fazer a inversão da marcha a 	poiando	o pé livr	e junto	do pé portador, na posição escolhida par	ra o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)	
Executar o exercício durante i	netade d	e um cír	rculo im	aginário com aproximadamente quatro (4		
– Executar o exercício durante i Nota	1	e um cír O	o 0	aginário com aproximadamente quatro (4	4) metros de diâmetro, em cada sentido	Penalização
Nota Combinação: Piquê Latera Executar o piquê com fluidez de Definir de forma evidente os none Executar o Three Turn (3t) sei	0 al + Trê e velocidados de m saltar,	os exte	0 erior fr	ente (Three Turn Forward Outs	4) metros de diâmetro, em cada sentido	
Nota Combinação: Piquê Latera Executar o piquê com fluidez Definir de forma evidente os r	0 al + Trê e velocidados de m saltar,	0 s exte	0 erior fr	ente (Three Turn Forward Outs	4) metros de diâmetro, em cada sentido	Penalização Penalização
Nota Combinação: Piquê Latera - Executar o piquê com fluidez - Definir de forma evidente os r - Executar o Three Turn (3t) sei Nota Combinação De Três (3) S - Realizar o exercício de forma - Realizar todas as fases dos si - Definir a receção dos três salt	0 II + Trê e velocida odados d m saltar, -1 altos D dinâmica altos: pre os sobre	s exte ade e entrac com pel -1 e ½ V e e ritma paração os dois	o erior fr da e saí do meno -1 olta da, sem o eflexã pés, en	ente (Three Turn Forward Outs da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída	4) metros de diâmetro, em cada sentido	Penalização e os joelhos semifletidos
Nota Combinação: Piquê Latera Executar o piquê com fluidaz Definir de forma evidente os r Executar o Three Turn (3t) ser Nota Combinação De Três (3) S Realizar o exercício de forma Realizar todas as fases dos si Definir a receção dos três salt	0 al + Trê e velocidados d m saltar, -1 altos D dinâmica altos: pre os sobre 0	os exteres de exteres de exteres de exteres de exteres de exteres de la competición del competición de la competición de	da e saí lo meno -1 colta da, sem o - flexã	ente (Three Turn Forward Outs da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída	4) metros de diâmetro, em cada sentido side – 3t FO)	Penalização
Nota Combinação: Piquê Latera - Executar o piquê com fluidez de Definir de forma evidente os me Executar o Three Turn (3t) sei Nota Combinação De Três (3) Sei Realizar o exercício de forma executar o Realizar todas as fases dos sei Definir a receção dos três salt nota Patinar num círculo fechal Definir corretamente o Thrust Executar corretamente o Cros	altos D dinâmica altos D dinâmica altos D dinâmica bos sobre 0 do para Backwan s-Stroke	os exteres de extres de la compele de entraccom pele de la compele de ritma paração os dois os dois de trás de Outsico Backwa	o o o o o o o o o o o o o o o o o o o	ente (Three Turn Forward Outs da do Three Turn (3t) s 3 rodas apoiadas no solo n interrupções entre os saltos o – impulsão - rotação - saída n simultâneo, e sem uso de travões. Os p	4) metros de diâmetro, em cada sentido side – 3t FO) pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal,	Penalização e os joelhos semifletidos

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

2 125415	HC	В	APMin Le	onor	Lopes Simões		
Nota 5.0	5.0 4,	9	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado	
<u> </u>				•			二
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás — A perna livre deverá cruzar, atrás d — Deslizar em curva exterior trás entr — Roll: Fazer coincidir a inclinação do	o patim porta e cada troca	ador, a ı de pé	─ ı linha desenhada pela perna porta s	dora			
Nota (0	1				Penalização	
Rotação sobre os dois pés Realizar um movimento contínuo d Manter ambos os pés em contacto ****Realizar no mínimo duas (2) vol	com a super	rfície, o tivas, s		itável	levantar uma roda de cada patim	Dan dian s	
Nota (0 0	0				Penalização	
− Realizar todas as fases de um salto	o: preparaçã meiros salto	o – fle: s em a	xão – impulsão - rotação - saída mbos os pés paralelos, pelo meno	s no ei	alto De ½ Rotação Com Saída Num Pé xo longitudinal, com os joelhos fletidos ás, sem uso de travões		
Nota (0 0	0				Penalização	
Skating Movement: "Taça" ou — Manter o rodado constante durante — Definir corretamente a posição arat — Manter a posição durante cinco (5)	a execução pesca, sem o	do ex oscilaç	ões do corpo				
Nota	1 1	0				Penalização	
	ois de execu do o pé livre	utar o N e junto	Лоhawk do pé portador, na posição escolhi		a o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)) metros de diâmetro, em cada sentido		
Nota -	1 -1	-1				Penalização	
Três Interior Frente (Three turn - Definir de forma evidente os rodade - Executar a viragem sem execução - Executar a viragem sem que o pé li	os de entrad saltada, con	a e sai n pelo	da, num círculo imaginário de quat menos 3 rodas no chão	` '	metros de diâmetro	Penalização	
inota 1	, ,	-1	<u> </u>			i ciialização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

3 103406		HC	СВ	APMin Afo	onso	Miguel Rocha		
Nota 5	,2 !	5,2 5	5.0	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovad	lo
Dois Cross-Roll (XR) Para 1								
 A perna livre deverá cruzar, atra Deslizar em curva exterior trás Roll: Fazer coincidir a inclinaçã 	entre c	ada tro	ca de p		dora			
Nota	0	0	1				Penalização	
Rotação sobre os dois pés								
- Realizar um movimento contínu					.:44 1 1			
— Manter ambos os pes em conta — ****Realizar no mínimo duas (2				durante todo o exercício, sendo ace sem uso dos travões	eitavei i	evantar uma roda de cada patim		
Nota	1	1	0				Penalização	
Combinação De Dois Saltos	De 1	⁄₂ Volt	a De	Rotação A Dois Pés Com U	m Sa	Ito De ½ Rotação Com Saída Num Pé		
- Realizar todas as fases de um s						ve leveitudinal sem es isalhas fletidas		
				ambos os pes paraielos, pelo meno com a perna livre alongada à frente		to longitudinal, com os joelhos fletidos is, sem uso de travões		
Nota	0	0	0				Penalização	
Skating Movement: "Taça"	ou "b	andei	ra"					
Manter o rodado constante dura Definir corretamente a posição								
Manter a posição durante cinco	(5) me	tros co	nsecuti	vos				
Nota	1	1	0				Penalização	
Mohawk Exterior trás (Moha	awk E	Backw	ard o	utside - Mk BO)				
- Definir a curva exterior antes e						5 - 1 M - 1 - 1 - 1 (ON) - 0 M - 1 (IV)		
						a o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)) metros de diâmetro, em cada sentido		
Nota	0	0	-1				Penalização	
Três Interior Frente (Three t	urn f	orwar	d ins	ide – 3t FI)				
Definir de forma evidente os roc Executar a viragem sem execu-				aída, num círculo imaginário de qua	ro (4) r	netros de diâmetro		
				em qualquer das fases do exercício)			
Nota	0	0	0				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

Dois Cross-Roll (XR) Para Trás de la Aperna livre deverá cruzar, atrás de la Deslizar em curva exterior trás entre la Roll: Fazer coincidir a inclinação do el Nota -1	patim por cada troc	cutivo tador, a a de pé	– Iinha desenhada pela perna portac s	dora	Resultado	4,6 - Reprovad	ob							
A perna livre deverá cruzar, atrás do Deslizar em curva exterior trás entre Roll: Fazer coincidir a inclinação do e Nota -1 Rotação sobre os dois pés	patim por cada troc eixo do co	tador, a a de pé: rpo com	– Iinha desenhada pela perna portac s	dora										
Nota -1 Rotação sobre os dois pés		ľ	Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos — A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora — Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés — Roll: Fazer coincidir a inclinação do eixo do corpo com a pressão no rodado exterior											
						Penalização								
Realizar um movimento contínuo dura Manter ambos os pés em contacto co ****Realizar no mínimo duas (2) volta Nota -2	om a supe	erfície, d		itável lé	evantar uma roda de cada patim	Penalização								
			l Rotação A Dois Pés Com U	m Sal	Ito De ½ Rotação Com Saída Num Pé	1 onanzagao								
Realizar todas as fases de um salto: Executar a receção dos dois (2) prim Definir a saída do último salto em rod	eiros salt	os em a	mbos os pés paralelos, pelo menos											
Nota 0	0	0				Penalização								
Skating Movement: "Taça" ou "I — Manter o rodado constante durante — Definir corretamente a posição arabe — Manter a posição durante cinco (5) m	execução sca, sem	o do exe oscilaç	ões do corpo											
Nota 0	0	0				Penalização								
Mohawk Exterior trás (Mohawk	Backwa	ard ou	ıtside - Mk BO)											
 Definir a curva exterior antes e depois Fazer a inversão da marcha apoiando Executar o exercício durante metade 	o o pé livr	e junto	do pé portador, na posição escolhic		o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk) metros de diâmetro, em cada sentido									
Nota -1	-1	0				Penalização								
Três Interior Frente (Three turn forward inside – 3t FI) — Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída, num círculo imaginário de quatro (4) metros de diâmetro — Executar a viragem sem execução saltada, com pelo menos 3 rodas no chão — Executar a viragem sem que o pé livre toque no solo em qualquer das fases do exercício														
Nota -1	-1	-1	an qualquel das lases do exelcicio			Penalização								

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

Penalização Penalização	13 103406		НС	В	APMin	Afonso	Miguel Rocha				
- Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido - Desdever uma funica linha no solo na qual os pés se encontram allinhados Nota 1 1 1 1 1 1 1 Penalização Penalização Penalização Penalização Penalização Penalização	Nota 5	.0 5	5.0 5.	.0	Penaliza	ção		Resultado	5.0 - Aprovado		
- Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido - Desdever uma funica linha no solo na qual os pés se encontram allinhados Nota 1 1 1 1 1 1 1 Penalização Penalização Penalização Penalização Penalização Penalização											
One Foot Turns (iniciação ao travelling)	Manter o tronco direito e vertica Manter a posição durante cinco	alizado (5) me									
- Manter um ritmo constante de execução durante as três (3) viragens - Manter o tronco em posição verticalizada* - Realizar todo o exercício sem tocar como pétiture na superfície do rinque Realizar todo o exercício sem tocar como pétiture na superfície do rinque	Nota	1	1	1					Penalização		
Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções	Manter um ritmo constante de Manter o tronco em posição ve	execuçã rticaliza	io duran da	te as tre	. , .						
- Executar o exercício de forma dinâmica, com ritmo contínuo e sem interrupções - Realizar todas as fases dos saltos: preparação - flexão - impulsão - rotação - saída - Definir a receção/saída dos dois (2) saltos sobre o mesmo pé Nota 0 0 0 0 Penalização Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI) - Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar	Nota	0	0	0					Penalização		
Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI) - Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar - *****Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões - Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões Nota	Executar o exercício de forma Realizar todas as fases dos sa	dinâmic Itos: pre	a, com r paração	itmo co – flexã	ntínuo e sem interrupções áo – impulsão - rotação - saíd	a					
- Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar - ****Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões - Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões Nota -1 -1 -1 -1 -1 Penalização Dois Body Movements (BM) - Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos - Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento - Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores Nota 0 0 0 0 Penalização Uma Volta de três em cada sentido - Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) - Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to Heel - Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos	Nota	0	0	0					Penalização		
Dois Body Movements (BM) - Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos - Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento - Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores Nota 0 0 0 0 Penalização Uma Volta de três em cada sentido - Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) - Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to Heel - Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos	Executar a entrada parada e de	efinir ce	ntragem consecu	do pião utivas a	o de forma regulamentar pós estabilização da posição	e do rodad	o, sem uso de travões				
- Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos - Executar os Body Movements (BM) com fluidez no movimento - Utilizar o tronco, os membros inferiores (cada um em diferentes posições) e os membros superiores Nota 0 0 0 0 Penalização	Nota	-1	-1	-1					Penalização		
Uma Volta de três em cada sentido - Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) - Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to Heel - Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos	Executar cada Body Movemen Executar os Body Movements	- t (ВМ) с (ВМ) со	m fluide:	z no mo	ovimento		riores				
 Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) – Close, Open ou Heel to Heel Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos 	Nota	0	0	0					Penalização		
Nota 0 0 0 Penalização	Executar corretamente o Three Executar corretamente o Moha	Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO) Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) – Close, Open ou Heel to Heel									
	Nota	0	0	0				_	Penalização		

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

5 129050		НС	F	APMin Fra	ncis	ca Maria Sá						
Nota 5,2	2 5	,1 5,	4	Penalização		Resultado	5,2 - Aprovado	1				
								_				
 Manter a posição durante cinco 	***Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos Manter os pés juntos e o tronco direito (tórax nunca poderá tocar nas coxas e o ângulo entre o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)											
Nota	0	0	0				Penalização					
Patinar para trás com os do - Executar o exercício com simetri - Executar o exercício numa distâ - Manter o tronco direito e vertical	a no m icia igu	ovimen	to de a	imbos os pés								
Nota	0	0	1				Penalização					
Curvas exteriores sobre um - Executar o exercício durante me - Manter de forma evidente o roda - Finalizar o exercício em posição	ade de	erior du	rante to) metr	os de diâmetro sobre cada pé						
Nota	1	0	1				Penalização	╝				
No final do exercício, o atleta de A perna da frente deverá estar s Ombros, cabeça, bacia e calcan	Travagem Em Semi-Afundo Para A Frente - No final do exercício, o atleta deverá ficar completamente imobilizado - A perna da frente deverá estar semifletida e a perna de trás em extensão sobre a linha de deslocamento da perna da frente - Ombros, cabeça, bacia e calcanhar da perna da frente, deverão estar alinhados no mesmo plano frontal											
Nota	0	0	0				Penalização	╛				
Deslizar em posição de 4 pa -****Adquirir a posição de 4 com - Manter a posição durante cinco - Manter o tronco direito e vertical	elevaçã 5) met	ão do jo ros con	secutiv	os sobre cada pé								
Nota	1	1	2				Penalização					
 Realizar todas as fases dos salto 	os pés s: prep	devem	deixar – flexá			eo. vés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e d	os joelhos semifletidos. Penalização					

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

1 126435		НС	F	APMin Led	onor	Martins Ribeiro					
Nota 5.	0 5	5.0 5.	0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado			
Patinar Em Círculo Fechado - Definir corretamente o Stroke F - Executar corretamente o Cross- - Executar o exercício num círcul	orward -Stroke	Outside (XS)	(S FO	e o Stroke Forward Inside (S FI)	tros o	u mais, em cada sentido					
Nota	0	0	0					Penalização			
Curvas exteriores para trás - Executar o exercício durante me - Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posição	ado ext	erior du	rante to) metr	os de diâmetro sobre cada pé					
Nota	0	0	0					Penalização			
Change of edge sobre um p - Definir corretamente os rodados - Executar o exercício durante cir - Inclinação da linha corporal coir	exterionco (5)	metros o	consecu	utivos sobre cada um dos pés							
Nota	0	0	0					Penalização			
Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada - Definir uma posição de saída, d											
Nota	0	0	0					Penalização			
Um Carrinho para a frente e -****Baixar sobre o pé portador e - Adquirir a posição de carrinho o - Manter a posição durante cinco	mante	r a baci erna livr	a alinha e em e:	ada ou abaixo do joelho portador xtensão	sitio	<u>n)</u>					
Nota	0	0	0	·				Penalização			
 Demonstrar fluidez no movimen 	Um Body Movement (BM) — Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos — Demonstrar fluidez no movimento — Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)										
Nota	0	0	0					Penalização			

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

Patinar Em Círculo Fechado Para fremte	0									
— Definir corretamente o Stroke Forward Outside (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) — Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) — Executar o exercício num circulo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido Nota -2 -2 -2 Penalização Curvas exteriores para trás — Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé — Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício — Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota -1 -1 -1 -1 Penalização Change of edge sobre um pé — Definir corretamente os rodados exteriores e interiores — Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés — Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado Nota -1 -1 -1 -1 Penalização Salto de Cavalo — Utilizar apenas um travão — Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta										
— Definir corretamente o Stroke Forward Outsider (S FO) e o Stroke Forward Inside (S FI) — Executar corretamente o Cross-Stroke (XS) — Executar o exercício num circulo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido Nota -2 -2 -2 -2 Penalização Curvas exteriores para trás										
Curvas exteriores para trás - Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota -1 -1 -1 -1 Penalização Change of edge sobre um pé - Definir corretamente os rodados exteriores e interiores - Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés - Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta										
- Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com pelo menos quatro (4) metros de diâmetro sobre cada pé - Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício - Finalizar o exercício em posição "AND", sem alteração de rodado Nota -1 -1 -1 -1 Penalização Change of edge sobre um pé - Definir corretamente os rodados exteriores e interiores - Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés - Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado Nota -1 -1 -1 Penalização Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta										
Change of edge sobre um pé - Definir corretamente os rodados exteriores e interiores - Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés - Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado Nota -1 -1 -1 -1 Penalização Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta	-									
Definir corretamente os rodados exteriores e interiores Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado Nota										
Salto de Cavalo — Utilizar apenas um travão — Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta										
— Utilizar apenas um travão — Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta										
— Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta										
Nota 0 0 0 Penalização										
Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position) - ****Baixar sobre o pé portador e manter a bacia alinhada ou abaixo do joelho portador - Adquirir a posição de carrinho com a perna livre em extensão - Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé										
Nota 0 0 0 Penalização										
Um Body Movement (BM) — Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos — Demonstrar fluidez no movimento — Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)										
Nota 0 0 0 Penalização										

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

5 101227	НС	F	APMin Bárba	ra Caseiro Lages	
Nota 4,9	5.0 5	.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado
Oois Cross-Roll (XR) Para Trás					
- Deslizar em curva exterior trás entre	e cada troc	a de pé			
Roll: Fazer coincidir a inclinação do		ľ	n a pressão no rodado exterior		<u> </u>
Nota -	1 -1	0			Penalização
Rotação sobre os dois pés					
- Realizar um movimento contínuo du					
manter ambos os pes em contacto o ****Realizar no mínimo duas (2) vol			durante todo o exercício, sendo aceitáv sem uso dos travões	el levantar uma roda de cada patim	
Nota 1	1	0			Penalização
Combinação De Dois Saltos De	e ½ Volta	a De F	Rotação A Dois Pés Com Um S	Salto De ½ Rotação Com Saída Num Pé	
Realizar todas as fases de um salto				Saito De 72 Notação Com Garda Nam 1 e	
 Executar a receção dos dois (2) prir 	neiros salt	os em a	ambos os pés paralelos, pelo menos no	eixo longitudinal, com os joelhos fletidos	
		so pe, c	com a perna livre alongada à frente ou a	atras, sem uso de travões	D 1' ~ -
Nota -	1 -1	-1			Penalização
Skating Movement: "Taça" ou	"bandei	ra"			
- Manter o rodado constante durante					
 Definir corretamente a posição arab Manter a posição durante cinco (5) 					
Nota	2	2			Penalização
Mohawk Exterior trás (Mohawk	Backw	ard ou	utside - Mk BO)		-
Definir a curva exterior antes e deper					
				ara o tipo de Mohawk executado (ClMk ou OpMk ou HHMk) (4) metros de diâmetro, em cada sentido	
Nota (0	laginario com aproximadamente quatro	(4) metros de diametro, em cada sentido	Penalização
inota C	, 0				renanzayau
Três Interior Frente (Three turn	forward	d insid	de – 3t FI)		
			ída, num círculo imaginário de quatro (4	l) metros de diâmetro	
 Executar a viragem sem execução sem execução sem que o pé li 					
Nota -		-1			Penalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

6 124545	Н	CF	APMin	Joana	Freire		
Nota 4,9	5.0	5.0	Penaliza	ação	Resultado	5.0 - Aprovad	do
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás							
 A perna livre deverá cruzar, atrás de Deslizar em curva exterior trás entre 				portadora			
 Roll: Fazer coincidir a inclinação do 				or			
Nota -	1 -1	-1				Penalização	
Rotação sobre os dois pés							
- Realizar um movimento contínuo du							
 Manter ambos os pés em contacto ****Realizar no mínimo duas (2) vol 				do aceitável	levantar uma roda de cada patim		
Nota (0	0				Penalização	
Combinação De Dois Saltos D	e ½ V o	lta De	Rotação A Dois Pés Co	om Um Sa	alto De ½ Rotação Com Saída Num Pé		
Realizar todas as fases de um salto					<u> </u>		
 Executar a receção dos dois (2) pris Definir a saída do último salto em re 					xo longitudinal, com os joelhos fletidos ás, sem uso de travões		
Nota (\neg	0				Penalização	
Skating Movement: "Taça" ou	"bande	eira"					
- Manter o rodado constante durante							
Definir corretamente a posição arab Manter a posição durante cinco (5)							
Nota	1 2	2				Penalização	
Mohawk Exterior trás (Mohawk	k Back	ward o	utside - Mk BO)				
- Definir a curva exterior antes e dep					time de Mahanda ana anta-da (OliMia an OliMia an Illi IMIA)		
					a o tipo de Mohawk executado (ClMk ou OpMk ou HHMk) l) metros de diâmetro, em cada sentido		
Nota (0	0				Penalização	
Três Interior Frente (Three turn	ı forwa	rd ins	ide – 3t FI)				
Definir de forma evidente os rodado Executar a viragem sem execução				e quatro (4)	metros de diâmetro		
Executar a viragem sem que o pé li				ercício			
Nota -	1 -1	-1				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

8 124541		НС	F	APMin Victória	a Carvalho Freire		
Nota 4,	9 5	.0 5.	0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovac	do
Daile Occas Ball (VD) Base T				_			
Dois Cross-Roll (XR) Para T				<u>S</u> linha desenhada pela perna portadora			
 Deslizar em curva exterior trás e 	entre ca	da troca	a de pé	· · ·			
− Roll: Fazer coincidir a inclinação Nota	do eix	0 do cor	po com	a pressão no rodado exterior		Penalização	
						3	
Rotação sobre os dois pés - Realizar um movimento continu - Manter ambos os pés em conta - ****Realizar no mínimo duas (2)	cto com	a supe	rfície, d	urante todo o exercício, sendo aceitáve em uso dos travões	l levantar uma roda de cada patim		
Nota	0	0	0			Penalização	
— Definir a saída do último salto e Nota Skating Movement: "Taça" (— Manter o rodado constante dura — Definir corretamente a posição a	0 ou "ba	0 andeir xecução	0 'a" o do exe		rás, sem uso de travões	Penalização	
Manter a posição durante cinco	(5) met		secutivo				
Nota	0	1	1			Penalização	
	depois o	de execi o pé livre	utar o M e junto (dohawk do pé portador, na posição escolhida pa	ıra o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk) 4) metros de diâmetro, em cada sentido		
Nota	0	0	0			Penalização	
 Executar a viragem sem execuç 	ados d ão salta	e entrad ada, cor	la e saí n pelo r	da, num círculo imaginário de quatro (4)	metros de diâmetro		
Nota	-1	-1	-1			Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

9	104720		НС	F	APMin Cata	rina	ı Guimarães Roldão		
	Nota 4,	9 5	5.0 5.	.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovad	lo
	-								
Dois Cross-l	Roll (XR) Para 1	rás C	onsec	utivo	<u>s</u>				
	e deverá cruzar, atrá n curva exterior trás				linha desenhada pela perna portado	ra			
					a pressão no rodado exterior				
	Nota	0	0	0				Penalização	
Rotação sob	re os dois pés								
	n movimento contínu								
					lurante todo o exercício, sendo aceitá sem uso dos travões	vel le	evantar uma roda de cada patim		
rtodiizai	Nota	0	0	0				Penalização	
Combinação	Do Dois Saltor	Do 1	/ Volte	Do E	lotação A Dois Bás Com Um	Sal	to De ½ Rotação Com Saída Num Pé	-	1
'					xão – impulsão - rotação - saída	Jai	to be /2 Notação Com Saida Num Fe		
-Executar a	receção dos dois (2)) primei	ros salto	s em a	mbos os pés paralelos, pelo menos n		o longitudinal, com os joelhos fletidos		
— Definir a sa			i i		om a perna livre alongada à frente ou	ı atrá	s, sem uso de travões		
	Nota	0	0	0				Penalização	
Skating Mov	ement: "Taça"	ou "b	andeir	<u>'a"</u>					
	dado constante dura								
	etamente a posição osição durante cinco								
·	Nota	0	1	1				Penalização	
Mohawk Ext	erior trás (Moha	awk B	ackwa	ard or	utside - Mk BO)				
I -	rva exterior antes e								
−Fazer a inv	ersão da marcha ap	oiando	o pé livr	e junto	do pé portador, na posição escolhida		o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)		
- Executar o		etade d	e um cir	CUIO IM	aginario com aproximadamente quati	ro (4)	metros de diâmetro, em cada sentido	D 1!	
	Nota	U	U	U				Penalização	
Três Interior	Frente (Three t	urn fo	orward	linsic	le – 3t FI)				
					da, num círculo imaginário de quatro	(4) m	netros de diâmetro		
					menos 3 rodas no chão em qualquer das fases do exercício				
	Nota	-1	-1	-1				Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

10 126445		НС	F	APMin Diar	a P	into Pimenta		
Nota 5.	0 5	5.0 4,	9	Penalização		Res	sultado	5.0 - Aprovado
Deslizar em posição de Águ	<u>ıia</u>							
Manter o tronco direito e vertica								
 Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no se 								
Nota	1	1	1					Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling)					
 Manter um ritmo constante de execução durante as três (3) viragens Manter o tronco em posição verticalizada 								
Realizar todo o exercício sem to			vre na	superfície do rinque				
Nota	0	0	0					Penalização
Combinação De dois (2) Sal	tos D	e ½ V	olta s	obre um Pé				
−Executar o exercício de forma d								
 Realizar todas as fases dos salt Definir a receção/saída dos dois 								
Nota	0	1	0	·				Penalização
Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
— Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar								
 -****Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 								
Nota	0	-1	-1					Penalização
Dois Body Movements (BM)								
— Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos								
Executar os Body Movements (I Utilizar o tronco, os membros in				ivimento diferentes posições) e os membros s	uperi	ores		
Nota	0	0	0					Penalização
Uma Volta de três em cada	sentid	do						
— Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO)								
─ Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) − Close, Open ou Heel to Heel ─ Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos								
— Manter o ritmo de execução, de Nota	-1	-1	a e fluid -1	ia, em ambos os senudos				Penalização
INOIA	-1	-1						r enalização

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

 Calculador/Data Operator:
 APMin - Carla Isabel Rego
 Juíz №1:
 APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

11 124538		НС	F	APMin Fra	ancis	ca Campos Laranjeira			
Nota 5.	0 5	5,1 5,	1	Penalização			Resultado	5,1 - Aprovado	
Deslizar em posição de Águ	ıia								
- Manter o tronco direito e vertica									
 Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no s 									
Nota	1	1	1					Penalização	
One Foot Turns (iniciação a	o trav	elling)						
— Manter um ritmo constante de execução durante as três (3) viragens									
 Manter o tronco em posição verticalizada Realizar todo o exercício sem tocar com o pé livre na superfície do rinque 									
Nota	-1	0	0					Penalização	
Combinação De dois (2) Sal	Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé								
−Executar o exercício de forma d									
 Realizar todas as fases dos salt Definir a receção/saída dos dois 									
Nota	0	0	0	,				Penalização	
Pião Vertical Interior Trás (L	Pião Vertical Interior Trás (Upright spin backward inside - U BI)								
— Executar a entrada parada e definir centragem do pião de forma regulamentar									
 -****Realizar no mínimo duas (2) voltas consecutivas após estabilização da posição e do rodado, sem uso de travões Definir a posição de saída com o tronco verticalizado e sem uso de travões 									
Nota	0	1	1					Penalização	
Dois Body Movements (BM)									
— Executar cada Body Movement (BM) com uma duração mínima de dois (2) segundos									
 Executar os Body Movements (I Utilizar o tronco, os membros in 					supe	iores			
Nota	0	0	0	. , ,				Penalização	
Uma Volta de três em cada	Uma Volta de três em cada sentido								
— Executar corretamente o Three Turn Forward Outside (3t FO)									
─ Executar corretamente o Mohawk Backward Outside (Mk LFO) − Close, Open ou Heel to Heel ─ Manter o ritmo de execução, de forma dinâmica e fluída, em ambos os sentidos									
Nota	0	-1	-1					Penalização	

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves





Vila Praia de Âncora | 2025-02-15 - 2025-02-15

Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

12 63617		HC	F	APMin Inês Va	le Abreu	
Nota 5,	6 5	5,5 5	,5	Penalização	Resultado	5,5 - Aprovado
Deslizar em posição de Águ	<u>ia</u>					
Manter o tronco direito e vertical Manter a posição durante cinco Descrever uma única linha no so	(5) met					
Nota	2	2	2			Penalização
One Foot Turns (iniciação a	o trav	/elling	1)			
Manter um ritmo constante de ex Manter o tronco em posição vert Realizar todo o exercício sem to	icaliza	da		()		
Nota	1	1	1			Penalização
Executar o exercício de forma di Realizar todas as fases dos salt Definir a receção/saída dos dois Nota Pião Vertical Interior Trás (U	os: pre (2) sal 1	paração Itos sob	e – flexã re o me	o – impulsão - rotação - saída smo pé		Penalização
 Executar a entrada parada e def ****Realizar no mínimo duas (2) Definir a posição de saída com o 	voltas	consec	utivas a	pós estabilização da posição e do rodado	o, sem uso de travões	
Nota	2	2	1			Penalização
Dois Body Movements (BM) - Executar cada Body Movement - Executar os Body Movements (E - Utilizar o tronco, os membros inf Nota	(BM) co	m fluide	z no mo		iores	Penalização
Uma Volta de três em cada s - Executar corretamente o Three - Executar corretamente o Mohaw - Manter o ritmo de execução, de	Turn Fo /k Back	orward (kward O	utside (Mk LFO) - Close, Open ou Heel to Heel		<u>.</u>

Painel de Ajuizamento, Cálculo e Direção de Prova

Diretor de Prova: Paula Oliveira Juíz Árbitro: APMin - Daniel Pereira Fonseca

Calculador/Data Operator: APMin - Carla Isabel Rego Juíz Nº1: APMin - Carla Andreia Alves