



Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

9 129037		AP	Α	APMin Kyara	Silva Costa	
Nota 5,	1 5	5,1 5,	1	Penalização	Resulta	do 5,1 - Aprovado
				-	•	
Carrinho nos dois pés para ****Adquirir a posição com a bac  Manter a posição durante cinco	cia alinh (5) met	nada con tros con	secutiv	os		
<ul><li>– Manter os pés juntos e o tronco</li><li>Nota</li></ul>	direito 1	(tórax n 1	unca po	oderá tocar nas coxas e o ângulo entre	o tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)	Penalização Penalização
				l .		, ,
Patinar para trás com os do  - Executar o exercício com simetr  - Executar o exercício numa distâ  - Manter o tronco direito e vertica	ia no m	novimen	to de a	mbos os pés		
Nota	0	0	0			Penalização
Curvas exteriores sobre um  - Executar o exercício durante me  - Manter de forma evidente o rod.  - Finalizar o exercício em posição  Nota	etade de ado ext	erior du	rante to		etros de diâmetro sobre cada pé	Penalização
	verá fic semiflet	car com ida e a p	pletame perna d	ente imobilizado le trás em extensão sobre a linha de de e, deverão estar alinhados no mesmo p		Penalização
Deslizar em posição de 4 pa 	elevaça (5) met	ão do jo tros con	secutiv	os sobre cada pé		
Nota	0	0	0			Penalização
<ul> <li>Realizar todas as fases dos salt</li> </ul>	os pés os: pre	devem paração	deixar – flexã		ineo. s pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitu	
Nota	U	U	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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

10 129039		AP	Ά	APMin Luana	Silva Cruz				
Nota 5.	0 4	,9 5.	.0	Penalização	Resultado	5.0 - Aprovado			
		·				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
Carrinho nos dois pés para	a frer	nte_							
<ul> <li>****Adquirir a posição com a ba</li> <li> Manter a posição durante cinco</li> <li> Manter os pés juntos e o tronco</li> </ul>	(5) met	ros con	secutiv	os	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)				
Nota	1	1	1			Penalização			
Patinar para trás com os do	is pés	s (Bal	ões pa	ara trás)					
<ul> <li>Executar o exercício com simetria no movimento de ambos os pés</li> <li>Executar o exercício numa distância igual ou superior à largura da pista</li> <li>Manter o tronco direito e verticalizado</li> </ul>									
Nota	0	0	0			Penalização			
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			Penalização			
	everá fic semifleti	car com ida e a ¡	pletame perna d	ente imobilizado e trás em extensão sobre a linha de des e, deverão estar alinhados no mesmo pla					
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	elevaçã (5) met	ão do jo ros con	secutiv	os sobre cada pé					
Nota	0	0	0			Penalização			
<ul><li>Após a fase de impulsão ambos</li><li>Realizar todas as fases dos salt</li></ul>	Um salto Sem Rotação Sobre os Dois Pés  — Após a fase de impulsão ambos o spés 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	-2	-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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

11 129040		AF	PA	APMin Ma	falda	a Almeida Machado	
Nota 5,	1 5	5,1 5	.0	Penalização		Resultado 5,1	- Aprovado
	ia alint 5) met direito	hada co tros cor (tórax r	nsecutiv	/os	ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)	
Nota	1	2	1			Pel	nalização
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 ncia igi zado	novimer ual ou s	nto de a	ambos os pés			
Nota	0	0	0			Pel	nalização
Curvas exteriores sobre um  - Executar o exercício durante me  - Manter de forma evidente o roda  - Finalizar o exercício em posição	tade de do ext "AND"	erior du ', sem a	ırante t ılteraçã	oda a execução do exercício	) metr	<u> </u>	
Nota	0	0	0			Pel	nalização
Travagem Em Semi-Afundo  - No final do exercício, o atleta dev - A perna da frente deverá estar sr - Ombros, cabeça, bacia e calcan	/erá fic emiflet	car com	pletam perna	de trás em extensão sobre a linha d			
Nota	1	0	0			Pe	nalização
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	-1			Pel	nalização
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	s deven paração	n deixa o – flex	ão – impulsão - voo - saída.		pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joell	hos semifletidos. nalização
				-			

### 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

12 104704		AP	Α	APMin Fran	ncis	ca Ferreira Silva		
Nota 5,	3 5	5,3 5,	3	Penalização		Resultado	5,3 - Aprovad	0
Carrinho nos dois pés para	a frer	<u>ite</u>						
− ****Adquirir a posição com a ba								
Manter a posição durante cinco					tra o t	órax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	2	2	2	de la tocal flas coxas e o aliguio elli	11001	orax e as coxas devera ser no minimo de 43 )	Penalização	
Nota							Ferialização	
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	ara trás)				
−Executar o exercício com simeti								
<ul> <li>Executar o exercício numa distâ</li> <li>Manter o tronco direito e vertica</li> </ul>		ual ou s	uperior	à largura da pista				
Nota	0	0	0				Penalização	
Curvas exteriores sobre um	pé							
				aginário com pelo menos quatro (4)	metro	s de diâmetro sobre cada pé		
Manter de forma evidente o rod     Finalizar o exercício em posição								
Nota	0	0	0	de louado			Penalização	
Nota	U	U	U				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 mesmo				
Nota	0	0	0	, deverage estar allimados no mesmo	o piai	O IIOII.ai	Penalização	
Nota	U	U					r enalização	
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								
- Manter o tronco direito e vertica		perna	portado	ra em extensao			5 " ~ [	
Nota	1	1	1				Penalização	
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés					
				o contacto com a superfície em simu	ultâne	0.		
<ul> <li>Realizar todas as fases dos salt</li> </ul>	os: pre	paração	– flexã	o – impulsão - voo - saída.				
				n simuitaneo, e sem uso de travões. I	Us p	és devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e		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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

13 129038		AP	Α	APMin Sof	ia Az	zevedo Fernandes		
Nota 5,	3 5	5,3 5,	2	Penalização		Resultado	5,3 - Aprovad	0
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					tre o i	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
Nota	2	2	1	dera total rias coxas e o arigulo er	ili C O	torax c as coxas devera ser no minimo de 45 )	Penalização	
				I				
Patinar para trás com os do	is pé	s (Bal	ões pa	<u>ara trás)</u>				
- Executar o exercício com simetr								
<ul> <li>Executar o exercício numa distâ</li> <li>Manter o tronco direito e vertica</li> </ul>		uai ou s	uperior	a largura da pista				
Nota	0	0	0				Penalização	
	,							
Curvas exteriores sobre um								
<ul> <li>Executar o exercício durante me</li> <li>Manter de forma evidente o roda</li> </ul>				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				
Nota	1	1	4	e, deverao estar aliminados no mesm	o piai	io ironiai	Danalização	
Nota	- 1	'					Penalização	
Deslizar em posição de 4 pa	ara a 1	rente						
−****Adquirir a posição de 4 com								
<ul> <li>Manter a posição durante cinco</li> <li>Manter o tronco direito e vertica</li> </ul>								
	0	0	0	la em exterisão			Danalizaa	
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 inelhos semifletido	,
Nota	0	05 0015	0	in ominantico, e sem uso de travoes	. O3 p	oce deveni estar paraietos, pete menos na ilima longitudinal, e	Penalização	
Nota	U	ľ					i Gilalização	

### 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

6 127975		APE	Brg	APMin Car	lota	Barbosa Ilhão	
Nota 5,	1 5	5,1 5,	1	Penalização		Resultado 5,1 - A	provado
						· ·	
	cia alini (5) me direito	hada co tros con (tórax n	secutiv unca p	os	itre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)	
Nota	0	0	0			Penali	zação
Patinar para trás com os do  - Executar o exercício com simetr  - Executar o exercício numa distà  - Manter o tronco direito e vertical	ia no n ncia ig	novimen	to de a	mbos os pés		Penali	zacão
Nota						i erian	zação
Curvas exteriores sobre um  - Executar o exercício durante me  - Manter de forma evidente o rode  - Finalizar o exercício em posição	tade d ado ext	erior du	rante to		metro	os de diâmetro sobre cada pé	
Nota	0	0	0			Penali	zação
	verá fio emiflet	car com	pletamo	ente imobilizado le trás em extensão sobre a linha de e, deverão estar alinhados no mesm			zacão
		,					
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			Penali	zação
<ul> <li>Realizar todas as fases dos salt</li> </ul>	os pés os: pre	s devem paração	deixar – flexá			eo. pés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e os joelhos s Penali	ì
				•			

### 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

7 128380	AP	Brg	APMin Isla	a Luí	sa Frew		
Nota 5,3	5,3	5,3	Penalização		Resultado	5,3 - Aprovado	0
Carrinho nos dois pés para a	<u>frente</u>						
	metros co	nsecutiv	/os	ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)		
	1 1	1			,	Penalização	
Patinar para trás com os dois	pés (Ba	lões p	ara trás)				
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  - Executar o exercício durante metac  - Manter de forma evidente o rodado  - Finalizar o exercício em posição "A	de de um o exterior o	urante t	oda a execução do exercício	l) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0 0	0				Penalização	
Travagem Em Semi-Afundo Pa  - No final do exercício, o atleta dever - A perna da frente deverá estar sem - Ombros, cabeça, bacia e calcanha	rá ficar co nifletida e a	npletam perna	de trás em extensão sobre a linha d			Penalização	
Nota	<u>'   '</u>	<u> </u>				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 do metros co	- oelho liv nsecutiv	os sobre cada pé				
Nota	1 1	1				Penalização	
Um salto Sem Rotação Sobre							
Após a fase de impulsão ambos os     Realizar todas as fases dos saltos:     Definir a receção dos dois saltos so	preparaçã	io – flex	ão – impulsão - voo - saída.		eo. vés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	os igelhos semifletido	ns
· · ·	0 0	0	and an analysis of the state of	J. 00 j	200 as to the parallelos, pole mence ha mind longitudinal, e	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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

8 128192		APE	Brg	APMin Alic	e Fr	ancisca Antunes		
Nota 5,	1 5	5.0 5.	.0	Penalização		Resultado	5.0 - 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 tocal has coxas e o aligulo el	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								
<ul> <li>Executar o exercício numa distá</li> <li>Manter o tronco direito e vertica</li> </ul>		uai ou s	uperior	a largura da pista				
Nota	0	0	0				Penalização	
							•	
Curvas exteriores sobre um	ı pé							
<ul> <li>Executar o exercício durante me</li> <li>Manter de forma evidente o rod</li> </ul>				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				
		perna d	a irente	e, deverão estar alinhados no mesm	ю ріаі	io irontai	D ! ~	
Nota	1	1	1				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	1			ra em extensão			D 1:	-
Nota	П	0	0				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					. Os r	rés devem estar paralelos, pelo menos na linha longitudinal, e	os igelhos semifletido	
Nota	0	05 0015	nes, er	in simulatico, e sem uso de l'avoes	. Us p	os devem estar paraietos, peto menos na inina longitudinal, e	Penalização	,3.
INOta	l <sup>u</sup>	U	U				r enanzação	

### 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

3 102652		APE	Brg	APMin A	Ana Ca	rolina Santos		
Nota 5	,1 5	5.0 5,	,1	Penalizaçã	io	R	esultado	5,1 - Aprovado
Patinar Em Círculo Fechado			_					
Definir corretamente o Stroke F     Executar corretamente o Cross			(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S F	I)			
Executar o exercício num círcu			m diâm	etro de, no mínimo cerca de 15	metros o	u mais, em cada sentido		
Nota	0	-1	0					Penalização
Curvas exteriores para trás								
<ul> <li>Executar o exercício durante m</li> <li>Manter de forma evidente o rod</li> <li>Finalizar o exercício em posição</li> </ul>	lado ext	erior du	rante to	da a execução do exercício	o (4) metr	os de diâmetro sobre cada pé		
Nota	0	0	0					Penalização
Change of edge sobre um p  - Definir corretamente os rodado  - Executar o exercício durante ci  - Inclinação da linha corporal coi	s exterio	netros o	consecu	itivos sobre cada um dos pés				
Nota	0	0	0					Penalização
Salto de Cavalo								
<ul> <li>─ Utilizar apenas um travão</li> <li>─ Definir uma posição de entrada</li> <li>─ Definir uma posição de saída, or comparte de la comparte del comparte de la comparte de la comparte del comparte de la comparte del la comparte de la compa</li></ul>								
Nota	1	1	1					Penalização
Um Carrinho para a frente e	um c	arrinh	no par	a trás sobre um pé (Sit	Positio	<u>n)</u>		
<ul> <li>-****Baixar sobre o pé portador o</li> <li>Adquirir a posição de carrinho o</li> <li>- Manter a posição durante cinco</li> </ul>	com a pe	erna livr	e em ex	rtensão	r			
Nota	0	0	0					Penalização
Um Body Movement (BM)								
Realizar o exercício com uma c     Demonstrar fluidez no movimer     Utilizar o tronco e os membros	nto				liferente)			
Nota	0	0	0	zzo. om poolgas, poolara	3. 00)			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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

Patinar Em Círculo Fechado	4 105032		APE	Brg	APMin	Devi M	orgado Braga		
- 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 eficulo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido  Nota 0 0 0 0 0 Penalização  Curvas exteriores para trás - 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 de verterio de rimaginário 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 "ANO", sem alteração de rodado  Change of edge sobre um pe - Definir corretamente os rodados exteriores e interiores - Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés - Inclinação da linha corporal colicidente com o rodado executado  Nota 0 1 0 0 1 0 Penalização  Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de estrada, deslizando em linha reta - Definir uma posição de salda, deslizando em linha reta - Definir uma posição de carrinho para a frente e um certinho com a perna libra e entensão - Manter a posição de carrinho com a perna libra e entensão - Manter a posição de carrinho com a perna libre em extensão - Nota 0 0 0 0 0 Penalização  Um Body Movement (BM) - Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos - Demonstrat fluidaz no movimento - Utilizar o tonco e o ematros interiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)	Nota 5	,1 5	5.0 5,	,1	Penalizaç	ão		Resultado	5,1 - Aprovado
- 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 eficulo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido  Nota 0 0 0 0 0 Penalização  Curvas exteriores para trás - 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 de verterio de rimaginário 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 "ANO", sem alteração de rodado  Change of edge sobre um pe - Definir corretamente os rodados exteriores e interiores - Executar o exercício durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés - Inclinação da linha corporal colicidente com o rodado executado  Nota 0 1 0 0 1 0 Penalização  Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de estrada, deslizando em linha reta - Definir uma posição de salda, deslizando em linha reta - Definir uma posição de carrinho para a frente e um certinho com a perna libra e entensão - Manter a posição de carrinho com a perna libra e entensão - Manter a posição de carrinho com a perna libre em extensão - Nota 0 0 0 0 0 Penalização  Um Body Movement (BM) - Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos - Demonstrat fluidaz no movimento - Utilizar o tonco e o ematros interiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)									
- Executar o exercício uma ricustu imaginario com diametro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido    Nota   0   0   0   0   0   0   0   0   0				_					
Executar o exercício num circulo imaginario com diametro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido   Nota   0   0   0   0   0   0   0   0   0				(S FO)	e o Stroke Forward Inside (S	FI)			
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 altertação de rodado    Penalização   Penalização				m diâm	etro de, no mínimo cerca de 1	5 metros o	u mais, em cada sentido		
- 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    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 como rodado executado  Nota   0   -1   0   Penalização    Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada, desilizando em linha reta - Definir uma posição de saída, desilizando em linha reta - Definir uma posição de pé portador e manter a bacia alinhada ou abatvo do joelho portador - Adquirir a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada um dos pés - Inclinação da saída, desilizando em linha reta - Definir uma posição de variando em a periodo em sobre em linha reta - Definir uma posição de variando em a periodo em sobre em linha reta - Definir uma posição de variando em a periodo em sobre em linha reta - Definir uma posição de variando em a periodo em sobre em linha reta - Retalizar o periodo de saída, desilizando em linha reta - Retalizar o periodo de variando em a periodo em sobre em linha reta sobre um pé (Sit Position) - ***Baixar sobre o pé portador em anter a bacia alinhada ou abatvo do joelho portador - Adquirir a posição de carrentino com a periodo em sobre exercicio com uma duração minima de dois (2) segundos - Realizar o exercício dom uma duração minima de dois (2) segundos - Demonstra fluidez no novimento - Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)	Nota	0	0	0					Penalização
- Manter de forma evidente o rodado exterior durante toda a execução do exercício en Finalizar o exercício em posição "AND"; sem alteração de rodado    Nota   Not	Curvas exteriores para trás								
Nota 0 0 0 0 0 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 como rodado exteriores consecutivos sobre cada um dos pés  - Inclinação da linha corporal coincidente como rodado executado  Nota 0 1 0 0 0 Penalização   Salto de Cavalo  - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de salda, deslizando em linha reta - Definir uma posição de salda, deslizando em linha reta - Definir uma posição de salda, deslizando em linha reta  Nota 1 1 1 1 1 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  Um Body Movement (BM)  - Realizar o exercício com uma duração minima de dois (2) segundos - Demonstrar fluidez no movimento - Demonstrar fluidez no movimento - Utilizar o tonoco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)	Manter de forma evidente o rod	lado ext	erior du	rante to	oda a execução do exercício	ro (4) metr	os de diâmetro sobre cada 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 como or rodado executado  Nota 0 -1 0 Penalização  Salto de Cavalo - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta - Mota 1 1 1 1 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  Um Body Movement (BM) - Realizar o exercício com mua duração mínima de dois (2) segundos - Demonstrar fluidez no movimento - Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)									Penalização
Nota 0 -1 0 Penalização  Salto de Cavalo  — Utilizar apenas um travão — Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta — Definir uma posição de salda, deslizando em linha reta  Nota 1 1 1 1 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 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)	Definir corretamente os rodado     Executar o exercício durante ci	s exterio	metros o	consecu	utivos sobre cada um dos pés				
Um Carrinho para a frente e um carrinho para trás sobre um pé (Sit Position)  - ****Baixar sobre o pé portador e manter a bacia allinhad aou 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   0   0   0   0   Penalização					- Checking				Penalização
Definir uma posição de entrada, deslizando em linha reta Definir uma posição de saída, deslizando em linha reta  Nota 1 1 1 1 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 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)	Salto de Cavalo								
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 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)	<ul> <li>Definir uma posição de entrada</li> </ul>								
****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   0   Penalização	Nota	1	1	1					Penalização
— 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 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)	Um Carrinho para a frente e	um c	arrinh	no par	a trás sobre um pé (Sit	Positio	<u>n)</u>		
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)	<ul> <li>Adquirir a posição de carrinho o</li> </ul>	com a pe	erna livr	e em ex	xtensão	or			
<ul> <li>Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos</li> <li>Demonstrar fluidez no movimento</li> <li>Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)</li> </ul>	Nota	0	0	0					Penalização
— Demonstrar fluidez no movimento  — Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)	Um Body Movement (BM)								
	<ul> <li>Demonstrar fluidez no movimer</li> </ul>	nto			, ,	diferente)			
									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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. III

Nota 5.0 5.0 5.0 Penalização Resultado 5.0 - Aprovado    Dois Cross-Roll (XR) Para A Frente Consecutivos	
— A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora — Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés — Roll: Fazer coincidir a inclinação do eixo do corpo com a pressão no rodado exterior  Nota 0 0 0 0 Penalização	
— A perna livre deverá cruzar, à frente do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora  — Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés  — Roll: Fazer coincidir a inclinação do eixo do corpo com a pressão no rodado exterior  Nota 0 0 0 0 Penalização	
— Deslizar em curva exterior frente entre cada troca de pés — Roll: Fazer coincidir a inclinação do eixo do corpo com a pressão no rodado exterior  Nota 0 0 0 0 Penalização	
Total C C C C C C C C C C C C C C C C C C C	
Deslizar em posição de Avião (Camel)	
<ul> <li>Executar o exercício com as pernas livre e portadora em extensão</li> <li>Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos sobre cada pé</li> <li>*****Manter a cintura escapular, a perna livre e os ombros, no mínimo, ao nível da bacia</li> </ul>	
Nota 1 1 1 1 Penalização	
Mohawk Interior Frente (Mohawk Forward Inside - Mk FI)	
— Definir a curva interior antes e depois de executar o Mohawk (Mk) — Fazer a inversão da marcha apoiando o pé livre junto do pé portador, na posição escolhida para o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk) — Executar o exercício durante metade de um círculo imaginário com aproximadamente quatro (4) metros de diâmetro, em cada sentido	
Nota 0 0 0 Penalização	
Combinação: Piquê Lateral + Três exterior frente (Three Turn Forward Outside – 3t FO)  — Executar o piquê com fluidez e velocidade  — Definir de forma evidente os rodados de entrada e saída do Three Turn (3t)	
Executar o Three Turn (3t) sem saltar, com pelo menos 3 rodas apoiadas no solo	
Nota 0 0 0 Penalização	
Combinação De Três (3) Saltos De ½ Volta  — Realizar o exercício de forma dinâmica e ritmada, sem interrupções entre os saltos  — Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - rotação - saída  — Definir a receção dos três 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 0 0 0 Penalização	
Patinar num círculo fechado para trás  — Definir corretamente o Thrust Backward Outside (Tt BO)  — Executar corretamente o Cross-Stroke Backward Inside (XS BI)  — Executar o exercício num círculo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido	
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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

2 102285		APE	Brg	APMin E	milie	Presa Parente	
Nota 5	,1 5	5,1 5,	1	Penalização		Resultado	5,1 - Aprovado
							·
Dois Cross-Roll (XR) Para	rás C	onsec	utivo	<u>s</u>			
−A perna livre deverá cruzar, atr					adora		
<ul> <li>Deslizar em curva exterior trás</li> <li>Roll: Fazer coincidir a inclinaçã</li> </ul>							
Nota	0	0	0				Penalização
Rotação sobre os dois pés							
Realizar um movimento contínu							
<ul> <li>Manter ambos os pés em conta</li> <li> ****Realizar no mínimo duas (2</li> </ul>					ceitável	levantar uma roda de cada patim	
Nota	0	0	0	John Goo Goo Rayoos			Penalização
Combinação Do Doio Colto	. D. 1	/ \/_!4-	D - F	natanaa A Dala Déa Caus	C	olta Da 1/ Datasea Com Caida Noma Di	·
					um S	alto De ½ Rotação Com Saída Num Pé	
<ul> <li>Realizar todas as fases de um</li> <li>Executar a receção dos dois (2</li> </ul>					os no e	ixo longitudinal, com os joelhos fletidos	
− Definir a saída do último salto e	m roda	s, num s	só pé, c	om a perna livre alongada à frent	e ou atr	ás, sem uso de travões	
Nota	1	1	1				Penalização
Skating Movement: "Taça"	ou "b	andeir	<u>a"</u>				
Manter o rodado constante dun      Definir corretamente a posição							
Manter a posição durante cinco							
Nota	0	0	0				Penalização
Mohawk Exterior trás (Moh	awk B	ackwa	ard ou	ıtside - Mk BO)			
─ Definir a curva exterior antes e							
						ra o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk) 1) metros de diâmetro, em cada sentido	
Nota	0	0	0	адтило сот арголиначителю (	dutio (	y monoc de diamono, em edad comide	Penalização
Três Interior Frente (Three	turn &		linei	lo – 3t EI\			•
					otro (A)	matras de diâmetro	
Definir de forma evidente os ro     Executar a viragem sem execu	ção salt	ada, cor	n pelo	menos 3 rodas no chão	. ,	menos de diameno	
Executar a viragem sem que o	pé livre	toque n	o solo e	em qualquer das fases do exercío	io		
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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

2 102208		APE	Brg	APMin Ma	ria F	rancisca Duarte						
Nota 5.	0 5	5.0 5.	0	Penalização			Resultado	5.0 - Aprovado				
− Manter a posição durante cinco − Descrever uma única linha no s	— Manter o tronco direito e verticalizado — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido — Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados											
Nota	0	0	0					Penalização				
One Foot Turns (iniciação ao travelling)  — 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	0	0	0					Penalização				
Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé  — 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					Penalização				
Pião Vertical Interior Trás (L  - Executar a entrada parada e de  - ****Realizar no mínimo duas (2)  - Definir a posição de saída com	finir 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	0	0					Penalização				
Executar cada Body Movement     Executar os Body Movements (I	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					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				

### 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

1 104340		AVC	PV	APMin	Maria F	Rita Francisco				
Nota 5.0	4	,9 5.	0	Penalizaç	ção	Resultado 5.0 - Aprovado				
							_			
Carrinho nos dois pés para a										
****Adquirir a posição com a bacia Manter a posição durante cinco (5	) metr	os con	secutiv	os	ulo entre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)				
Nota	0	0	0	dera tocal flas coxas e o alig	ulo entre o	Penalização	$\neg$			
Patinar para trás com os dois	pés	(Balá	žes pa	ara trás)			ョ			
Executar o exercício com simetria      Executar o exercício numa distâno	— 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 tronço direito e verticalizado									
Nota	1	1	1			Penalização				
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	-1	-1	0			Penalização				
No final do exercício, o atleta deve     A perna da frente deverá estar se     Ombros, cabeça, bacia e calcanh.	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	-1	-1			Penalização	_			
****Adquirir a posição de 4 com el Manter a posição durante cinco (5	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	0	0	0			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.										
Nota	0	0	0	n omiananco, o ocim uso de u	41003. 08	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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

2 123487		AVC	PV	APMin La	ıra C	Carvalho Ribas				
Nota 5	2 5	5,2 5,	1	Penalização		Resultado	5,2 - 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 tropod					ntre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45º)				
Nota										
	l						,			
Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)										
<ul> <li>Executar o exercício com simet</li> </ul>										
Executar o exercício numa dista      Manter o tronco direito e vertica		ual ou s	uperior	à largura da pista						
Nota	0	0	0				Penalização			
							3			
Curvas exteriores sobre um pé										
				aginário com pelo menos quatro (4	) metr	os de diâmetro sobre cada pé				
- Manter de forma evidente o rod - Finalizar o exercício em posição										
Nota	0	0	neraçac O	de louado			Penalização			
INOIA	U	U	U				Penalização			
Travagem Em Semi-Afundo	Para	A Fre	nte							
− No final do exercício, o atleta de										
				e trás em extensão sobre a linha d e, deverão estar alinhados no mesr						
	nar da 1	perna d	a irente	e, deverao estar alimnados no mesi	по ріаі	io iioniai	D 1! # -			
Nota	1		1				Penalização			
Deslizar em posição de 4 pa	ara a 1	frente								
- ****Adquirir a posição de 4 com			elho liv	re ao nível da bacia						
<ul> <li>– Manter a posição durante cinco</li> </ul>	(5) me	tros con	secutiv	os sobre cada pé						
Manter o tronco direito e vertica			portado	ra em extensão			-			
Nota	2	2	1				Penalização			
Um salto Sem Rotação Sob	re os	Dois I	Pés							
				o contacto com a superfície em sir	nultâne	eo.				
— Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída.										
				n simulianeo, e sem uso de travõe	s. Us p	oés 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

3 126159	,	AVC	PV	APMin 1	omás	Araújo Miranda					
Nota 4,6	4,	6 4,	6	Penalizaçã	0	Resultado 4,6 - Reprovado					
Carrinho nos dois pés para a	frent	<u>te</u>									
	− ****Adquirir a posição com a bacia alinhada com os joelhos ou ligeiramente abaixo − Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos										
					entre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)					
Nota 0 0 0 Penalização											
Patinar para trás com os dois	Patinar para trás com os dois pés (Balões para trás)										
- Executar o exercício com simetria											
<ul> <li>Executar o exercício numa distâno</li> <li>Manter o tronco direito e verticaliz</li> </ul>		al ou s	uperior	a largura da pista							
Nota	0	0	0			Penalização					
Curvas exteriores sobre um pé											
− Executar o exercício durante meta					(4) met	os de diâmetro sobre cada pé					
<ul> <li>Manter de forma evidente o rodad</li> <li>Finalizar o exercício em posição ".</li> </ul>											
	-2	-2	-2	, 40 104440		Penalização					
11014	_					1 onanzagao					
Travagem Em Semi-Afundo P	ara A	\ Fre	nte								
<ul> <li>No final do exercício, o atleta deve</li> </ul>											
<ul> <li>A perna da frente deverá estar sel</li> <li>Ombros, cabeça, bacia e calcanha</li> </ul>											
Nota	0	0	0	,		Penalização					
Deslizar em posição de 4 par	a a fr	ente				<u> </u>					
- ****Adquirir a posição de 4 com el			elho liv	re ao nível da bacia							
- Manter a posição durante cinco (5											
- Manter o tronco direito e verticaliz	-2	-2	-2	ra em extensão		Danalinaa					
Nota	-2	-2	-2			Penalização					
Um salto Sem Rotação Sobre	os D	ois F	Pés								
− Após a fase de impulsão ambos o	s pés o	devem	deixar		simultâr	eo.					
─ 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 0 0 0 0 Penalização											
Nota	٠	U				renanzação					

### 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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

4 126163		AVC	PV	APMin Bia	nca	Vitória Felix						
Nota 5,	1 5	5,1 5	,1	Penalização		Resultado 5,1 - Aprovado						
							_					
<ul> <li>Manter a posição durante cinco</li> </ul>	****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	1	1	1			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 numa distância igual ou superior à largura da pista — Manter o tronco direito e verticalizado												
Nota	0	0	0			Penalização						
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			Penalização						
— Ombros, cabeça, bacia e calcan	/erá fic emifleti nar da	car com ida e a perna c	pletame perna d la frente	ente imobilizado le trás em extensão sobre a linha d e, deverão estar alinhados no mesr T		no frontal						
Nota	0	0	0			Penalização						
— ****Adquirir a posição de 4 com o — Manter a posição durante cinco o	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	0	0	0			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.  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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. I

5 128804		AVC	PV	APMin	Leonor	Sofia Peixoto				
Nota 5,5	5,	,4 5,	4	Penalizaç	ão	Resultado 5,4 - Aprovado				
Carrinho nos dois pés para a frente										
	metr	os con	secutiv	os	ulo entre o	tórax e as coxas deverá ser no mínimo de 45°)				
	2	1	1			Penalização				
Patinar para trás com os dois	pés	(Bal	čes pa	ara trás)						
<ul> <li>Executar o exercício com simetria</li> <li>Executar o exercício numa distâno</li> <li>Manter o tronco direito e verticaliza</li> </ul>	ia igu									
Nota	0	0	0			Penalização				
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			Penalização				
No final do exercício, o atleta deve     A perna da frente deverá estar sen     Ombros, cabeça, bacia e calcanha	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	1	1	1			Penalização				
—****Adquirir a posição de 4 com ele —Manter a posição durante cinco (5)	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			Penalização				
Um salto Sem Rotação Sobre	os [	Dois F	Pés							
<ul> <li>Após a fase de impulsão ambos os pés devem deixar o contacto com a superfície em simultâneo.</li> <li>Realizar todas as fases dos saltos: preparação – flexão – impulsão - voo - saída.</li> <li>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.</li> </ul>										
,	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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

1 124927		CPA	re	APMin Sol D	uarte Amaral					
Nota 5.	.0 5	.0 5.	.0	Penalização		Resultado	5.0 - Aprovado			
					•	I .	<u>'</u>			
Patinar Em Círculo Fechado	o Para	frent	<u>e</u>							
Definir corretamente o Stroke F     Executar corretamente o Cross     Executar o exercício num circular	-Stroke	(XS)	,	,	s ou mais, em cada sentido					
Nota	- Executar o exercício num círculo imaginário com diâmetro de, no mínimo cerca de 15 metros ou mais, em cada sentido  Nota -1 -1 -1 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	0	0	0				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	0	0	0				Penalização			
Salto de Cavalo  - Utilizar apenas um travão - Definir uma posição de entrada - Definir uma posição de saída, d										
Nota	1	1	1				Penalização			
Um Carrinho para a frente e	um c	arrinh	no par	a trás sobre um pé (Sit Posi	ion)					
<ul> <li> ****Baixar sobre o pé portador e</li> <li> Adquirir a posição de carrinho o</li> <li> Manter a posição durante cinco</li> </ul>	om a pe	erna livr	e em ex	ktensão						
Nota	0	0	0	·			Penalização			
Um Body Movement (BM)										
<ul> <li>Realizar o exercício com uma duração mínima de dois (2) segundos</li> <li>Demonstrar fluidez no movimento</li> <li>Utilizar o tronco e os membros inferiores (cada membro inferior em posição/postura diferente)</li> </ul>										
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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. II

2 126390		CPA	re	APMin L	uísa A	lves Arantes					
Nota 5,	2 5	5,2 5,	2	Penalizaçã	0		Resultado	5,2 - Aprovado			
Patinar Em Círculo Fechado	) Para	frent	<u>e</u>								
− Definir corretamente o Stroke Fo			(S FO	e o Stroke Forward Inside (S FI	)						
<ul> <li>Executar corretamente o Cross-</li> <li>Executar o exercício num círculo</li> </ul>			m diâm	netro de no mínimo cerca de 15	metros o	u mais, em cada sentido					
Nota	1	1	1			a maio, om odda oomad		Penalização			
O								'			
Curvas exteriores para trás											
<ul> <li>Executar o exercício durante me</li> <li>Manter de forma evidente o roda</li> <li>Finalizar o exercício em posição</li> </ul>	ado ext	erior du	rante to	oda a execução do exercício	(4) metr	os de diametro sobre cada pe					
Nota	0	0	0	1010000				Penalização			
Change of odge cohre											
	Change of edge sobre um pé										
Definir corretamente os rodados     Executar o exercício durante cir											
<ul> <li>Inclinação da linha corporal coir</li> </ul>	— Inclinação da linha corporal coincidente com o rodado executado										
Nota	0	0	0					Penalização			
Salto de Cavalo											
− Utilizar apenas um travão											
<ul> <li>Definir uma posição de entrada,</li> <li>Definir uma posição de saída, d</li> </ul>											
Nota	1	1	1					Penalização			
								<u>'</u>			
Um Carrinho para a frente e						<u>n)</u>					
<ul> <li>- ****Baixar sobre o pé portador e</li> <li>- Adquirir a posição de carrinho c</li> </ul>											
Manter a posição de carrillo c      Manter a posição durante cinco											
Nota	0	0	0					Penalização			
Um Body Movement (BM)											
Realizar o exercício com uma di	uração	mínima	de dois	s (2) segundos							
<ul> <li>Demonstrar fluidez no movimen</li> </ul>	to			( )							
Utilizar o tronco e os membros i				ro interior em posição/postura  d	terente)						
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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. IV

1 102360		CP	٩re	APMin Be	nedit	a Machado Magalhães				
Nota 4	7 4	,7 4	,7	Penalização		Resultado	4,7 - Reprova	do		
Dois Cross-Roll (XR) Para Trás Consecutivos										
<ul> <li>─ A perna livre deverá cruzar, atrás do patim portador, a linha desenhada pela perna portadora</li> <li>─ Deslizar em curva exterior trás entre cada troca de pés</li> <li>─ Roll: Fazer coincidir a inclinacão do eixo do corpo com a pressão no rodado exterior</li> </ul>										
Nota	0	0	0	n a pressão no rodado exterior			Penalização			
14014			<u> </u>				i chalização			
Rotação sobre os dois pés										
- Realizar um movimento contínu				s durante todo o exercício, sendo ace	. 14.4 1 1					
- ****Realizar no mínimo duas (2					ellavei i	evantar uma roda de cada patim				
Nota	-2	-2	-2				Penalização			
Combinação De Dois Saltos	De ½	2 Volt	a De I	Rotação A Dois Pés Com U	m Sa	to De ½ Rotação Com Saída Num Pé				
- Realizar todas as fases de um										
				ambos os pés paralelos, pelo meno com a perna livre alongada à frente		o longitudinal, com os joelhos fletidos				
Nota	0	0	0	Com a pema livre alongada a frente	ou au a	s, sem uso de travoes	Penalização			
Nota	U	U	<u> </u>				r enalização			
Skating Movement: "Taça"	ou "ba	andei	ra"							
- Manter o rodado constante dura										
Definir corretamente a posição     Manter a posição durante cinco										
Nota	0	0	0				Penalização			
Mohawk Exterior trás (Moh	awk R	ackw	ard o	utside - Mk BO)						
Definir a curva exterior antes e				-						
<ul> <li>Fazer a inversão da marcha ap</li> </ul>	oiando d	pé liv	re junto	do pé portador, na posição escolhi		o tipo de Mohawk executado (CIMk ou OpMk ou HHMk)				
				naginario com aproximadamente qu	iatro (4	metros de diâmetro, em cada sentido	D 1! ~ -			
Nota	0	0	0				Penalização			
Três Interior Frente (Three	urn fo	rwar	d insi	de – 3t FI)						
				ída, num círculo imaginário de quat	tro (4) r	netros 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		-		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





Pavilhão CPAreias | 2025-01-19 - 2025-01-19

# Folhas Detalhadas | Detalhe

Inic. V

1 102362	CPA	re	APMin Pe	nélo	oe Roque Magalhães						
Nota 5,1	5,1 5	1	Penalização			Resultado	5,1 - Aprovado				
Deslizar em posição de Águia  — Manter o tronco direito e verticalizado — Manter a posição durante cinco (5) metros consecutivos em cada sentido — Descrever uma única linha no solo na qual os pés se encontram alinhados  Nota 1 1 1 1 1 Penalização											
Nota 1							renalização				
One Foot Turns (iniciação ao travelling)  — 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 0	0	0					Penalização				
Combinação De dois (2) Saltos De ½ Volta sobre um Pé  — 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					Penalização				
Executar a entrada parada e definir c     ****Realizar no mínimo duas (2) volta	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	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					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				

### 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