

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

花式組、公開組---步伐中英文名稱、代號對應一覽表

代號	英文名稱	中文名稱
R	Right Foot	右腳
L	Left Foot	左腳
F	Forward	前進
B	Backward	後退
I	Inside Edge	內刃
O	Outside Edge	外刃
3	Three Turn	轉三
BR	Bracket	括弧
Tw	Twizzles	捻轉
RK	Rocker	內勾
CT	Counter	外勾
Lo	Loop	路普
Mo	Mohawk	摩合克
Cho	Choctaw	查克特
Op	Open	開放式
Cl	Closed	封閉式
XF	Cross Front	前交叉墊步
XB	Cross Behind	後交叉墊步
CE	Change of Edge	變換刃
Ch	Chasse	沙夏
SW	Swing	擺盪式
CR	Cross Roll	外刃搖滾步
RS	Rocker Step	內刃搖滾步
Hop XF	Hop and Cross Front	小彈跳並將腳交叉在前

檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 花式一級(滑冰技巧---步伐檢定)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

動作規定	執行狀況	評語	
<p style="text-align: center;">Basic Consecutive Edges 基礎連續弧線踩刀滑行</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，以軸心線為基準，雙腳交替推刀，並連續滑出四個前進外刀的半圓後接續四個前進內刀的半圓。 以軸心線為基準，雙腳交替推刀，並連續滑出四個後退外刀的半圓後接續四個後退內刀的半圓。 在過程中皆不可用齒尖推刀。</p>	<p style="text-align: center;">(前外刀)</p> <p style="text-align: center;">(前內刀)</p> <p style="text-align: center;">(後外刀)</p> <p style="text-align: center;">(後內刀)</p>		
<p style="text-align: center;">Forward Outside Three-Turn and Crossovers 前進外刀轉三與剪冰</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，前進外刀轉三完，接續後退剪冰。組數依據選手身高，左右為一組，約做 3-5 組左右。</p>			
<p style="text-align: center;">Forward Inside Three-Turn and Crossovers 前進內刀轉三與剪冰</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，前進內刀轉三完，接續前進剪冰。組數依據選手身高，左右為一組，約做 3-5 組左右。</p>			
<p style="text-align: center;">Forward Right & Left foot Spirals 前進左、右腳飛燕滑行</p> <p>飛燕的自由足須延伸及伸直，其高度至少須與臀部同高，其滑行距離須至少達選手四倍身高長。飛燕路線為直線平刀；飛燕執行前可做四次的前滑推刀作為加速度的步法。</p>	<p style="text-align: center;">(左腳)</p> <p style="text-align: center;">(右腳)</p>		
檢定結果	通過		

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

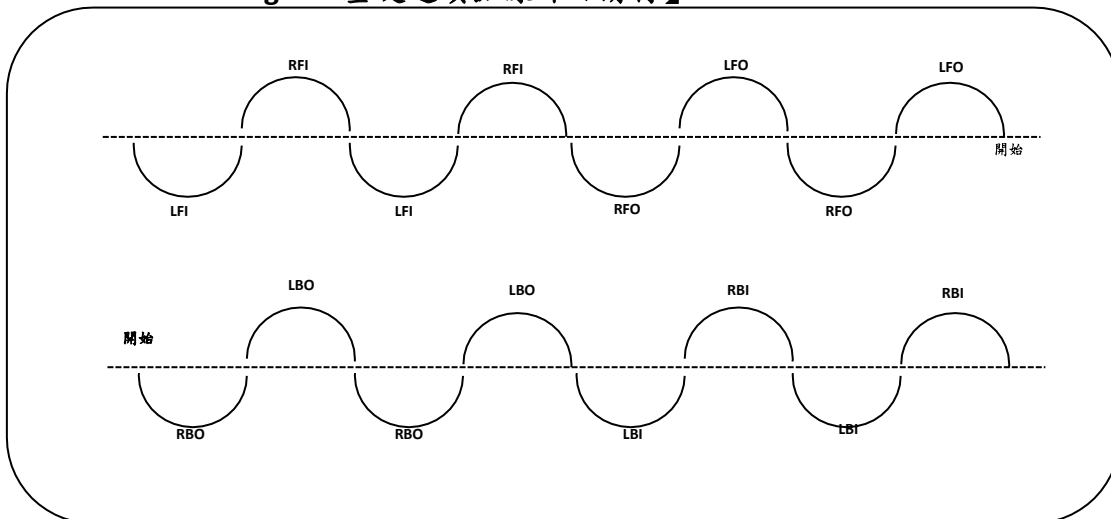
中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準

Move In The Field and Figure Skating Judging Form

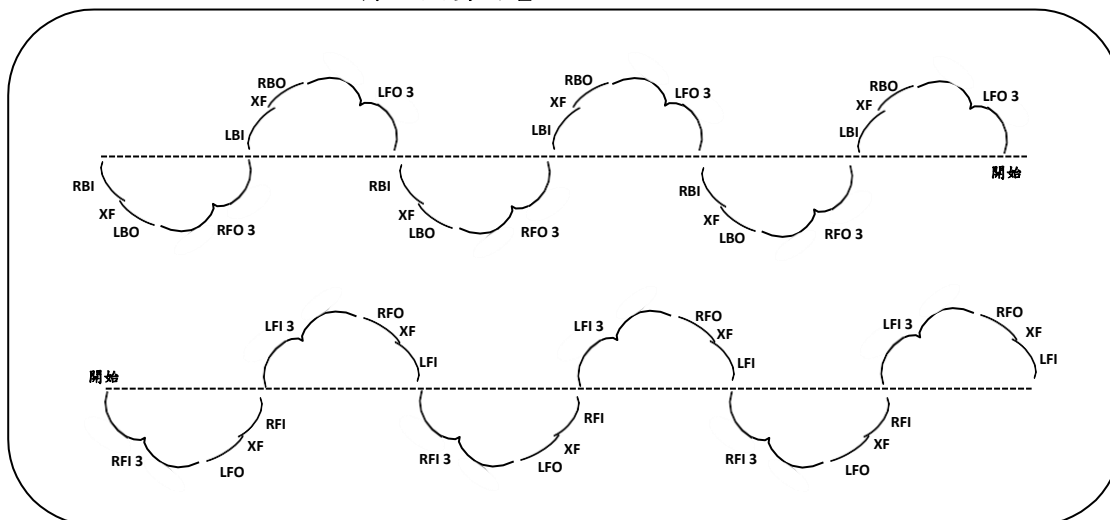
Chinese Taipei Skating Union

(外框為冰場範圍, 所做動作需符合規範及方向)

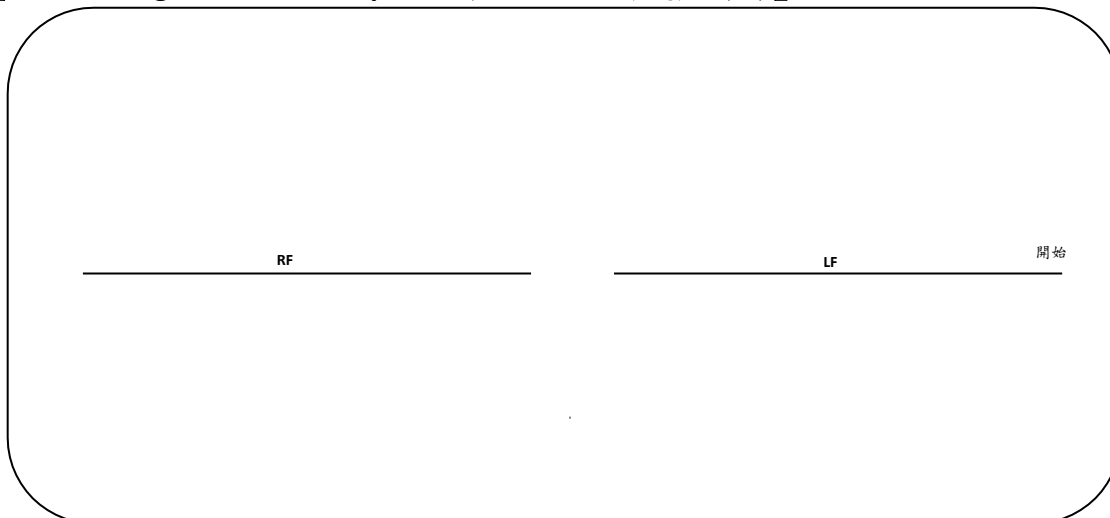
【Basic Consecutive Edges 基礎連續弧線踩刃滑行】



【Three-Turn and Crossovers 轉三與剪冰】



【Forward Right & Left foot Spirals 前進左、右腳飛燕滑行】



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 花式一級(指定技術動作)

選手姓名： _____ 註冊編號： _____
 檢定日期： _____ 檢定委員： _____

動作規定	執行狀況	評語	
<p style="text-align: center;">Forward Inside Pivot 前滑內刃蓮蓬</p> <p>起始前得自選步伐加速，一腳彎曲並固定膝蓋位置、保持齒尖固定在冰上一點，另一腳前進內刃繞著該點完成至少 1.5 圈的連續滑行，期間不得停止或不當加速。</p>	<p style="text-align: center;">(右前內)</p> <hr/> <p style="text-align: center;">(左前內)</p>		
<p style="text-align: center;">Backward Outside and Inside Edges 後退外刃及內刃滑行</p> <p>起始前得自選步伐做加速，必須完成至少連在一起的兩個外刃與兩個內刃的半圓弧形(如：外刃+外刃+內刃+內刃或是內刃+內刃+外刃+外刃)，手與自由足的姿勢不限，但須保持整體的身體姿勢與控制。每個半圓弧形的直徑至少要達該選手身高長，但不可超過三倍身高長。四個半圓形必須呈現在同一軸線上，每步須使用刃推冰。</p>			
<p style="text-align: center;">Two-Foot Spin 雙腳旋轉</p> <p>起始前得自選步伐做加速，進刃時雙腳不可以離地，雙腳必須保持在冰上並完成至少六圈中間不間斷的旋轉動作。其旋轉的軌跡不得超過該選手的冰刀三倍距離。</p>			
<p style="text-align: center;">Waltz Jump 華爾滋半圈跳躍</p> <p>起始前得自選步伐做加速，使用單腳前進外刃起跳，在空中轉體半圈，並用另一腳齒尖先觸冰再以後退外刃滑出。</p>			
<p style="text-align: center;">One-Half Flip 半圈菲利普跳躍</p> <p>起始前得自選步伐做加速，起跳時必須使用其中一隻腳的後退內刃加上另外一隻腳的齒尖點冰動作。跳躍動作是要往點冰腳的相反方向在空中轉體半圈，在空中時雙腳須伸直併攏，雙腳同時落地並微彎，換腳點齒尖落冰，再用另外一隻腳的前進內刃滑出。</p>			
<p style="text-align: center;">Waltz Jump Combination 華爾滋組合跳 (華爾滋跳+半圈點跳+半圈菲利普跳)</p> <p>起始前得自選步伐做加速，華爾滋跳(規定如上)，於落地時保持後退外刃，並利用自由足點冰向前轉體，再以原後退外刃之起跳腳的齒尖推冰，再用另一腳的前進外刃滑出後接著執行前進外刃轉三，再加上半圈菲利普跳躍(規定如上)。</p>			
檢定結果	通過		

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 花式二級(滑冰技巧---步伐檢定)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

動作規定	執行狀況	評語
<p style="text-align: center;">Forward Outside And Inside Spirals 前進外刃及內刃飛燕</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，以外刃飛燕起始，先執行其中一腳的外刃飛燕，再自選加速步伐執行對角線路線，並銜接另一腳的外刃飛燕，接著同樣的路線進行第二輪，做內刃飛燕。飛燕的自由足須延伸，其高度至少須與臀部同高。滑行距離須至少達選手四倍身高長。飛燕間之間的加速步法選手。</p>	(外刃)	
	(內刃)	
<p style="text-align: center;">Forward/Backward Stroking and Crossovers 前進/後退步伐與剪冰的滑行組合</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，前進內刃滑行與前剪冰組合 以及後退弓步推刃滑行與後剪冰組合，每一步的滑行長度至少要達選手的身高長，以軸心線為基準，三步要在同一個圓弧上，兩邊的圓弧大小要一致，並連續滑出 3-5 組，在過程中要用乾淨的刃推冰。</p>	(前進)	
	(後退)	
<p style="text-align: center;">Forward Inside Open Mohawk 前進內刃開式摩合克</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，每一步的推刃自由足都須要延伸，每一步的長度至少要達選手的身高長，以軸心線為基準，開放式摩合克完接續後退外刃，三步要在同一個圓弧上，兩邊的圓弧大小要一致，並連續滑出四半圓，在過程中要用乾淨的刃推冰。</p>		
<p style="text-align: center;">Alternating Backward Crossovers To Backward Outside Edges 後剪冰與後退外刃交替步法</p> <p>起始前得自選四步步伐做加速，後剪冰與後退外刃交替步法。組數依據選手身高，左右為一組，必須連續執行 3-6 組左右。</p>		
檢定結果	通過	未通過

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

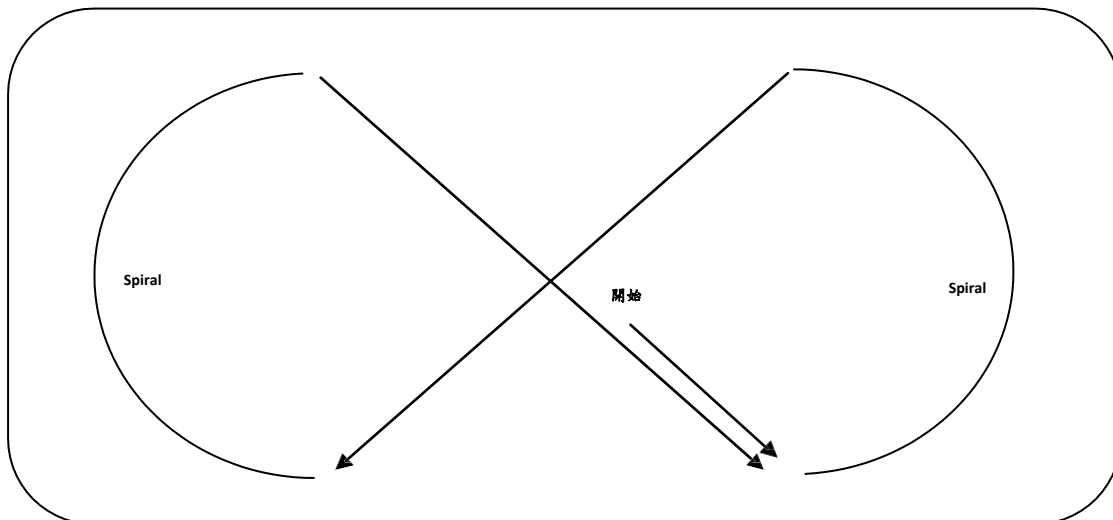
中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準

Move In The Field and Figure Skating Judging Form

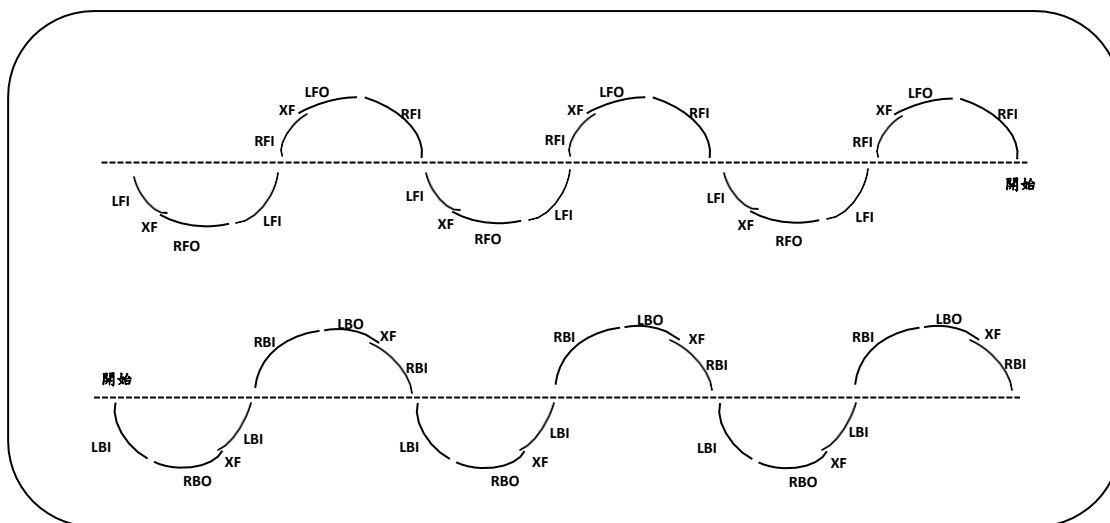
Chinese Taipei Skating Union

(外框為冰場範圍, 所做動作需符合規範及方向)

【Forward Outside And Inside Spirals 前進外刃及內刃飛燕】



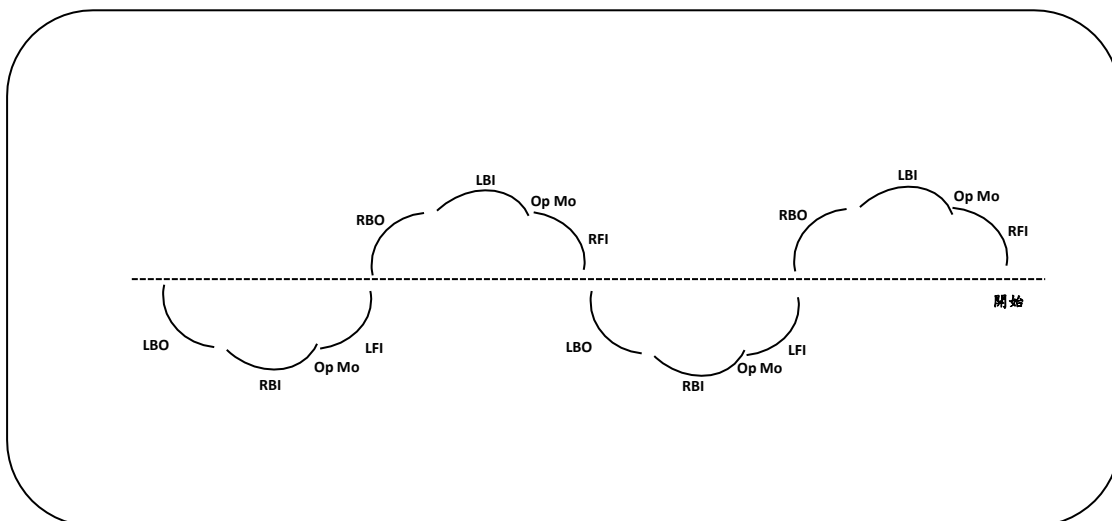
【Forward/Backward Stroking and Crossovers 前進/後退步伐與剪冰的滑行組合】



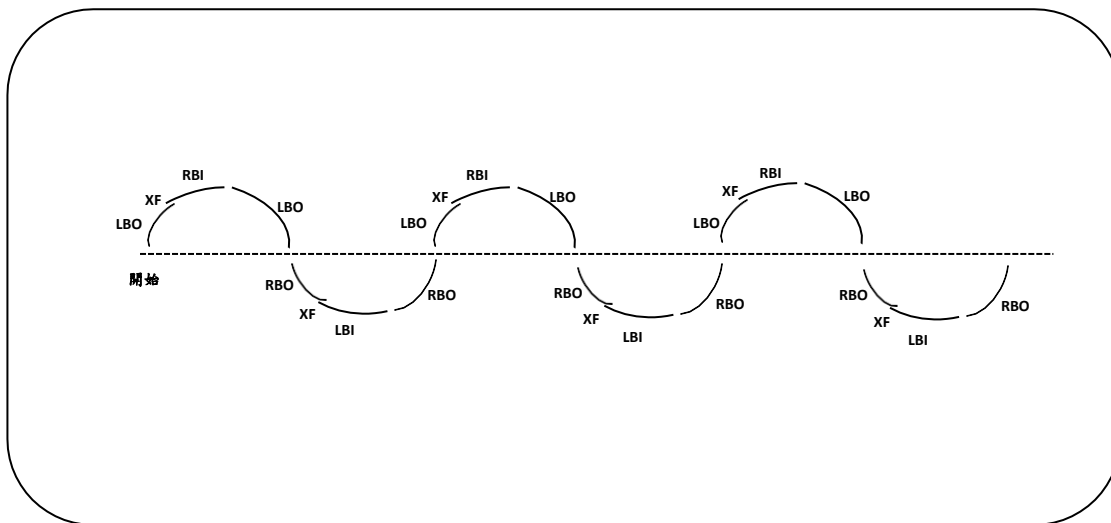
檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
 Move In The Field and Figure Skating Judging Form
 Chinese Taipei Skating Union

【Forward Inside Open Mohawk 前進內刃開式摩合克】



【Alternating Backward Crossovers To Backward Outside Edges 後剪冰與後退外刃交替步法】



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 花式二級(指定技術動作)

選手姓名： _____

註冊編號： _____

檢定日期： _____

檢定委員： _____

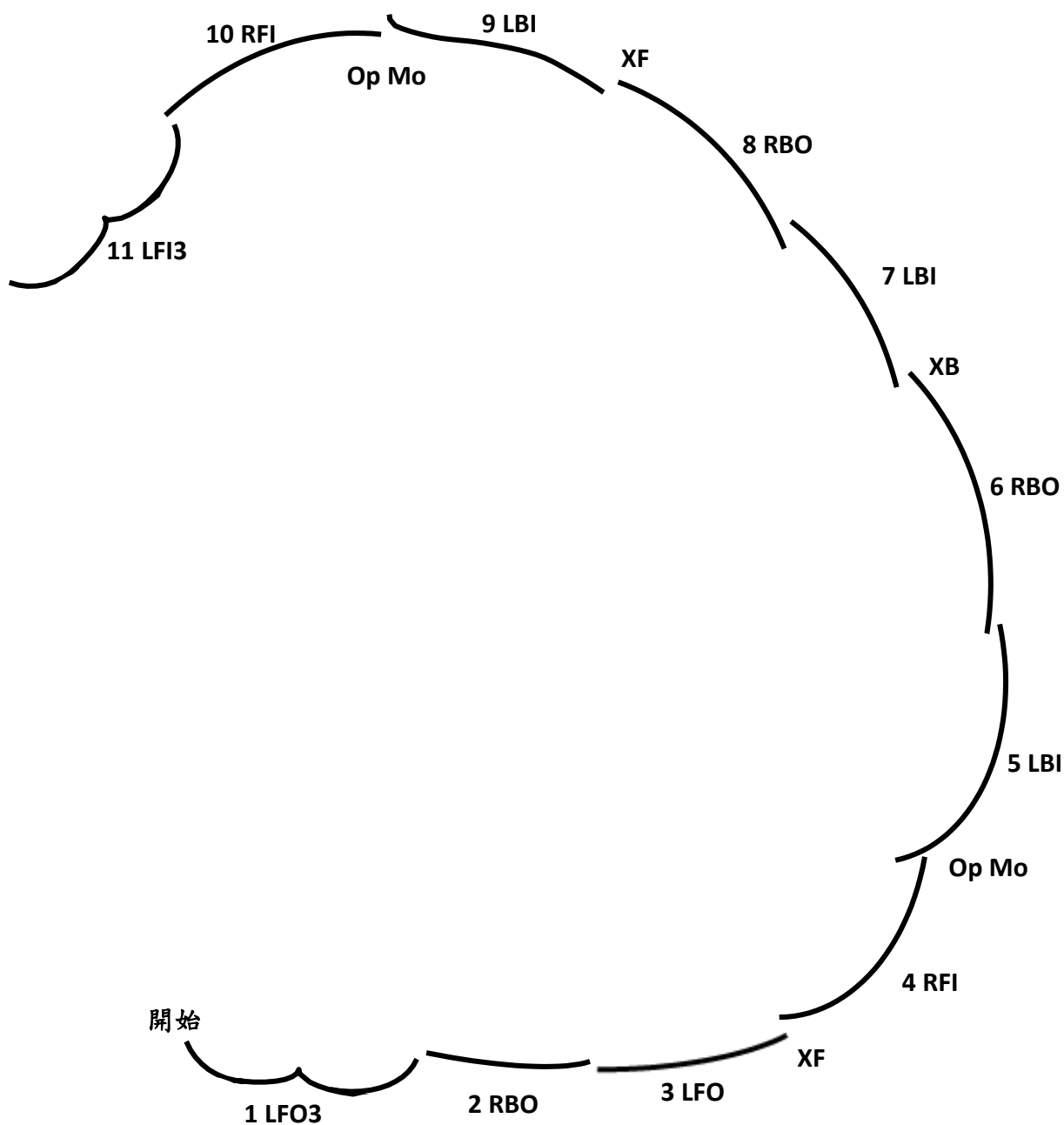
動作規定	執行狀況	評語
<p style="text-align: center;">Backward Inside Pivot 後滑內刃蓮蓬</p> <p>起始前得自選步伐加速，一腳彎曲並固定膝蓋位置、保持齒尖固定在冰上一點，另一腳後退內刃繞著該點完成至少 1.5 圈的連續滑行，期間不得停止或不當加速。</p>	<p>(右腳)</p> <p>(左腳)</p>	
<p style="text-align: center;">One-Foot Spin 單腳旋轉</p> <p>起始前得自選步伐做加速，以前進外刃進入旋轉姿勢，必須使用直立式姿勢完成至少六圈中間不間斷的旋轉動作，自由足的位置不限。其旋轉的軌跡不得超過該選手的冰刀三倍距離。</p>		
<p style="text-align: center;">Ballet Jump 芭蕾舞跳</p> <p>起始前得自選步伐做加速，以後退單腳滑行，其自由足向後方延伸，並點齒尖起跳，並往點冰腳的方向轉體半圈，在空中時原自由足須抬高至少至起跳點冰腳的膝蓋高度，雙腳在空中保持伸直，再使用原起跳點冰腳齒尖落冰，並立即用另一隻腳的前進內刃滑出。</p>		
<p style="text-align: center;">One-Half Lutz 半圈勒茲跳躍</p> <p>起始前得自選步伐做加速，起跳時必須使用其中一隻腳的後退外刃加上另外一隻腳的齒尖點冰動作。跳躍動作是要往點冰腳的相反方向在空中轉體半圈，在空中時雙腳須伸直併攏，雙腳同時落地，並換腳點齒尖落冰，再用另外一隻腳的前進內刃滑出。</p>		
<p style="text-align: center;">Waltz Jump + Ballet Jump Combination 華爾滋跳+芭蕾舞組合跳</p> <p>起始前得自選步伐加速，華爾滋跳(規定如花一)，於落地時保持後外刃，利用自由足點冰執行芭蕾舞(規定如上)。</p>		
<p style="text-align: center;">Dance Step Sequence 指定花式二級舞步</p> <p style="text-align: center;">詳細步法圖形如後頁</p>		
檢定結果	通過	

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

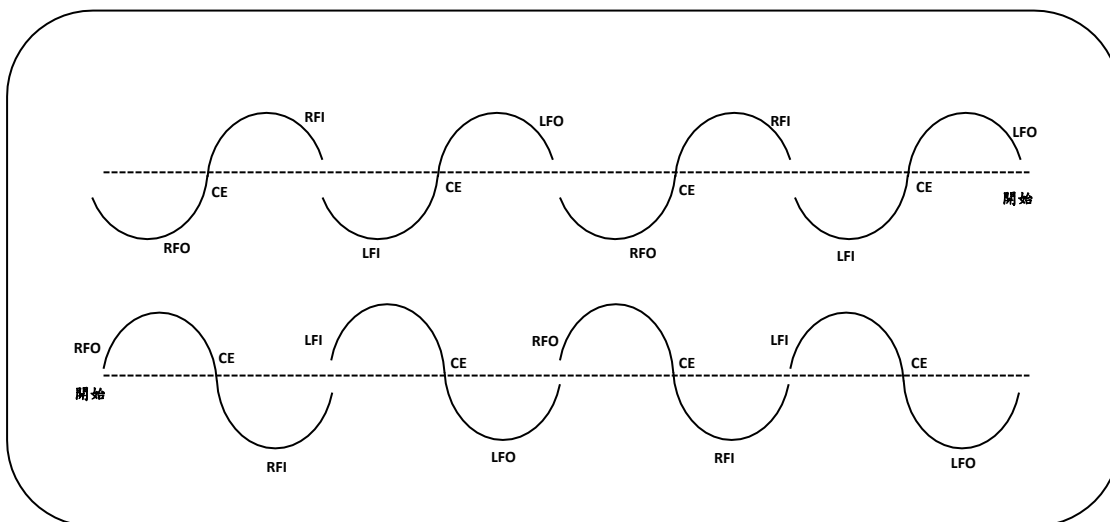
指定花式二級舞步



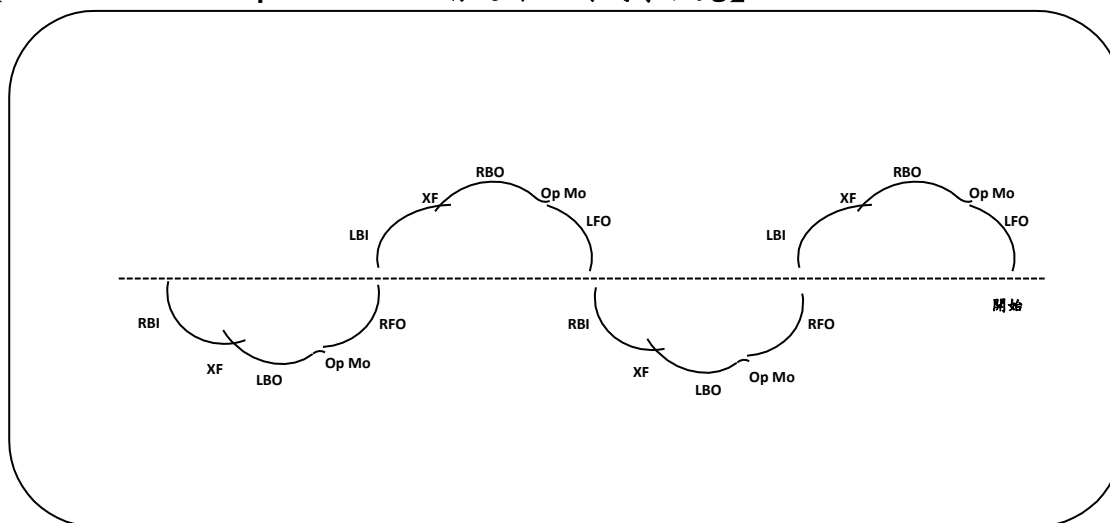
檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
 Move In The Field and Figure Skating Judging Form
 Chinese Taipei Skating Union

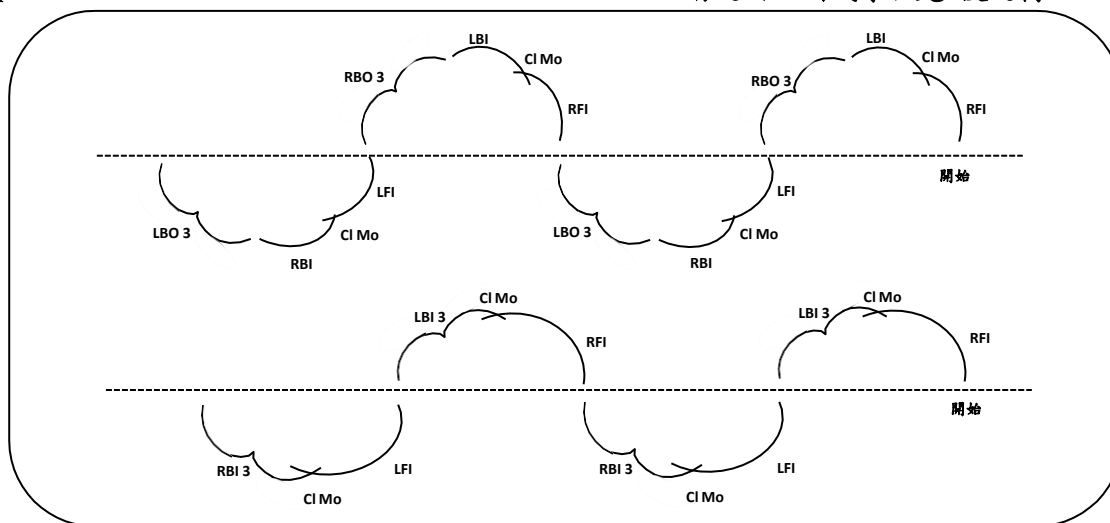
【Forward Change Edges 前進變刃組合】(外框為冰場範圍, 所做動作需符合規範及方向)



【Forward Outside Open Mohawk 前進外刃開式摩合克】



【Forward Inside Closed Mohawk+ Backward Three-Turn 前進內刃閉式摩合克+後退轉三組合】



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數---基本花式(指定技術動作)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

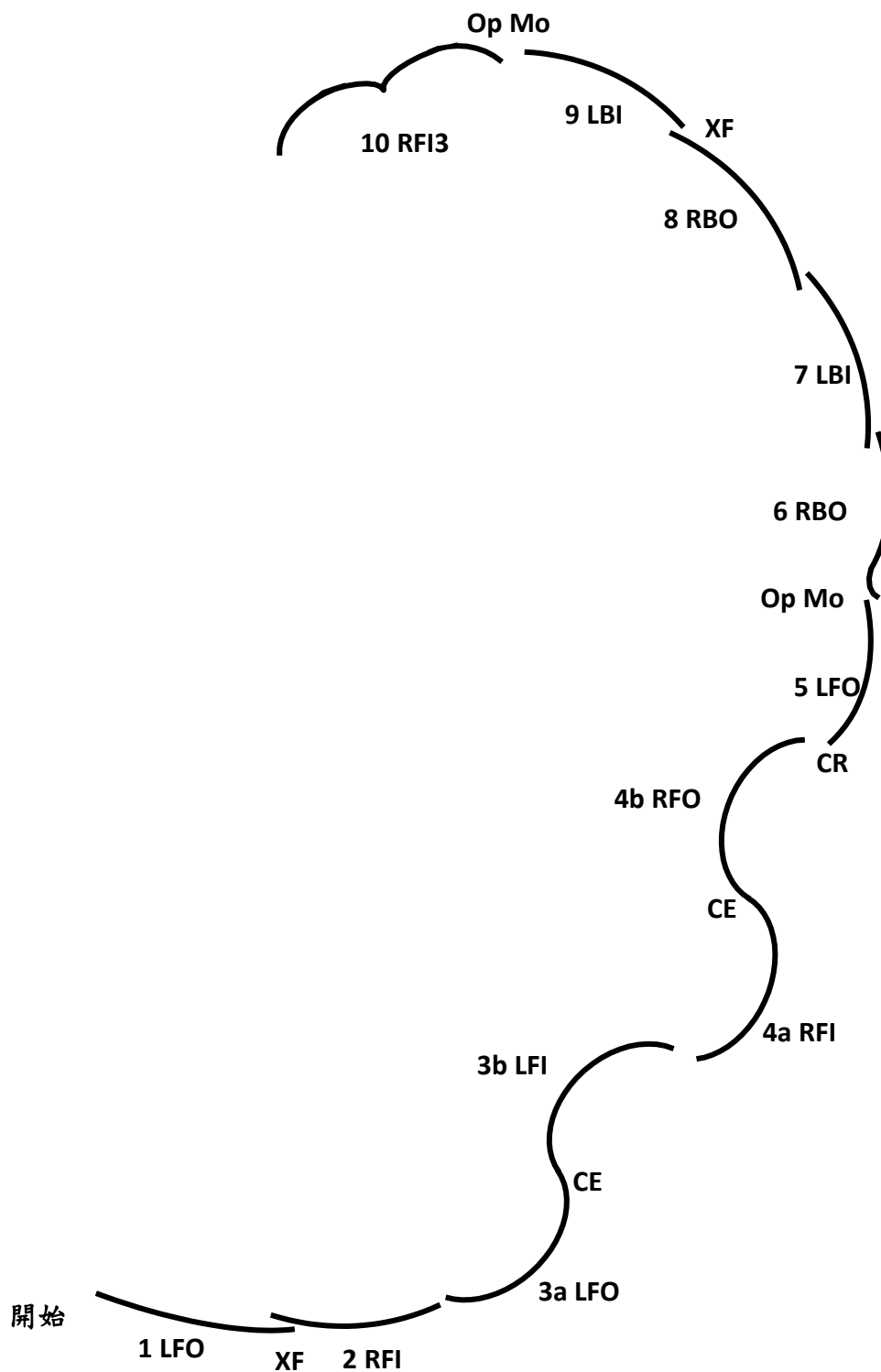
動作規定	執行狀況	評語		
<p style="text-align: center;">Backward Outside Pivot 後滑外刃蓮蓬一次</p> <p>起始前得自選步伐加速，一腳彎曲並固定膝蓋位置、保持齒尖固定在冰上一點，另一腳後外刃繞著該點完成至少 1.5 圈的連續滑行，期間不得停止或不當加速。可自選一隻腳執行。</p>				
<p style="text-align: center;">Upright Spin with Change of foot 換腳直立旋轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，以前進外刃進入旋轉，並以單腳直立姿勢執行，完成至少三圈的旋轉，換另一腳完成至少三圈的旋轉，再換回原本的腳旋轉三圈(此旋轉之推刃長度不可超過選手一半身長)。總圈數至少九圈，三個旋轉的自由足位置皆不限。</p>				
<p style="text-align: center;">Backward Spiral 後滑飛燕一次</p> <p>起始前得自選步伐加速，飛燕動作可執行任何一種刃(平刃、外刃或內刃)，其動作須保持在自由足伸直、抬高並至少與臀部同高，頭部抬高並保持看向前方，讓背部成為拱型。其滑行距離須至少達選手四倍身高長。手不可碰觸膝蓋含以下之肢體(含冰刀)。可自選一隻腳執行</p>				
<p style="text-align: center;">Salchow Jump 一圈沙克跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，使用其中一腳的後退內刃起跳，在空中必須往起跳腳進入弧線方向，完成一圈跳躍，並使用另外一腳的後退外刃落冰及滑出。</p>				
<p style="text-align: center;">Toe Loop 一圈拖路普跳</p> <p>起始前得自選步步法加速，以後退外刃滑行，同時使用另外一隻腳的齒尖協助起跳，要避免點冰足在冰上轉動，並完成往點冰足方向的空中轉體一圈跳躍，並用後退外刃落冰及滑出。</p>				
<p style="text-align: center;">Salchow Jump Combination 沙克組合跳</p> <p>起始前得自選步伐加速，按照順序完成組合跳：一圈沙克跳躍(規定如上)+一圈拖路普跳躍(規定如上)。</p>				
<p style="text-align: center;">Dance Step Sequence 指定花式三級舞步</p> <p style="text-align: center;">詳細步法圖形如後頁</p>				
檢定結果		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">通過</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">未通過</td> </tr> </table>	通過	未通過
通過	未通過			

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

基本花式舞步



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 初階花式 (滑冰技巧---步伐檢定)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

動作規定	執行狀況	評語
<p style="text-align: center;">Backward Outside and Inside Spirals 後退外刃及內刃飛燕</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，以外刃飛燕起始，先執行其中一腳的外刃飛燕，再自選加速步伐執行對角線路線，並銜接另一腳的外刃飛燕，接著同樣的路線進行第二輪，做內刃飛燕。飛燕的自由足須延伸與伸直，其高度至少須與臀部同高，滑行距離至少要達選手四倍身高長。</p>	<p>(外刃)</p> <hr/> <p>(內刃)</p>	
<p style="text-align: center;">Backward Change Edges 後退變刃組合</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，後退外刃變換刃成後退內刃，接續另一腳的後退內刃變換刃成後退外刃，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，變刃前後的兩邊圓弧大小要一致。</p>	<p>(右後外起)</p> <hr/> <p>(左後外起)</p>	
<p style="text-align: center;">FO-BI Three-Turn in the field 前外刃-後內刃轉三步法</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，一腳前進外刃轉三完，換另一個圓弧接續另一腳後退內刃轉三，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，兩邊轉三的圓弧大小要一致，過程中皆不可用齒尖推刃。</p>	<p>(左前外起)</p> <hr/> <p>(右前外起)</p>	
<p style="text-align: center;">FI-BO Three-Turn in the field 前內刃-後外刃轉三步法</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，一腳前進內刃轉三完，換另一個圓弧接續另一腳後退外刃轉三，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，兩邊轉三的圓弧大小要一致，過程中皆不可用齒尖推刃。</p>	<p>(左前內起)</p> <hr/> <p>(右前內起)</p>	
檢定結果	通過	未通過

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

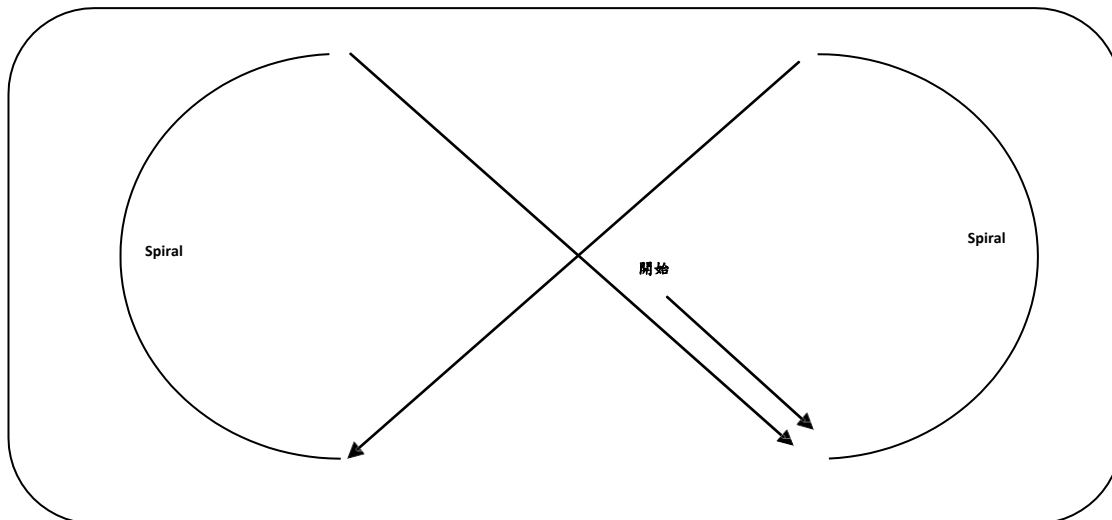
中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準

Move In The Field and Figure Skating Judging Form

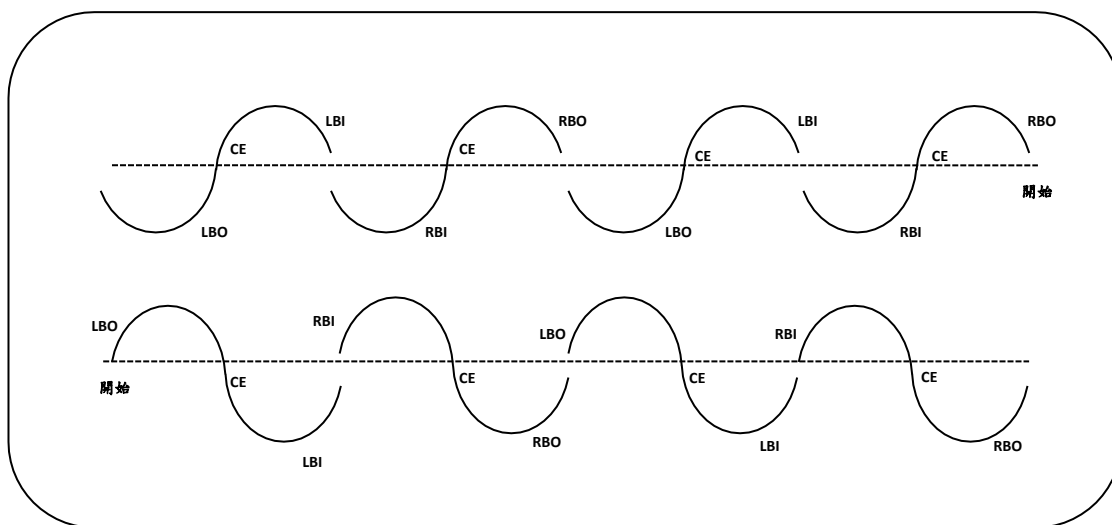
Chinese Taipei Skating Union

(外框為冰場範圍. 所做動作需符合規範及方向)

【Backward Outside And Inside Spirals 後退外刃及內刃飛燕】



【Backward Change Edges 後退變刃組合】



檢定委員簽名：_____

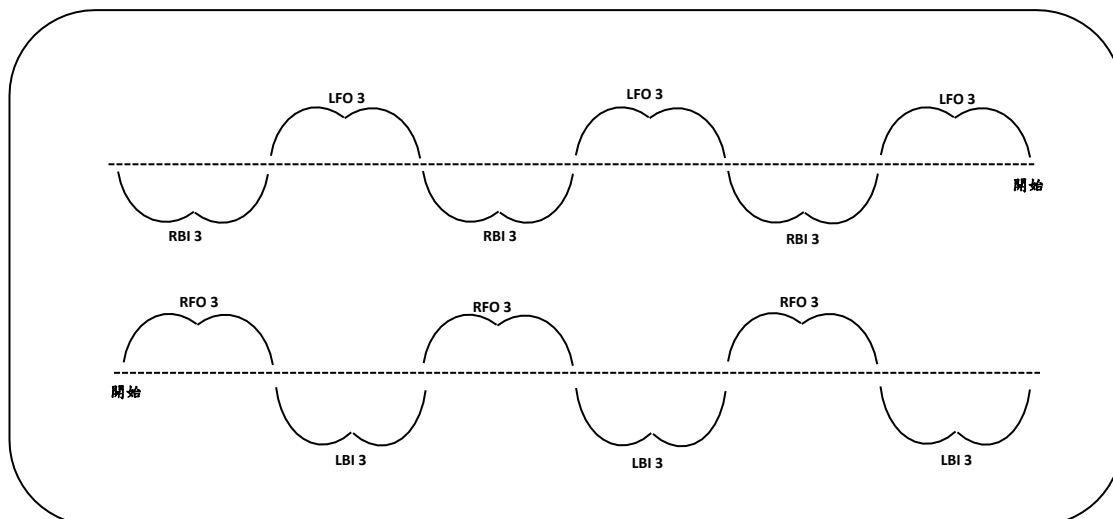
中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準

Move In The Field and Figure Skating Judging Form

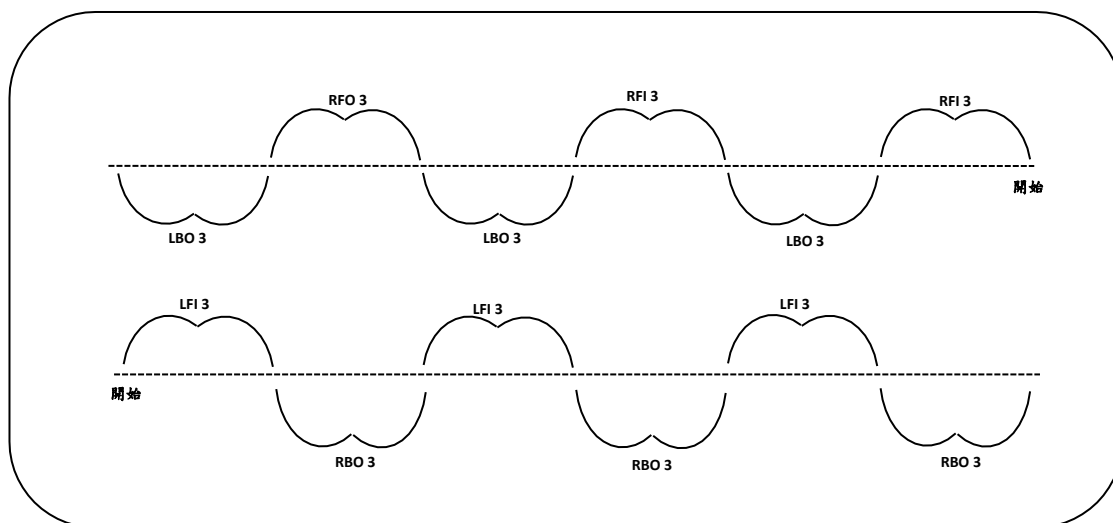
Chinese Taipei Skating Union

(外框為冰場範圍. 所做動作需符合規範及方向)

【FO-BIThree-Turnin thefield前外刃-後內刃轉三步法】



【FI-BOThree-Turnin thefield前內刃-後外刃轉三步法】



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數---初階花式(指定技術動作)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

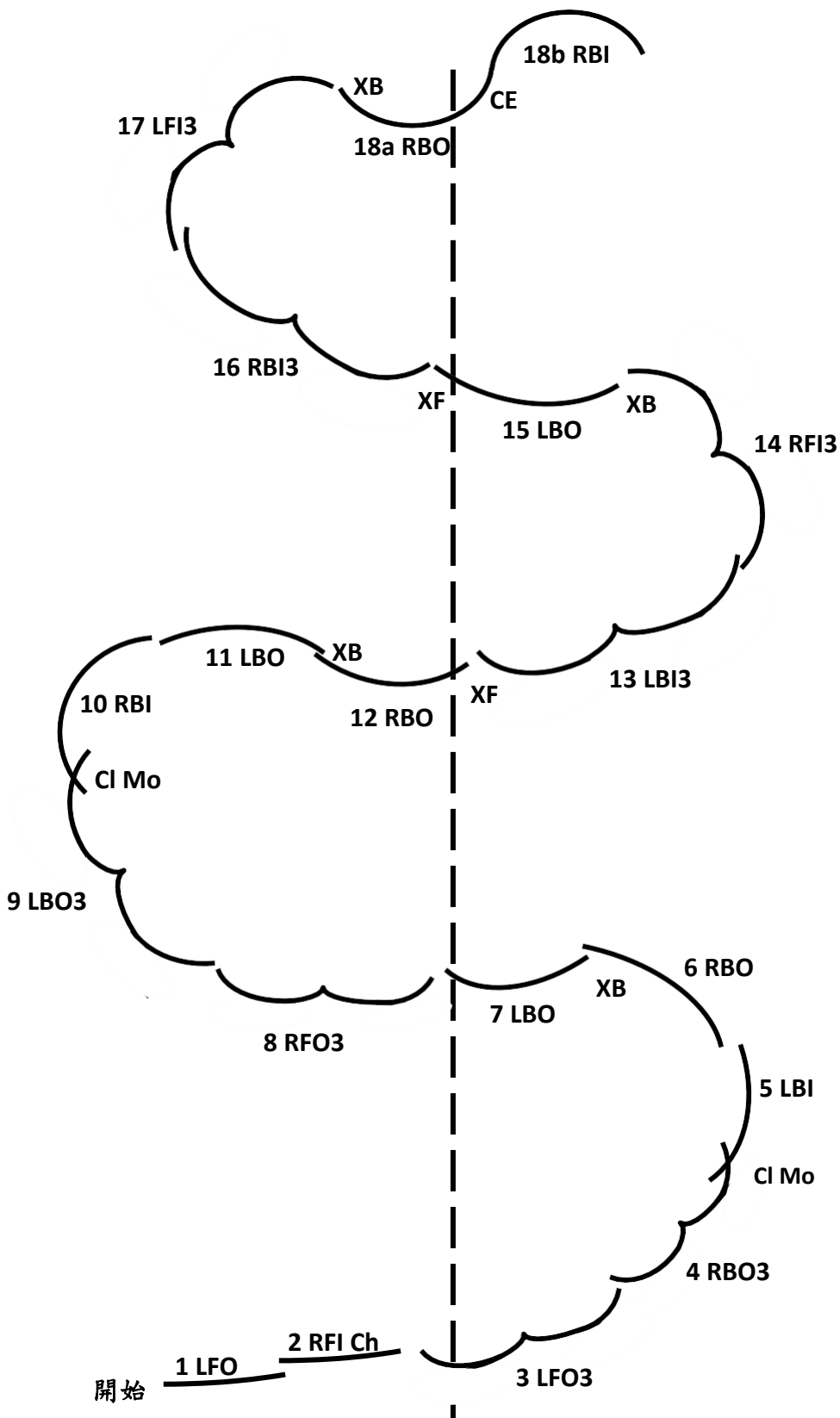
動作規定	執行狀況	評語	
<p style="text-align: center;">Sit Spin 蹲轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，以前進外刃進入旋轉，必須完成至少六圈中間不間斷的旋轉動作，於旋轉期間，臀部的高度要在滑冰足膝蓋以下，自由足擺放在身體前方，背部須要伸直。其旋轉的軌跡不得超過該選手的冰刀三倍距離。站起時自由足不可觸碰到冰面。</p>			
<p style="text-align: center;">Flip Jump 一圈菲利普跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，以一腳的後退內刃滑行，同時使用另外一隻腳的齒尖協助起跳，在空中必須往起跳腳進入弧線的方向完成轉體一圈跳躍，並使用原點冰腳之後退外刃落冰及滑出。</p>			
<p style="text-align: center;">Loop Jump 一圈路普跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，以一腳的後退外刃滑行起跳，在空中必須往起跳腳進入後退外刃的弧線方向完成轉體一圈跳躍，並使用起跳腳之後退外刃落冰及滑出。</p>			
<p style="text-align: center;">Flip Jump Combination 菲利普組合跳</p> <p>起始前得自選步伐加速，按照順序完成組合跳：一圈菲利普跳躍(規定如上)+一圈路普跳躍(規定如上)。</p>			
<p style="text-align: center;">Dance Step Sequence 指定花式四級舞步</p> <p style="text-align: center;">詳細步法圖形如後頁</p>			
檢定結果		通過	未通過

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
 Move In The Field and Figure Skating Judging Form
 Chinese Taipei Skating Union

初階花式舞步



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 中階花式 (滑冰技巧---步伐檢定)

選手姓名： _____ 註冊編號： _____
 檢定日期： _____ 檢定委員： _____

動作規定	執行狀況	評語	
Forward Double Three-Turns 前進雙轉三			
起始前得自選四步步伐加速，一腳前進雙轉三完，接續另一腳前進雙轉三，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，兩邊轉三的圓弧大小要一致，過程中皆不可用齒尖推刃。	(外刃)		
	(內刃)		
Forward Bracket 前進括弧			
起始前得自選四步步伐加速，一腳前進括弧完，可停下或直接連接另一腳前進括弧，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，兩邊括弧的圓弧大小要一致，過程中皆不可用齒尖推刃。	(外刃)		
	(內刃)		
Closed FO-BI Choctaw 閉式前外-後內查克特			
起始前得自選四步步伐加速，一腳前進外刃起步的封閉式查克特，並以後退內刃滑出為一組，組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，封閉式查克特前後刃的圓弧大小要一致，過程中皆不可用齒尖推刃。	(左前外起)		
	(右前外起)		
檢定結果		通過	未通過

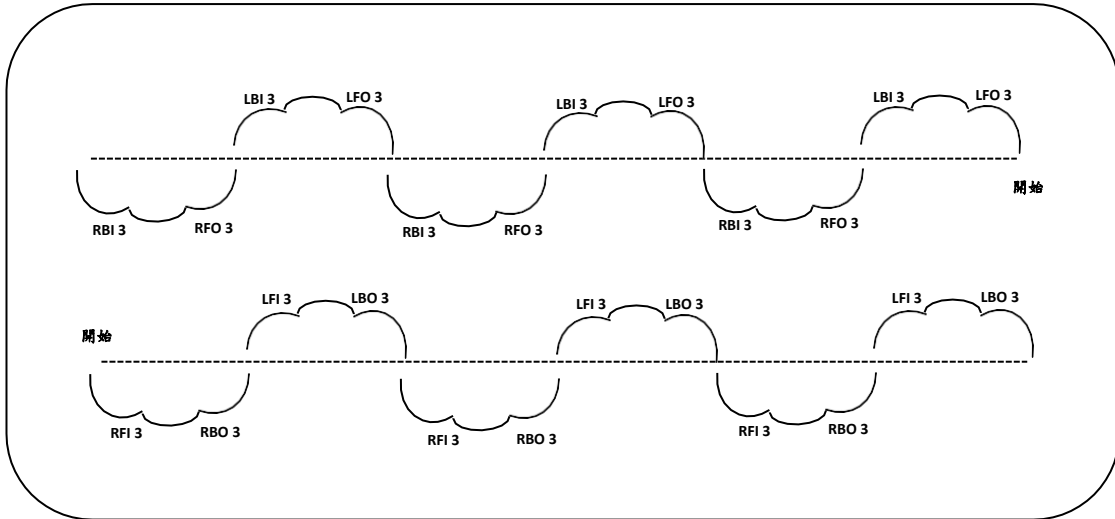
- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

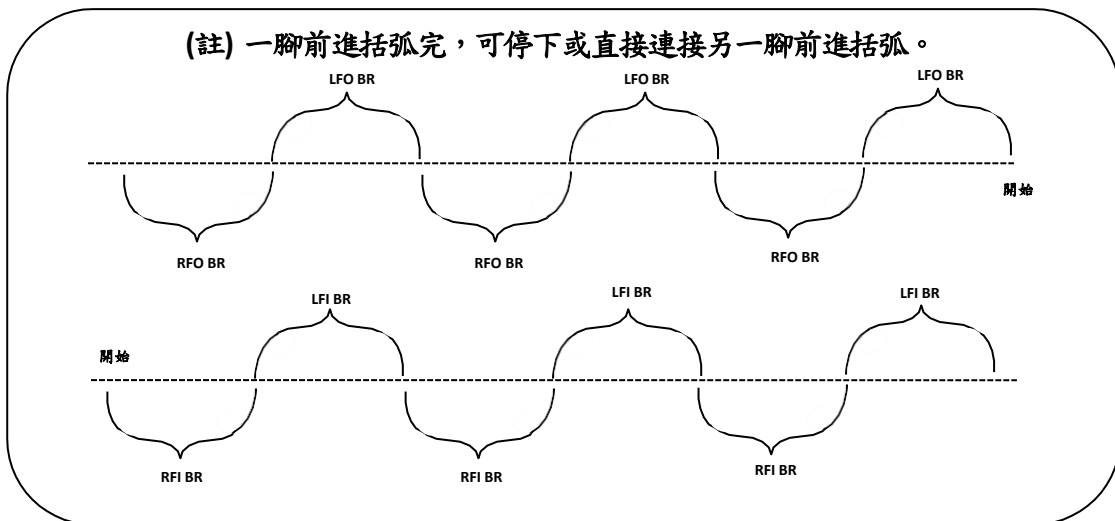
中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
 Move In The Field and Figure Skating Judging Form
 Chinese Taipei Skating Union

(外框為冰場範圍, 所做動作需符合規範及方向)

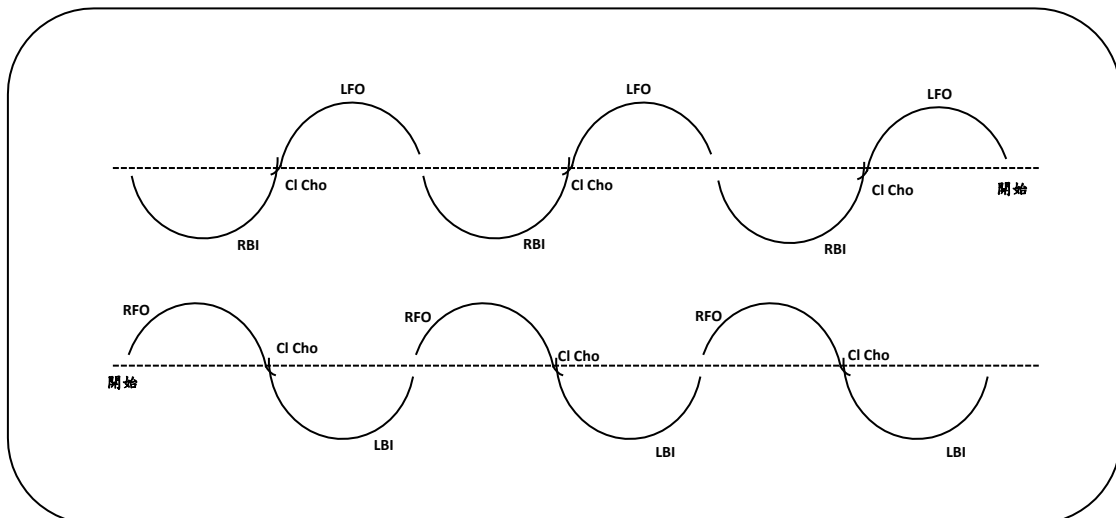
【Forward Double Three-Turns 前進雙轉三】



【Forward Bracket 前進括弧】



【Closed FO-BI Choctaw 閉式前外-後內查克特】



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數---中階花式(指定技術動作)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

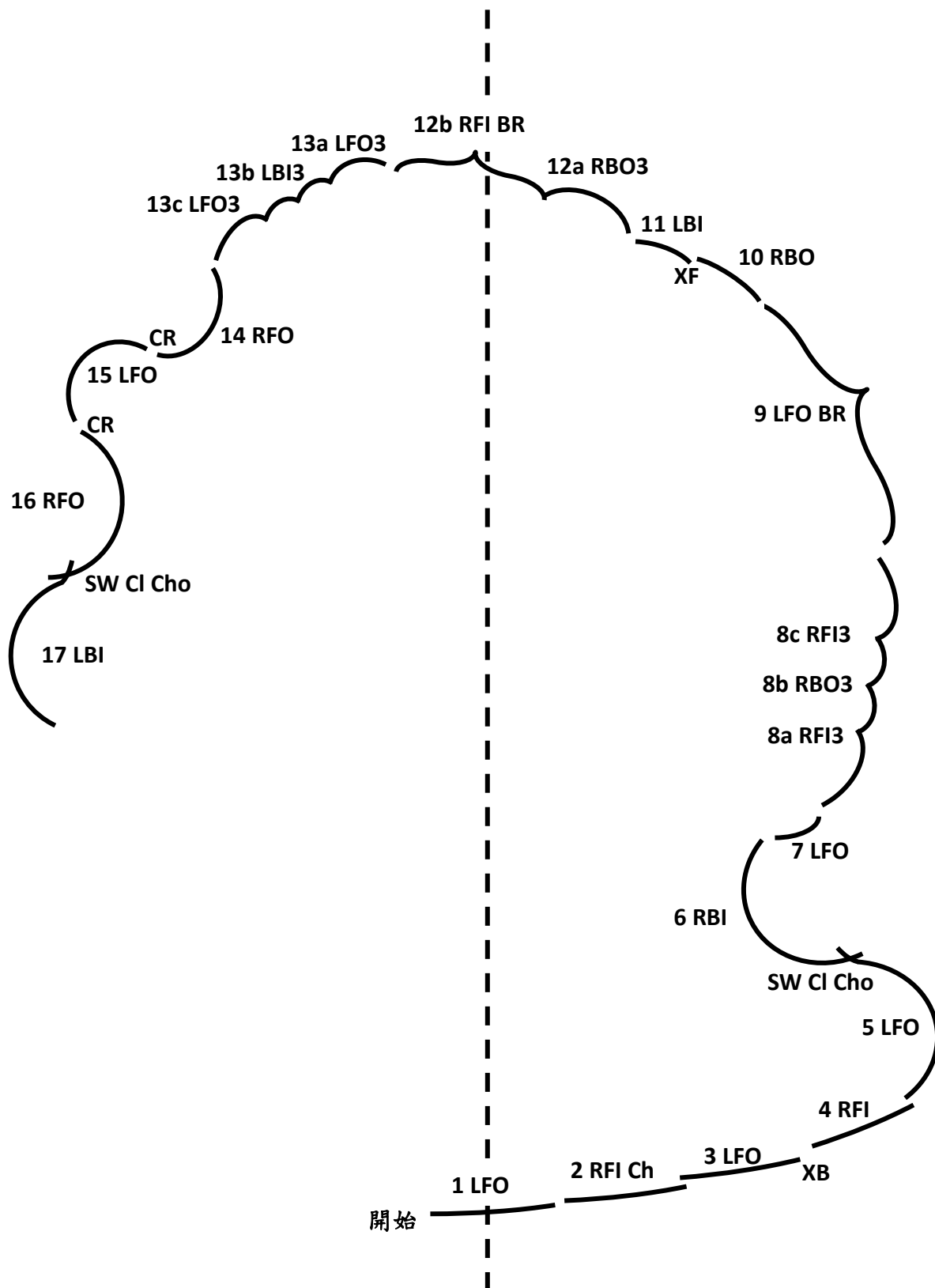
動作規定	執行狀況	評語
<p style="text-align: center;">Camel Spin 飛燕旋轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，以前進外刃進入旋轉，必須完成至少六圈中間不間斷的旋轉動作，於旋轉期間要保持自由足延伸並伸直在身體後方，其高度至少與臀部同高，雙臂向外延伸，頭部抬高並保持看向前方，讓背部成為拱型。其旋轉的軌跡不得超過該選手的冰刀三倍距離。</p>		
<p style="text-align: center;">Fast Back Scratch Spin 後向快速直立旋轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，以前進內刃進入旋轉，轉為使用直立姿勢執行後外刃方向，並完成至少九圈的旋轉。在旋轉最後自由足必須交叉在滑冰足前方。</p>		
<p style="text-align: center;">Combination Spin with Change of foot 組合旋轉：飛燕-蹲轉-後向直立旋轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，以前進外刃進入旋轉，須完成至少三圈的飛燕旋轉，然後換成蹲轉姿勢並維持三圈，再轉換成另一腳的後向直立式旋轉並至少維持三圈。每個旋轉姿勢都須符合之前提及的標準。</p>		
<p style="text-align: center;">Lutz Jump 一圈勒茲跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，起跳時必須使用其中一隻腳的後退外刃，加上另外一隻腳的齒尖點冰動作。跳躍動作是要往點冰腳的相反方向在空中轉體一圈，並使用點冰腳之後退外刃落冰及滑出。</p>		
<p style="text-align: center;">Axel Jump 一圈艾克索跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，使用單腳前進外刃起跳，在空中轉體一圈半，並用另一隻腳齒尖先觸冰再以後退外刃滑出。起跳進入的弧線允許輕微的側滑，但冰刀的轉動不可於冰面上超過四分之一圈，以免選手變成向後方起跳。</p>		
<p style="text-align: center;">Axel Jump Combination 艾克索組合跳</p> <p>起始前得自選步伐加速，按照順序完成組合跳：艾克索跳躍(規定如上)+一圈拖路普跳躍(規定如花三)。</p>		
<p style="text-align: center;">Dance Step Sequence 指定花式五級舞步</p> <p style="text-align: center;">詳細步法圖形如後頁</p>		
檢定結果	通過	未通過

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
 Move In The Field and Figure Skating Judging Form
 Chinese Taipei Skating Union

中階花式舞步



檢定委員簽名：_____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數 --- 高階花式(滑冰技巧---步伐檢定)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

動作規定	執行狀況	評語	
<p style="text-align: center;">Backward Double Three-turns 後退雙轉三</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，一腳後退雙轉三完，接續另一腳後退雙轉三，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，兩邊轉三的圓弧大小要一致。</p>	(外刃)		
	(內刃)		
<p style="text-align: center;">Backward Bracket 後退括弧</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，一腳後退括弧完，利用封閉式摩擦克接續另一腳後退括弧，此為一組動作。組數依據選手身高，須連續執行 3-4 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，兩邊括弧的圓弧大小要一致。</p>	(外刃)		
	(內刃)		
<p style="text-align: center;">Forward Twizzles 前進捻轉步</p> <p>起始前得自選四步步伐加速，【前進外刃捻轉步】兩次前進外刃搖滾步，第三次前進外刃搖滾步完直接前進外刃捻轉步 2 圈半，以後退內刃滑出，再接續另一邊。【前進內刃捻轉步】兩次前進內刃搖滾步，第三次前進內刃搖滾步完直接前進內刃捻轉步 2 圈半，以後退外刃滑出，再接續另一邊。</p> <p>組數依據選手身高，兩種捻轉步須連續執行 2-3 組左右。每一圓弧的直徑至少要達選手身高長，以軸心線為基準，過程中皆不可用齒尖推刀。</p>	(外刃)		
	(內刃)		
檢定結果		通過	未通過

- 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

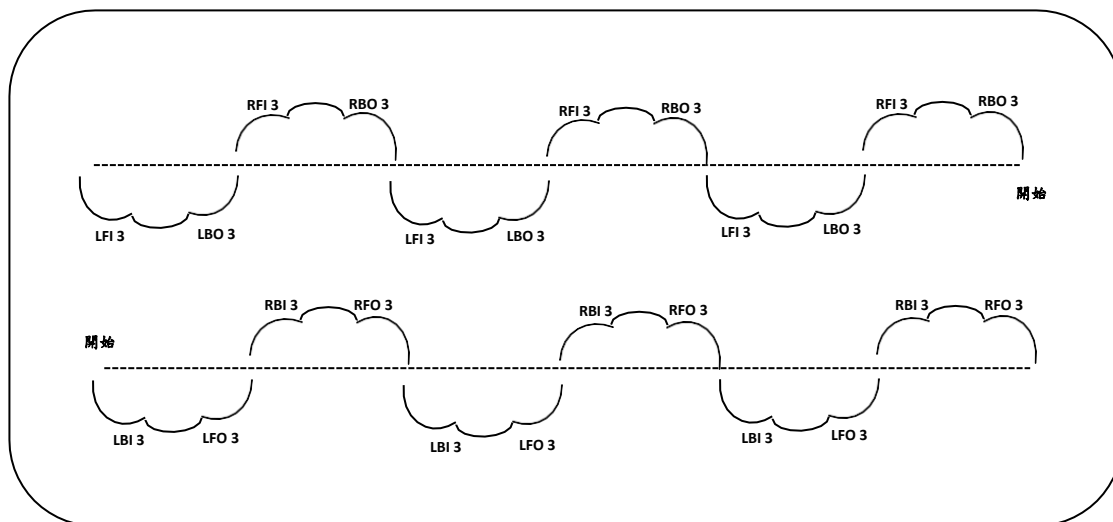
中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準

Move In The Field and Figure Skating Judging Form

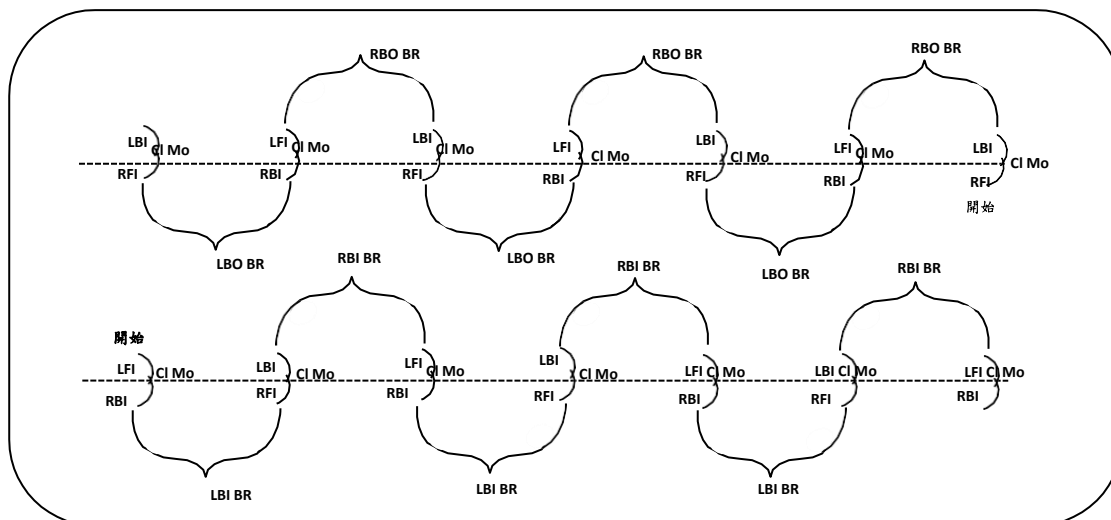
Chinese Taipei Skating Union

(外框為冰場範圍, 所做動作需符合規範及方向)

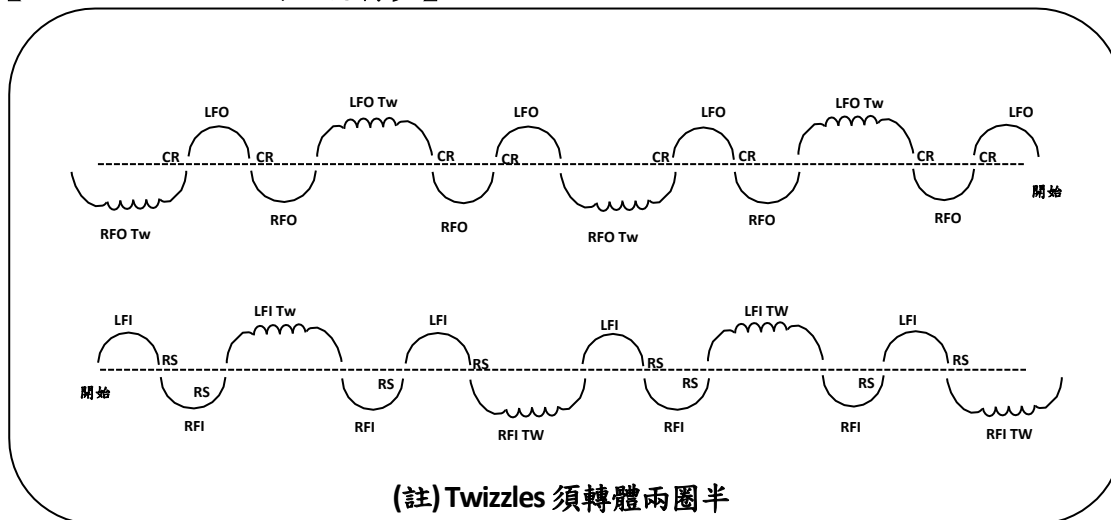
【Backward Double Three-Turns 後退雙轉三】



【Backward Bracket 後退括弧】



【Forward Twizzles 前進捻轉步】



(註) Twizzles 須轉體兩圈半

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
Move In The Field and Figure Skating Judging Form
Chinese Taipei Skating Union

檢定級數---高階花式(指定技術動作)

選手姓名： _____
 檢定日期： _____

註冊編號： _____
 檢定委員： _____

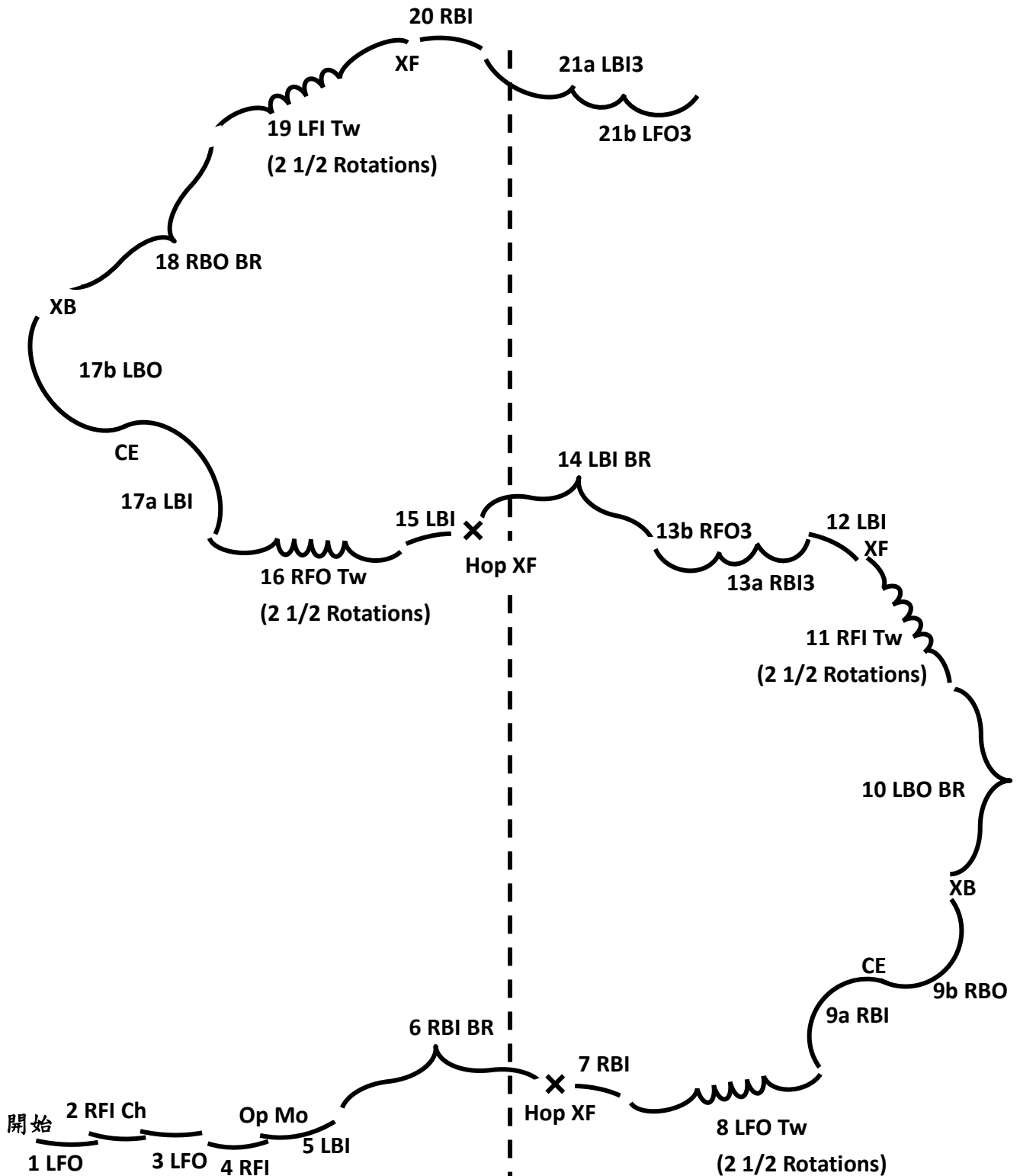
動作規定	執行狀況	評語		
<p style="text-align: center;">Split Jump 半圈分腿跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，起跳時須使用其中一隻腳的後退外刃或內刃，加上另外一隻腳的齒尖點冰動作。跳躍動作是要往點冰腳的相反方向在空中轉體半圈。在空中時雙腳皆要向外延伸，使雙腿形成等於或是大於 90 度的角度，雙腳與冰面的距離應要相等。落冰須使用非起跳點冰腳向前落地，並立即用另外一隻腳向前滑出。</p>				
<p style="text-align: center;">Split Falling Leaf Jump 半圈後外分腿跳躍</p> <p>起始前得自選步伐加速，使用其中一腳後外刃起跳，跳躍動作須往起跳腳進入後退外刃的弧線方向完成轉體半圈跳躍。在空中時雙腳皆要向外延伸，使雙腿形成等於或大於 90 度的角度，雙腳與冰面距離要相等。落冰須用非起跳腳向前落地，並立即用另一隻腳向前滑出。</p>				
<p style="text-align: center;">Layback spin or Sit spin with change of foot 後仰躬身轉或換足蹲轉</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 後仰躬身轉 <input type="checkbox"/> 換足蹲轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，【後仰躬身轉】以前進外刃進入旋轉，進行旋轉時，背部須向後成拱形、自由足向後方延伸、頭部向後至肩膀之下、手部位置不限，到位後須完成至少六圈中間不間斷的旋轉動作。 【換足蹲轉】以前進外刃進入旋轉，並以蹲轉姿勢(臀部要在滑冰足膝蓋之下的位置，自由足擺放在身體前方，背部須要伸直)執行，完成至少三圈的旋轉，換另一腳完成至少三圈的旋轉，再換回原本的腳旋轉三圈(原地直接換腳為佳若採推刀方式長度不可超過選手一半身長)。總圈數至少九圈。</p>				
<p style="text-align: center;">Spin Combination with Three positions and change of foot 換腳組合旋轉</p> <p>起始前得自選步伐加速，須完成一組包含最少三個下列姿勢選項的組合轉：蹲轉、後向蹲轉、燕式轉、後向燕式轉、後仰躬身轉，每個旋轉姿勢都須符合之前提及的標準，每個姿勢必須完成至少三圈不間斷的旋轉動作。舉例註解：飛燕旋轉-蹲轉-後向蹲轉 或 飛燕旋轉-後向飛燕旋轉-後向蹲轉 或 後仰躬身轉-蹲轉-後向蹲轉。</p>				
<p style="text-align: center;">Double Salchow Jump or Double Toe Loop Jump 兩圈沙克跳躍 或 兩圈拖路普跳</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 兩圈沙克跳躍 <input type="checkbox"/> 兩圈拖路普跳</p> <p>起始前得自選步伐加速。兩圈沙克跳躍：兩圈拖路普跳。</p>				
<p style="text-align: center;">Double Salchow/Double Toe Loop + Single Toe Loop 兩圈兩圈沙克或兩圈拖路普組合跳</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 兩圈沙克+一圈拖路普 <input type="checkbox"/> 兩圈拖路普+一圈拖路普</p> <p>起始前得自選步伐加速，按照順序完成組合跳：兩圈沙克(規定如上)+一圈拖路普或兩圈拖路普+一圈拖路普。</p>				
<p style="text-align: center;">Dance Step Sequence 指定六級舞步</p> <p style="text-align: center;">詳細步法圖形如後頁</p>				
檢定結果		<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; border: none;">通過</td> <td style="width: 50%; border: none;">未通過</td> </tr> </table>	通過	未通過
通過	未通過			

• 在動作執行中若有失敗，每個動作僅能有第二次執行的機會。

檢定委員簽名： _____

中華民國滑冰協會花式滑冰各級步法與動作能力檢定評分標準
 Move In The Field and Figure Skating Judging Form
 Chinese Taipei Skating Union

高階花式舞步



檢定委員簽名：_____