

kraso bruslení

GABRIELA HRÁZSKÁ

• škola bruslení • choreografie • pravidla

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



Copyright © Grada Publishing, a.s.

Touto knihou bych chtěla poděkovat především mým rodičům, kteří mě do světa krasobruslení přivedli a po celou dobu významně podporovali. Mé poděkování patří rovněž panu PaedDr. Petru Starcovi, který ochotně přispěl svými dlouholetými trenérskými zkušenostmi k napsání této knihy.

Gabriela Hrázská

Krasobruslení

Recenzent PaedDr. Petr Starec

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Prùhonu 22, 170 00 Praha 7
obchod@gradapublishing.cz, www.grada.cz
tel.: +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
jako svou 2446. publikaci

Odpovìdná redaktorka Magdalena Hrábková
Grafická úprava Jiřì Pros
Jazyková úprava Jitka Benešová
Sazba Kvìta Chudomelková
Ilustrace Monika Wolfová
Návrh obálky Trilabit s.r.o.
Grafická úprava obálky Artedit s.r.o., Praha
Fotografie archiv autora
Počet stran 108
První vydání, Praha 2006
Vytiskly Tiskárny Havlíèkùv Brod, a.s.
Husova ulice 1881, Havlíèkùv Brod

© Grada Publishing, a.s., 2006

ISBN 80-247-0984-8 (tištìná verze)
ISBN 978-80-247-6152-7 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011



▶ Úvod	7
▶ Výlet do bruslařské historie	8
Bruslařské počátky	8
Moderní bruslení	8
Historie soutěží	13
▶ Z pravidel krasobruslení	14
Krasobruslařské organizace	14
Krasobruslařské disciplíny	14
Systém soutěží	14
Charakteristiky a základní pravidla jednotlivých krasobruslařských disciplín	15
Nový systém hodnocení	18
▶ Základní krasobruslařské vybavení	22
Krasobruslařské boty	22
Krasobruslařské brusle	23
Krasobruslařské oblečení	25
▶ Malá škola bruslení	27
Metodická řada základního bruslařského výcviku	27
Pohybové hry	50
▶ Technika krasobruslení	53
Základní bruslařské elementy	53
Bruslařské skoky	56
Piruety	68
Sportovní dvojice	75
Tance na ledě	80
Synchronizované bruslení	84
▶ Krasobruslařská choreografie	87
Kritéria krasobruslařské choreografie	87
Výběr hudebního doprovodu	89
Vlastní choreografická práce	90
▶ Organizace tréninku	92
Sportovní trénink	92
Trenér pedagogem i psychologem	93
Biologicko-psychologické charakteristiky dětí a mladistvých	93
Formy sportovního tréninku	95



Etapy sportovního tréninku	95
Plánování cyklů sportovního tréninku	96
Tréninková jednotka	98
▶ Všeobecná tělesná příprava	100
Kondiční trénink	100
Baletní a taneční příprava	102
Gymnastika	103
Strečinková cvičení	103
Regenerace	104
▶ Literatura	105

Úvod



Krasobruslení patří k velmi specifickým sportovním odvětvím. Již samotné označení spojující slova „kraso“ a „bruslení“ charakterizuje jeho dvě nepostradatelné složky – sportovní a umělecký projev. S jistotou lze říci, že krasobruslení patří k nejkrásnějším sportům, ale stejně tak i k těm nejnáročnějším, neboť od sportovců vyžaduje vysokou úroveň všestrannosti. Kromě vynikajících fyzických kvalit musí být krasobruslaři vybaveni i výbornou schopností interpretovat charakter hudebního doprovodu. Jedinečnost tohoto sportu tudíž spočívá v dokonalé harmonii náročných sportovních výkonů s dokonalým uměleckým vyjádřením přeneseným na ledovou plochu a přizpůsobeným bruslařskému pohybu.

Hlavním impulsem k vydání této publikace byla především snaha podat odborně-populární formou ucelený pohled na problematiku krasobruslení a oslovit tak nejširší okruh aktivních i pasivních zájemců o tento krásný sport. Dalším důvodem byla i dlouholetá absence podobně zaměřeného titulu na českém knižním trhu a zároveň snaha tuto mezeru alespoň částečně vyplnit.

Publikace je rozdělena do devíti stěžejních kapitol, které přístupnou a srozumitelnou formou provedou čtenáře základními oblastmi krasobruslařského sportu. Ti tak mohou nahlédnout do dějin bruslení, stručně se zorientovat v pravidlech krasobruslení, stejně jako najít informace týkající se základního bruslařského vybavení. Největší část publikace je věnována praktickému průvodci základním bruslařským výcvikem a technice bruslení s popisy a nákresey jednotlivých prvků. V dalších kapitolách je zaměřena pozornost na specifičnosti choreografické práce při vytváření krasobruslařských jízd, na organizaci tréninku a jeho formy či na všeobecnou tělesnou přípravu krasobruslařů.

Rozsah publikace nedovoluje zpracovat jednotlivé tematické oblasti zcela vyčerpávajícím způsobem. Přesto je cílem obsáhnout to nejpodstatnější z krasobruslařské problematiky a podnitit tak ještě hlubší zájem u nejširšího okruhu sportovních příznivců. Rovněž obrázky znázorňující vybrané bruslařské prvky jsou pouze ilustrační.



Výlet do bruslařské historie

Bruslařské počátky

Klouzání po zamrzlých vodních plochách využívali lidé s největší pravděpodobností již před několika tisíci lety jako způsob dopravy při dlouhých cestách za lovem zvěře. Úlovek znamenal nejen maso a kožušinu, ale i zvířecí kosti vhodné k výrobě kostěných bruslí. O tom svědčí četné nálezy na území Skandinávie, Anglie, Ruska a dalších oblastí včetně našeho území. První způsob klouzání na kostěných bruslích, při kterém se k odrazu využívalo odpichování jednou nebo dvěma tyčemi, byl společným předchůdcem bruslení i lyžování. Přibližně od 4. století př. n. l., kdy se ve velké části Evropy usídlili Keltové, známí především jako výborní zpracovatelé železa, začala nová epocha ve vývoji bruslení. Kostěné brusle byly postupně nahrazovány bruslemi železnými, které umožňovaly rychlejší a jistější pohyb po ledě. Stáří pravděpodobně nejstarších nalezených kovových bruslí tvořených železným páskem zasazeným do dřevěné destičky je odhadováno na dva tisíce let.

Další vývoj bruslení dokládají například i obrazy slavných holandských malířů (Pieter Breughel, van Alstoot, Rembrandt), kteří na svých plátnech několikrát zachytili oblíbené lidové zábavy na zamrzlých kanálech, typických pro holandské území. Počátkem roku 1610 byl dokonce na dvoře císaře Rudolfa II. uspořádán velký karneval na ledě. Bruslení tak získávalo oblibu ve všech společenských kruzích, přestože mu byly ve vývoji kladeny nejrůznější překážky. Překvapivě i J. A. Komenský, jeden z prvních propagátorů tělesné výchovy, řadil bruslení společně s plaváním mezi hry životu nebezpečné a nedůstojné. Od 18. století začali pořádat holandští bruslaři rychlostní závody na zamrzlých průplavech. Kdo chtěl získat hlavní cenu, musel v těchto velmi náročných závodech nejméně padesátkrát zvítězit. S velkou oblibou se bruslilo i v Paříži a na zamrzlých jezírkách ve Versailles za vlády francouzského krále Ludvíka XVI. K významným osobnostem neváhajícím about brusle patřil například proslulý dobrodruh Casanova, německý básník J.W. Goethe či F. Schiller.

Moderní bruslení

Významnou etapu vývoje bruslařských dějin zahájilo v roce 1744 skotské město Edinburgh, kde byl založen první bruslařský klub na světě. Členem

klubu se mohl stát pouze bruslař schopný u přijímací zkoušky opsat na každé noze kruhy, a poté na pravé i levé noze přeskočit jeden, dva a nakonec i tři na sebe postavené klobouky. A je velmi důležité upozornit, že v té době byly v módě právě cylindry. V roce 1772 vznikla první kniha věnovaná bruslařské problematice "A Treatise on Skating" (Pojednání o bruslení), v níž její autor, důstojník Robert Johns, popsal základní bruslařské prvky – zejména oblouky, vlnovky a trojky. Postupně se na britských ostrovech začala formovat bruslařská škola, která měla ve světě po několika generacích vedoucí postavení.



Obr. 1 Brusle z roku 1840



Obr. 2 Brusle z roku 1870

Za zakladatele moderního bruslení je považován Američan Jackson Haines, původním povoláním tanečník, bruslící zpočátku pouze pro radost. V letech 1864 a 1865 vyhrál mistrovství Spojených států a začal vystupovat na exhibičních představeních. Na svém turné po evropských městech, při němž navštívil mimo jiné Vídeň, Paříž, Stockholm nebo Prahu, zaznamenal své největší úspěchy. Divákům Hainesovo bruslení doslova učarovalo a bylo označováno za vzor obratnosti a elegance. Neustále se snažil své jízdy obohacovat o nové taneční prvky a propracovávat bruslařský styl. Po jeho vzoru nadále rozvíjeli bruslařské umění Hainesovi žáci. Podle Hainese rovněž vznikla první pravidla bruslení, která později převzala Mezinárodní bruslařská unie (ISU) založená v roce 1892. Ta platila s menšími úpravami po mnoho let.

Bruslení se šířilo rychlým tempem i v českých zemích a stalo se oblíbenou zábavou kupříkladu Pražanů, kteří jezdili na zamrzlé Vltavě. K rozvoji bruslení u nás přispěla do značné míry první metodická příručka Augustina Krejčího *Nauka bruslení*, vydaná roku 1887, ve které jsou uvedeny přesné popisy bruslařských prvků a figur. Značný vliv na vývoj bruslení měl rovněž známý propagátor sportu v Čechách Dr. Josef Rössler-Ořovský, který roku 1888 založil proslulý Bruslařský závodní klub (BZK) v Praze. "Krasobruslení" jako české označení sportovního odvětví se začalo používat od roku 1888 u příležitosti mistrovství Čech.



Na počátku dvacátého století vtiskl krasobruslení výrazně sportovní ráz Švéd Ulrich Salchow a zároveň svým stylem posunul laťku bruslařské výkonnosti o několik stupňů výše. Pro vývoj bruslení byl velmi přínosný i jeho vynález bruslí se zoubky, které také sám používal. Umožňovaly mnohem silnější odrazy



při bruslařské jízdě a při skocích. Svou kariéru korunoval desetinásobný mistr světa roku 1909 novým skokem, který patří pod názvem svého objevitele dodnes mezi základní krasobruslařské skoky.

V meziválečném období se do dějin světového krasobruslení nesmazatelně zapsali Sonja Henieová a Karl Schäffer. Norka Henieová, desetinásobná mistryně světa, vnesla do krasobruslení, kromě nové módy zkrácených sukniček ke kolenům, především eleganci a propracovanost každého pohybu. Po celou svou kariéru byla jednou z nejobdivovanějších žen na světě a dokázala úspěšně dobýt i hollywoodská studia. V mužském krasobruslení třicátých let dvacátého století vynikal rakouský závodník Karl Schäffer, který se v letech 1929 až 1936 stal osminásobným mistrem Evropy a sedmínásobným mistrem světa.



Od roku 1922 zastřešoval společně krasobruslaře a rychlobruslaře v Československu nově založený **Bruslařský svaz republiky Československé**. U jeho vytvoření stáli bývalí závodníci z předválečného období, kteří spolupracovali s bruslařskými kluby nejen z Prahy a okolí, ale navazovali styky i s ostatními spolky v celé republice. Bruslařský svaz byl přijat Mezinárodní bruslařskou unií za řádného člana již v roce 1923. Až do doby druhé světové války nemělo československé krasobruslení mnoho výrazných osobností. Významněji se prosadili pouze Hoppeová – Hoppe, kteří na mistrovství světa v roce 1927 získali bronzovou medaili. Obrat ve vývoji krasobruslení nastal až s budováním umělých kluzišť, umožňujících pravidelný trénink po několik měsíců v roce na lepším a stále obnovovaném ledě. První umělé kluziště v tehdejší Československu bylo otevřeno roku 1931 v Praze na Štvanici.

Jednou z nejdůležitějších etap vývoje světového krasobruslení bylo období po druhé světové válce, kdy tento sport prožíval nebývalý rozmach. Volná jízda pozvolna získávala postavení nad povinnou jízdou (do té doby protěžovanou). Ta však nebyla pro diváky tak atraktivní jako volná jízda se skoky, piruetami a snahou o vyjádření hudby pohybem. K výrazným osobnostem poválečného krasobruslení patřil například Američan Richard Button. Suverénně ovládal dvojité i trojitě skoky a svým sportovním pojetím jízdy dokázal při vystoupeních okouzlit diváky po celém světě. Button, který velkou měrou podnítil nový vývoj tohoto sportu, se během své závodní činnosti stal pětínásobným mistrem světa a dvojnásobným vítězem zimních olympijských her v roce 1948 a 1952. K jeho nástupcům patřili bratři Hayes Alan a David Jenkinsovi ze Spojených států nebo Kanadčan Donald Jackson. Toho si pamětníci nejčastěji spojují se světovým šampionátem v Praze roku 1962, kde získal zlatou medaili za bezchybnou jízdu s trojitým lutzem.

Mezi ženami se v poválečném období prosadila zejména kanadská krasobruslařka Barbara Ann Scottová. Do svých jízd zařazovala celou řadu nových prvků především sportovního charakteru. Z dalších úspěšných závodnic na přelomu padesátých a šedesátých let dvacátého století, které získaly několik světových titulů, lze jmenovat například Carol Heissovou ze Spojených států nebo Sjoukje Dijkstrovou z Nizozemí. Sportovním dvojicím udávaly v tomto období směr především zámožní závodníci. K nim patřili i čtyřnásobní mistři světa z let 1957 až 1960, Kanadčané Wagnerová – Paul. V kategorii tanců na ledě dominovali zejména anglické páry se svým charakteristickým způsobem provedení tanců, tzv. anglickou taneční školou. Mezi slavné tanečnice této éry jistě patřili Westwoodová – Demmy, Markhamová – Jones či Towlerová – Ford.

Také Československo se po druhé světové válce zařadilo mezi krasobruslařské velmoci. V letech 1949 a 1950 se stala mistryní světa **Ája Vrzáňová**. Poté nastoupil **Karol Divín**, jenž získal dva tituly mistra Evropy a své úspěchy dovršil stříbrnou medailí na olympijských hrách v roce 1960 a druhým místem na mistrovství světa v Praze o dva roky později. Ve sportovních dvojicích dosáhli velkých úspěchů pro naše národní barvy **Suchánková s Doležalem**, dvojnásobní mistři Evropy a stříbrní ze světového šampionátu konaného roku 1958 v Bratislavě. Do dějin československého krasobruslení se nezapomenutelně zapsali i **sourozenci Romanovi**, kteří v období let 1962 až 1965 získali v kategorii tanečních párů čtyři tituly mistrů Evropy a tři tituly mistrů světa.

Na přelomu šedesátých a sedmdesátých let 20. století se k výrazným osobnostem světového krasobruslení připojili další českoslovenští reprezentanti **Hana Mašková a Ondrej Nepela**. Mašková získala v roce 1968 titul mistryně Evropy a rovněž bronzová medaile z olympiády v Grenoblu byla velkým úspěchem. Zlato tehdy získala Američanka Peggy Flemingová, o které se mluvilo jako o nejlepší krasobruslařce moderní doby. Bezesporu nejúspěšnějším krasobruslařem reprezentujícím československé barvy byl Ondrej Nepela, který se stal v letech 1969–1973 pětinasobným mistrem Evropy, trojnásobným mistrem světa a olympijským vítězem z OH 1972 v Sapporu.

V párových disciplínách se začátkem šedesátých let 20. století rozvinula úspěšná éra sovětských reprezentantů, trvající několik desítek let. Ve sportovních dvojicích patřili k nejúspěšnějším čtyřnásobní mistři světa z let 1965 až 1968 Bělousovová – Protopopov a desetinásobná mistryně světa Irina Rodninová s Alexejem Ulanovem, a poté se svým novým partnerem Alexandrem Zajcevem. Tanečím na ledě vévodil po mnoho let taneční pár Pachomovová – Gorškov, který za svou kariéru získal šest titulů z mistrovství



světa v letech 1970–1976. Dále získal několik prvenství z mistrovství Evropy a především zlato z olympijských her v Innsbrucku roku 1976, kde se tance na leď poprvé představily jako olympijská disciplína.

V osmdesátých a devadesátých letech minulého století byly silně obsazeny zejména soutěže mužů, ve kterých se prosazovali především sovětští a zámořští závodníci. Bez zmínky nemohou zůstat jména jako Scott Hamilton (čtyřnásobný mistr světa a zlatý ze sarajevské olympiády v roce 1984), Brian Orser, Brian Boitano, Alexandr Fadějev, Viktor Petrenko, Kurt Browning nebo Elvis Stojko. V ženském krasobruslení posbírala největší slávu německá reprezentantka Katarina Wittová. Hvězdnou kariéru začala vítězstvím na olympijských hrách v Sarajevu roku 1984, pokračovala vítězstvími na mistrovstvích Evropy a světa a vyvrcholila obhájením zlaté medaile na olympiádě v Calgary roku 1988. Její jízdy byly vždy technicky náročné a plné nápadité choreografie s perfektním provedením. K dalším úspěšným krasobruslačkám tohoto období patřily Midori Itová, Kristi Yamaguchiová, Lu Chen nebo Oksana Bajulová.

V párových disciplínách, a to jak ve sportovních dvojicích, tak i v tancích na leď, nadále pokračovala éra úspěšných sovětských reprezentantů. Sportovní dvojice Valovová – Vasiljev, Gordějevová – Griňkov či Miškutěnková – Dmitrjev získali na evropských a světových šampionátech mnoho cenných titulů. Zvláště jízdy Gordějevové s Griňkovem vynikaly obtížností figur, procítěným projevem a elegancí. V tancích na leď nastoupily po odchodu Pachomovové s Gorškovem taneční páry Mojsevová – Miněnkov a Liničuková – Karpanosov. Řadu sovětských prvenství však na několik let přerušili vynikající angličtí tanečníci Torvillová s Deanem, kteří získali čtyřikrát titul mistrů světa a v roce 1984 na olympiádě v Sarajevu zlatou medaili. Nezapomenutelným zážitkem byl jejich volný tanec na Ravelovo Bolero, za který byli ohodnoceni několika nejvyššími známkami. Jejich vystoupení bylo zlomem v pojetí tanců na leď a krokem k výrazovému tanci. Po odchodu Torvillové s Deanem pokračovala opět úspěšná sovětská (a později ruská) taneční škola, reprezentovaná jmény Bestěmjanová – Bukin, Klimovová – Ponomarenko, Usová – Žulin či Griščuková – Platov.



Na Nepelovy úspěchy v sedmdesátých letech dokázal o něco později navázat další československý reprezentant **Jozef Sabovčík**, který se v průběhu let 1985 až 1987 stal třikrát mistrem Evropy. Na olympijských hrách v roce 1984 se na jeho hrudi blýskla dokonce bronzová medaile. Dalších úspěchů pro československé barvy jsme se dočkali u **Petra Barny**, který zvítězil na evropském šampionátu v roce 1991. Ve sportovních dvojicích se v devadesátých

letech prosadili především **Kovaříková s Novotným**, kteří svou amatérskou kariéru korunovali zlatou medailí na mistrovství světa v Birminghamu roku 1995. Následně přestoupili mezi profesionální krasobruslaře a získali další dva tituly profesionálních mistrů světa.

V současné době se nejčastěji vybavují jména stále aktivních krasobruslařů, případně již působících v profesionálním krasobruslení, jako Alexandr Jagudin, Jevgenij Pljuščenko, Michelle Kwanová nebo Irina Slucká. V jejich jízdách převažují trojitě a čtvrně skoky, nejrůznější skokové kombinace a sekvence, obtížné piruety, či nápadité krokové a spirálové variace. Ve sportovních dvojicích se mezi výborné ruské závodníky jako Berežná – Shikarulidze, Petrovová – Tichonov nebo Totmaninová – Marinin postupně dostávají zámořské a asijské dvojice s programy, které vynikají vysokou technickou náročností. Rovněž tradiční ruskou školu v tancích na ledě, reprezentovanou jmény Krylovová – Ovsjanikov, Lobačevová – Averbuch či Navková – Kostomarov, dokázali několikrát ze zlatých stupínků odsunout například charismatičtí Francouzi Anissinová – Peizerat nebo temperamentní Italové Fusar-Poliová – Margaglio.

Historie soutěží



První mezinárodní závody organizované na základě Hainesových pravidel byly uspořádány ve Vídni v roce 1882. Mistrovství Evropy určené výhradně mužům mělo premiéru roku 1891. Teprve ustanovení Mezinárodní bruslařské unie (ISU) v roce 1892 umožnilo pravidelné a regulérní pořádání vrcholných mezinárodních soutěží. První mistrovství světa mužů se konalo roku 1896 v St. Petěrburku, pro ženy bylo uspořádáno o deset let později. První evropské měření sil mezi ženami proběhlo roku 1930. Dvojice se premiérově představily na mistrovství světa v roce 1908. V tancích na ledě se pořádá mistrovství světa od roku 1952 a mistrovství Evropy od roku 1954. Na seznam olympijských sportů bylo krasobruslení poprvé zařazeno na olympijských hrách v Londýně v roce 1908. Tance na ledě patří do olympijského programu od roku 1976.



Z pravidel krasobruslení



Krasobruslařské organizace

Vrcholným orgánem světového krasobruslení je od roku 1892 Mezinárodní bruslařská unie (International Skating Union – ISU), která řídí současně sekce krasobruslení, rychlobruslení a short tracku. Do její pravomoci spadají všechny významné mezinárodní závody a mezinárodní krasobruslařský styk.

Vrcholným orgánem českého krasobruslení je Český krasobruslařský svaz (ČKS), organizovaný v ISU, ČOV, ČSTV a dalších státních, tělovýchovných a společenských orgánech. Činnost svazu je řízena předsednictvem, voleným na čtyřleté funkční období. Má sedm členů volených přímo do jednotlivých funkcí a čtyři odborné komise – komisi rozhodčích, metodickou komisi, sportovně technickou komisi a komisi trenérskou. Nejvyšším orgánem ČKS je valná hromada. Tvořena je zástupci jednotlivých členských klubů, tzv. ZOJ (základních organizačních jednotek). Valná hromada jedná nejméně jednou ročně a má právo rozhodovat o všech záležitostech týkajících se činnosti svazu.



Krasobruslařské disciplíny

Mezinárodní krasobruslení zahrnuje čtyři soutěžní disciplíny:

- * jednotlivce (muže a ženy);
- * sportovní dvojice;
- * tance na ledě;
- * skupiny synchronizovaného bruslení.

Soutěže mužů a žen (chlapců a dívek) probíhají ve všech věkových kategoriích odděleně. U párových disciplín musí být sportovní dvojice či taneční pár vždy složen jen z muže a ženy. Skupinu synchronizovaného bruslení mohou tvořit muži i ženy v libovolném poměru, avšak při dodržení předepsaného počtu závodníků ve skupině.



System soutěží

Krasobruslařské soutěže jsou rozděleny na mezinárodní, mistrovské, přeborové, pohárové a jim podobné. Každá taková soutěž musí probíhat podle závazného soutěžního řádu a speciálních pravidel pro krasobruslení vydaných Mezinárodní bruslařskou unií, případně podle speciálních pravidel pro tance na ledě, speciálních pravidel pro skupiny synchronizovaného bruslení či pravidel

krasobruslení platných pro Českou republiku. Organizace soutěží musí být v souladu s příslušnými organizačními směrnicemi.

Rozdělování do jednotlivých soutěžních kategorií je určeno věkovou hranicí závodníků. Pravidla platná pro Českou republiku zařazují závodníky do sedmi věkových kategorií – mladší nováčci, nováčci, nejmladší žactvo, mladší žactvo, žactvo, junioři a senioři. Podle jednotlivých disciplín a věkových kategorií se dále určují soutěžní programy, jejich náplň a délka trvání.

Charakteristiky a základní pravidla jednotlivých krasobruslařských disciplín



V následující části jsou uvedeny stručné charakteristiky jednotlivých krasobruslařských disciplín spolu s krátkým výtahem z pravidel. Popsány jsou krasobruslařské programy, které jsou součástí soutěží v jednotlivých disciplínách, avšak náplně programů pro určitou soutěžní sezónu je nutné vyhledávat v aktuálních vyhláškách vydávaných pravidelně Mezinárodní bruslařskou unií. Uvedené charakteristiky jednotlivých soutěžních programů jsou popsány pro seniorské kategorie.

► Bruslení jednotlivců

Soutěže jednotlivců, mužů i žen, sestávají z **krátkého programu a volné jízdy**. Na některých otevřených seniorských závodech bývá zařazena i interpretační volná jízda, při níž je kladen důraz zejména na bruslařské dovednosti, vyjádření hudby a umělecký dojem s limitovanými technickými prvky.



Krátký program



Krátký program jednotlivců se skládá z požadovaných prvků a dalších spojovacích prvků nebo pohybů, jejichž pořadí v jízdě může být libovolné. Délka krátkého programu je maximálně dvě minuty a padesát sekund. Všechny prvky započaté po uplynutí určeného maximálního času jsou v hodnocení považovány za vynechané. Hudební doprovod může být libovolného žánru, avšak vokální hudba se slovy není dovolena.

Volná jízda



Volná jízda je složena z dobře vyváženého programu skoků, piruet, krokových variací a ostatních spojovacích prvků nebo pohybů mezi nimi, provedených v souladu s hudbou. Délka volné jízdy je u mužů určena na čtyři a půl minuty, u žen na čtyři minuty, přičemž platí časové rozmezí plus nebo minus deset



sekund. Hudební doprovod může být libovolného žánru, avšak vokální hudba se slovy není u volné jízdy stejně jako u krátkého programu povolena.

Závodník má při výběru prvků tvořících jeho program určitou volnost, musí však brát zřetel na dodržení základních požadavků. U obou programů by měla být věnována pozornost rovněž choreografii jízdy, výrazu, vyjádření hudby, nápaditosti a originalitě.



► Sportovní dvojice

Jízda sportovních dvojic je společným bruslením dvou partnerů provádějících všechny pohyby v takovém souladu, aby vznikl dojem párové jízdy. Sportovní dvojice soutěží v **krátkém programu a volné jízdě**.

▶▶▶ Krátký program

Krátký program se skládá z požadovaných prvků a dalších spojovacích prvků a pohybů. Délka krátkého programu je maximálně dvě minuty a padesát sekund. Hudební doprovod může být vybírán z nejrůznějších žánrů a záleží na volbě závodníků. Vokální hudba se slovy není dovolena.

▶▶▶ Volná jízda

Volnou jízdou sportovních dvojic je myšlen dobře vyvážený program choreograficky zkomponovaný na vybranou hudbu a prováděný po určitou dobu. Délka volné jízdy je určena na čtyři a půl minuty, včetně rozmezí plus nebo minus deset sekund. Hudební doprovod pro krátký program i volnou jízdu může být vybírán z nejrůznějších žánrů, avšak vokální hudba se slovy není dovolena. Programy sportovních dvojic by měly obsahovat kromě prvků sólového bruslení i typické párové prvky jako odhazované a twistované skoky, zvedané figury, společné piruety či spirály spojené navzájem nejrůznějšími kroky, prvky a pohyby.



► Tance na ledě

Taneční pár musí být složen z jedné ženy a jednoho muže. Soutěž tanců na ledě se skládá z **povinného, originálního a volného tance**, případně interpretačního tance, který však není zařazen na mistrovských soutěžích v rámci Mezinárodní bruslařské unie.

▶▶▶ Povinné tance

Povinné tance představují bruslení předepsaných vzorců stop v souladu s jejich splněním na předepsanou hudbu, rytmus a tempo. Během povinných tanců se rozhodčí zaměřují zejména na přesnost jednotlivých prvků tance, položení

tance na ploše v souladu s pravidly, bruslařskou techniku, přesnost v rytmu hudby, styl bruslení, unisono a interpretaci daného tance.

Originální tanec



Originální tanec je programem odpovídající předepsanému tanečnímu rytmu. Taneční pár by měl na ledě předvést techniku kroků a pohybů spolu se skluzem a jízdou v hranách v charakteru vyjadřujícím daný taneční rytmus. Rytmus, dovolený rozsah tempa, trvání a požadované prvky jsou každoročně ustanoveny taneční komisí Mezinárodní bruslařské unie. Vokální hudba se slovy je pro originální tanec povolena.

Volný tanec



Volný tanec je tvůrčím způsobem sestavený program z tanečních prvků a pohybů vyjadřujících charakter hudby, který si taneční pár zvolil. Povolena je rovněž vokální hudba, musí však mít zřetelné doby rytmu a melodii nebo samotné rytmické doby, ne však samotnou melodii. Délka volného tance je čtyři minuty, včetně povolené časové odchylky plus nebo minus deset sekund. Do programu volného tance je dovoleno zařadit nejrůznější kroky a obraty, zvedané figury, taneční piruety a další prvky a pohyby, ovšem za předpokladu, že jsou v souladu s definicemi v pravidlech.

► Synchronizované bruslení



Synchronizované bruslení je společné bruslení více bruslařů provádějících na ledě nejrůznější formace, prvky a pohyby v synchronním provedení celé skupiny. Skupinu tvoří v seniorské kategorii šestnáct až dvacet bruslařů. Soutěž skupin synchronizovaného bruslení sestává z **krátkého programu a volné jízdy**. Pro synchronizované bruslení je velmi důležitá kvalita bruslení a souhra (unisono) všech bruslařů, přesnost formací a přesnost provedení jednotlivých prvků a pohybů.

Krátký program



Krátký program se skládá z požadovaných prvků, jejich pořadí může být v programu libovolné. Vokální hudební doprovod se slovy je povolen. Choreografie a požadované prvky musí být prezentovány na všechny čtyři strany kluziště, nikoli pouze ke straně sedících porotců.

Volná jízda



Volná jízda skupin synchronizovaného bruslení se skládá z dobře vyváženého programu v souladu s vybranou hudbou. Obsahuje typické skupinové prvky jako



kruhy, řady, bloky, větrníky a prolínání, piruety, párové prvky a pohyby v izolaci, které na sebe harmonicky navazují nejrůznějšími přechody, avšak s minimálními brusleními na obou nohách. Vokální hudba je povolena i pro volné jízdy.



Nový systém hodnocení

Po skandálech na olympijských hrách v Salt Lake City roku 2002, kdy byly v soutěži sportovních dvojic uděleny dvě zlaté medaile a následně zpochybněno vítězství tanečního páru, začala Mezinárodní bruslařská unie uvažovat o zavedení nového hodnoticího systému, který by při soutěžích zabránil manipulaci výsledků, ovlivňování rozhodčích a současně eliminoval subjektivní hodnocení.

Očekávanou změnu v systému hodnocení nakonec schválila Mezinárodní bruslařská unie 9. 6. 2004 na svém padesátém kongresu v nizozemském Scheveningenu. Z padesáti čtyř delegátů krasobruslařské sekce ISU bylo ke schválení nového hodnoticího systému potřeba souhlasu alespoň dvou třetin z uvedeného počtu. Po jednáních byl nový systém v hodnocení krasobruslařských soutěží přijat třiačtyřiceti hlasy.

Bodovací systém byl poprvé oficiálně vyzkoušen na seniorských závodech série Grand Prix v sezóně 2003/2004. Od sezóny 2004/2005 je aplikován na všech juniorských a seniorských závodech pořádaných Mezinárodní bruslařskou unií, včetně mistrovství světa a olympijských her. Závodníci již nebojují o nejvyšší známky, kterými byly po celá léta tzv. šestky (6.0), ale mohou díky novému bodovacímu systému vytvářet světové rekordy v nejvyšším bodovém součtu. (Poslední šestky v historii krasobruslení byly uděleny na mistrovství světa 2004 v Dortmundu několikanásobné mistryni světa, Američance Michelle Kwanové, která za předvedení své volné jízdy získala šest těchto nejvyšších známek.)

Základ nového systému hodnocení je založen na součtu bodů dvou hodnocených částí každého soutěžního programu – bodů za techniku a bodů za komponenty programu, a odečtením případných srážek (například penalizace za porušení pravidel). Pro hodnocení programů v jednotlivých krasobruslařských disciplínách platí stejná pravidla, pouze jsou rozšířena o specifika charakteristická pro bruslení jednotlivců, sportovních dvojic, tanců na leď nebo skupin synchronizovaného bruslení.



► Body za techniku

Bodování za techniku je odvozeno z tabulek hodnot jednotlivých prvků sólového a párového bruslení, tanců na leď a prvků synchronizovaného bruslení

vydaných Mezinárodní bruslařskou unií. Tabulky určují základní hodnoty jednotlivých prvků a jejich modifikace závislé na kvalitě provedení. Základní hodnoty jsou uvedeny v číselných bodech a zvyšují se v závislosti na obtížnosti prvků. Obtížnost je pak dána určenými charakteristikami vážícími se k jednotlivým prvkům. Například při hodnocení skoků zařazených do programu rozhoduje zejména druh provedeného skoku a počet otáček. Při hodnocení zvedaných figur u sportovních dvojic záleží na skupině a stupni obtížnosti figury. Ostatní prvky jako piruety nebo krokové a spirálové sekvence jsou charakterizovány úrovní obtížnosti (level) ve čtyřech stupních.

Hodnocení tanců na ledě se odvíjí z tabulky základních hodnot jednotlivých prvků a úseků programu. Obtížnost jednotlivých krokových úseků v povinných tancích je závislá na obtížnosti obsažených kroků. V originálním a volném tanci je obtížnost požadovaných prvků závislá na jejich úrovni.

U synchronizovaného bruslení se úroveň jednotlivých prvků a formací zvyšuje v závislosti na obtížnosti krokových pasáží během formací, obtížnosti držení, změn směru, sunutí, změn formací apod.

Název a úroveň obtížnosti každého zařazeného prvku, formace nebo úseku v programu určuje při soutěžích technický specialista ve spolupráci se svým asistentem a kontrolorem. Jednotliví rozhodčí sboru pak hodnotí v závislosti na charakteristikách provedení a chybách kvalitu každého předvedeného prvku jedním ze sedmi stupňů provedení (GOE): +3, +2, +1, 0, -1, -2, -3. Každý stupeň, ať minusový či plusový, má svou zápornou, respektive kladnou číselnou hodnotu (viz následující tabulka hodnot), která je připočtena, případně odečtena, k základní hodnotě prvku nebo hodnoceného úseku programu.

Příklady hodnot vybraných krasobruslařských prvků platných pro bruslení jednotlivců.

krasobruslařské prvky	zkratka	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
dvojitý axel	2 A	3,0	2,0	1,0	3,3	-0,7	-1,4	-2,1
trojitý rittberger (loop)	3 Lo	3,0	2,0	1,0	5,0	-1,0	-2,0	-3,0
nízká pirueta, úroveň 2	SSp 1	1,5	1,0	0,5	1,6	-0,3	-0,6	-1,0
skok do piruety ve váze, úroveň 3	FCSp 3	1,5	1,0	0,5	3,0	-0,3	-0,6	-1,0
kroková pasáž po kruhu, úroveň 2	CiSt 2	1,5	1,0	0,5	3,1	-0,7	-1,4	-2,1



Kombinace a sekvence skoků zařazené v programu jsou hodnoceny jako jeden celek. U kombinace skoků jsou sečteny základní hodnoty jednotlivých skoků a hodnota stupně provedení (GOE) pak odpovídá hodnotě nejtěžšího skoku předvedeného v kombinaci. U sekvence skoků se sečtou základní hodnoty dvou nejvýše oceněných skoků, součet se vynásobí faktorem 0,8, a poté je aplikována hodnota provedení (GOE) vztahující se k hodnotě nejtěžšího skoku.

Za nepovolené prvky jsou v soutěžních programech považovány například saltové typy skoků, zvedané figury provedené v chybném držení, pohyby, při nichž partner krouží partnerkou ve vzduchu kolem sebe a přitom ji drží za ruku nebo nohu, twisty nebo rotační pohyby, při nichž je partnerka převrácena hlavou dolů a současně její jedoucí noha opustí led, skoky jednoho z partnerů směrem na druhého partnera, ležení nebo prodloužené klečení na ledě na obou kolenou bez pohybu apod.



► Body za komponenty programu

Druhou částí, kterou rozhodčí po udělení bodů za techniku dále hodnotí, je celkový výkon v předvedeném programu. Toto hodnocení je u jednotlivců a sportovních dvojic rozděleno do pěti programových komponentů.

1. Bruslařské dovednosti – celková kvalita bruslení, bruslení v mnoha směrech, rychlost a síla, čistota a jistota pohybu v hranách, skluz a plynulost, vyrovnanost bruslařských dovedností obou partnerů (sportovní dvojice).
2. Spojovací prvky – obtížnost a kvalita kroků spojujících jednotlivé prvky, kreativita a originalita kroků spojujících jednotlivé prvky, originalita a obtížnost nájezdů na prvky a výjezdů z nich, soulad (sportovní dvojice).
3. Předvedení – provedení, styl, držení těla, změny rychlosti, soulad a vyrovnanost partnerů týkající se předvedení (sportovní dvojice).
4. Choreografie – harmonická skladba programu, kreativita a originalita, vhodnost rozložení prvků, kroků a pohybů ve vztahu k hudbě, obtížnost a různorodost skladby programu, rozložení nosných prvků programu, využití prostoru celé ledové plochy, soulad.
5. Interpretace – lehkost a jistota pohybu v souladu s hudbou, procítěnost a nuance ve vyjádření hudebních frází, vyjádření stylu a charakteru hudby, cítění a imaginace struktury hudby vybrané bruslařem, vhodnost rozložení prvků, kroků a pohybů ve vztahu k hudbě.