GUIDE FÖR VAL AV TÄVLINGSKLASS

2026-2027, SINGEL

”

Riktlinjer Svenska Konståkningsförbundet 2026-2027

Rev 2026-06-29

Tävlingar

Första smakprovet för åkaren att visa upp sina egna färdigheter i en tävlingsliknande situation är slingauppvisning som genomförs hemma i föreningens regi. Här lär sig åkaren en slinga med konståkningselement och -rörelser, som framförs till musik. Det förekommer ingen bedömning eller rangordning. En tredjedel av isen kan med fördel användas och musiken kan vara generell, inte personlig. Formatet ska vara enkelt, avspänt och utan prestationskrav och ska ge ett lekfullt första smakprov på att visa upp sina färdigheter.

Inom svensk konståkning finns för tävling två olika bedömningssystem som används på tävlingar:

- ✓ **StarFS** som används i system 1 för att åkarna ska få mjuk, schysst och lagom tävlingsform. Här lär sig åkarna hur en tävling går till och får en helt individuell och förenklad utvärdering. Star FS är indelad i tre olika protokoll: Star 3, Star 5 och IJS-förberedande protokoll.

- ✓ Internationella skridskounionens (ISU:s) programvara **FS Manager** används för IJS-systemet. IJS står för **ISU Judging System** och innebär en mycket detaljerad och avancerad bedömning. Används nationellt i system 2, System 3, DM och nationella tävlingar och serier samt mästerskap.

GUIDE FÖR VAL AV TÄVLINGSKLASS

Guiden för val av tävlingsklass är avsedd att fungera som ett stöd för både tränare och åkare vid val av tävlingsklass. Färdigheterna i de olika elementen som beskrivs i guiden förväntas utvecklas över tid, och tränaren bör kontinuerligt utvärdera och övervaka åkarnas framsteg under träningssessionerna. Aktiviteter som liknar de tidigare testtillfällen bör inte förekomma.

I guiden finns olika element som åkaren ska behärska. Innebörden av behärskar är att ett element utförs med så pass stor säkerhet och med så pass kontinuitet att elementet kan inkluderas i tävlingsprogrammet

Vid val av tävlingsklass är det av stor vikt att tränaren gör en helhetsbedömning.

- Nivå av tävlingsklass är rätt utifrån åkarens tekniska och konstnärliga färdigheter
- Nivå av tävlingsklass är rätt utifrån åkaren mognad, förståelse och medvetenhet

Vit

Förkunskaper: Slingauppvisning

Allmänt

Åkaren förväntas att åka med ganska bra skär och hållning. Ingen stor teknisk förmåga förväntas. Åkaren ska vara redo för att för att börja tävla stjärntävling och behärska tillräckligt många element för att kunna sätta ihop ett tävlingsprogram. Det är viktigt att åkaren får möjlighet att lära känna tävlingsformatet, uppleva glädjen med att tävla och se utmaningen i att delta i tävlingen innan steget tas till nästa nivå.

- Ingen rangordning
- Valfri ålder
- Inga fastställda tekniska element i programmet
- Friåkning

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Saxning** framåt och bakåt med grundläggande korsande teknik och god hållning
- ✓ **Treavals** åt båda hållen, ska utföras med rytm och fart.
- ✓ **Flygskär framåt ytterskär**; åkaren ska kunna utföra flygskär framåt ytterskär på valfri fot.
- ✓ **Mohawksteg (C-steg)**: Åkaren ska kunna utföra öppna mohawks (C-steg) på innerskär framåt och bakåt åt båda håll
- ✓ **Ståpiruett framåt** på en fot i 4 varv. Inget krav på vandringsmån, men det ska finnas rotationskontroll. Valfri ingång till piruetten och den ska avslutas i landningsposition på bakåt ytterskär.
- ✓ **Ståpiruett** bakåt 3 varv, valfri ingång. Inget krav på vandringsmån, men det ska finnas rotationskontroll.
- ✓ **Treahopp+treahopp**
- ✓ **Enkel Salchow (1S)**
- ✓ **Enkel Toeloop (1T)**
- ✓ **Enkel Ögel (1Lo)**

Vit bedöms med Star FS, protokoll 3 stjärnor

Gul

Förkunskaper: Rekommenderas vit, men ej obligatoriskt

Allmänt:

Åkaren ska vara redo för lite mer detaljerad bedömning och för rangordning. Det är viktigt att åkaren får positiv feedback och fortsatt upplever glädjen med att tävla.

- Halva startfältet rangordnas
- Valfri ålder
- Inga fastställda tekniska element i programmet
- Friåkning

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Saxning** framåt och bakåt med hög fart samt god hållning och god teknik
- ✓ **Flygskär** framåt, ytterskär och innerskär
- ✓ **Halvcirklar** framåt, innerskär och ytterskär
- ✓ **Halvcirklar** bakåt ytterskär
- ✓ **Treor** framåt och bakåt
- ✓ **Skärombyte** framåt och bakåt.
- ✓ **Ståpiruett (USp)** 6 varv med korrekt ingång
- ✓ **Liggpiruett (CSp)** 3 varv
- ✓ **Sittpiruett (SSp)** 3 varv
- ✓ **Enkel Flip (1F)**
- ✓ **Enkel Lutz (1Lz)**
- ✓ **Hoppkombination** enkel+enkel, valfria hopp

Gul bedöms med StarFS, protokoll 5 stjärnor

Grön

Förkunskaper: Vit och/eller gul

Allmänt:

- ✓ Halva startfältet rangordnas
- ✓ Valfri ålder
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Basic Novice
- ✓ Friåkning

Allmänt:

Samtliga element ska utföras med god kroppskontroll. Genomförandet ska ske med fart och god hållning även mellan elementen. Stor vikt läggs vid kontrollerad och säker åkning och landningspositioner. I piruetter ska kriterierna för basposition (stå, sitt, ligg) uppfyllas och vandringsmånen vara begränsad till ca 50 cm.

Åkaren ska behärska:

- ✓ **Enkel Axel (1A)**
- ✓ **Hoppkombination** som innehåller Flip eller Lutz + Ögel (1Lz+1Lo eller 1F+1Lo)
- ✓ **Piruettkombination (CoSp)** med tre positioner, minst tre varv per position utan variation på positioner
- ✓ **Liggpiruett** eller **Sittpiruett (CSp eller SSp)** 6 varv i position utan variation på position
- ✓ **Två olika sorters svåra vändningar***
- ✓ **Stegsekvens (StSq)** bestående av olika vändningar och steg med minst två olika svåra vändningar*. Sekvensen ska innehålla olika friåkningsrörelser**
- ✓ **Dubbeltreor** framåt och bakåt på ytterskär och innerskär
- ✓ **Mohawks (C-steg)** ytterskär framåt

* Som svår vändning räknas rocker (växelvändning), counter (omvänd växelvändning), bracket (omvänd trea), loop (ögla), twizzle, choctaw.

** Exempel på friåkningsrörelser: Skjuta hare, leverans, Ina Bauer, saxhopp, ”falling leaf”, ”hydroblading”

Grön bedöms med StarFS, IJS-förberedande protokoll

Blå

Förkunskaper: System 1 (dvs vit, gul och/eller grön)

Allmänt:

- ✓ Valfri ålder
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Intermediate Novice
- ✓ Friåkning

Samtliga element ska utföras med god kroppskontroll. Genomförandet ska ske med fart. Stor vikt ska läggas vid kontrollerad och säker åkning och landningspositioner.

Åkaren ska generellt ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.

Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär. Det ska vara fart in i hoppet och glid ut ur hoppet på ytterskär bakåt. Enkelhopp ska ha höjd och längd. Dubbelhoppen ska också ha höjd och längd, men kan betraktas som färdiga för nivån även om höjden och längden inte är helt uppnådd.

I piruetter ska kriterierna för basposition (stå, sitt, ligg) uppfyllas och vandringsmånen vara begränsad till ca 50 cm (ögonmått).

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Två valfria, olika dubbelhopp**
- ✓ **Hoppkombination** enkel Axel + enkel Ögel (1A+1Lo)
- ✓ **Hoppkombination** enkel+dubbel (1X+2X)
- ✓ **Piruettkombination med fotbyte (CCoSp),** alla baspositioner, 5+5 varv
- ✓ **Tre olika sorters svåra vändningar***
- ✓ **Stegsekvens (StSq)** med 3 st olika sorters svåra vändningar och minst en friåkningsrörelse**
- ✓ **Liggpiruett(CSp)** 6 varv utan variation på positionen
- ✓ **Sittpiruett (SSp)** 6 varv utan variation på positionen

* Som svår vändning räknas rocker (växelvändning), counter (omvänd växelvändning), bracket (omvänd trea), loop (ögla), twizzle, choctaw.

** Exempel på friåkningsröresler: Skjuta hare, leverans, Ina Bauer, saxhopp, ”falling leaf”, ”hydroblading”

Blå bedöms med ISU Judging System

Röd

Allmänt:

- ✓ Valfri ålder
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Novice Advance
- ✓ Friåkning

Samtliga element ska utföras med god kroppskontroll. Genomförandet ska ske med fart och god hållning. Stor vikt ska läggas vid kontrollerad och säker åkning och landningspositioner.

Åkaren ska generellt ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.

Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär. Det ska vara fart in i hoppet och glid ut ur hoppet. Hoppen ska ha höjd och längd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Fyra olika sorters dubbelhopp**
- ✓ **Trehoppskombination** med dubbel + enkel + dubbel, 2X+1X+2X
- ✓ **Hoppkombination** dubbel + dubbel, 2X+2X
- ✓ **Piruettkombination med fotbyte (CCoSp),** alla baspositioner, 5+5 varv
- ✓ **Hopp i sittpiruett** (**FSSp)** 6 varv utan variation på position
- ✓ **Hopp i liggpiruett (FCSp)** 6 varv utan variation på position
- ✓ **Samtliga svåra vändningar*** innerskär och ytterskär, bakåt och framåt, på både höger och vänster fot
- ✓ **Flera olika friåkningsrörelser** t.ex. leveranser, Ina Bauer, flygskär, hydroblading, falling leaf

* Som svår vändning räknas rocker (växelvändning), counter (omvänd växelvändning), bracket (omvänd trea), loop (ögla), twizzle, choctaw.

Röd bedöms med ISU Judging System

Grå

Allmänt:

- ✓ Valfri ålder
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Junior
- ✓ Friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp in i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Trehoppskombination** bestående av valfritt dubbelhopp + ett valfritt enkelhopp + ett valfritt dubbelhopp **(X2+X1+X2)**
- ✓ **Fem olika sorters dubbelhopp**
- ✓ **Hoppkombination** med dubbel Lutz eller dubbel Flip i kombination med valfritt dubbelhopp **(2Lz/2F+2X)**
- ✓ **Piruettkombination med fotbyte (CCoSp),** alla baspositioner, 6+6 varv
- ✓ **Hopp i sittpiruett (FSSp)** 8 varv
- ✓ **Hopp i liggpiruett (FCSp)** 8 varv
- ✓ **Kombination av svåra vändningar*** 2 olika sorters kombinationer av 3 svåra vändningar
- ✓ **Flera olika friåkningsrörelser** t.ex. leveranser, Ina Bauer, flygskär, hydroblading, falling leaf

* Som svår vändning räknas rocker (växelvändning), counter (omvänd växelvändning), bracket (omvänd trea), loop (ögla), twizzle, choctaw.

Grå bedöms med ISU Judging System

Svart

Allmänt:

- ✓ Valfri ålder
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Senior
- ✓ Friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp in i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Dubbel Axel (2A)** eller **valfritt trippelhopp (3X)**
- ✓ **Trehoppskombination** bestående av valfria dubbelhopp, dubbel+dubbel+dubbel **(2X+2X+2X)**
- ✓ **Piruettkombination med fotbyte (CCoSp)**, alla baspositioner, 6+6 varv
- ✓ **Hopp i sittpiruett (FSSp)** 8 varv
- ✓ **Hopp i liggpiruett (FCSp)** 8 varv
- ✓ **Kombination av svåra vändningar*** 2 olika sorters kombinationer av 3 svåra vändningar
- ✓ **Flera olika friåkningsrörelser** t.ex. leveranser, Ina Bauer, flygskär, hydroblading, falling leaf

* Som svår vändning räknas rocker (växelvändning), counter (omvänd växelvändning), bracket (omvänd trea), loop (ögla), twizzle, choctaw.

Svart bedöms med ISU Judging System

System 3
Ungdom 13

Allmänt:

Deltagande i System 3 är för åkare som har visat stora framsteg, kommit långt i sin utveckling och behöver ytterligare utmaningar. Det är viktigt att överväga deltagande i System 3 noggrant med tanke på att kraven kommer att öka gradvis.

- ✓ Ålder enligt ISU
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Advanced Novice
- ✓ Kortprogram och friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp ini i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Fem olika sorters dubbelhopp**
- ✓ **Hoppkombination** bestående av två dubbelhopp med dubbel Toeloop som andra hopp **(2X+2T)**
- ✓ **Hoppkombination** bestående av två dubbelhopp med dubbel Ögel som andra hopp **(2X+2Lo)**
- ✓ **Hopp i sittpiruett (FSSp)** 6 varv
- ✓ **Hopp i liggpiruett (FCSp)** 6 varv
- ✓ **Piruettkombination med fotbyte** minst level 2 **(CCoSp2)**

System 3
Ungdom 16

Allmänt:

Deltagande i System 3 är för åkare som har visat stora framsteg, kommit långt i sin utveckling och behöver ytterligare utmaningar. Det är viktigt att överväga deltagande i System 3 noggrant med tanke på att kraven kommer att öka gradvis.

- ✓ Ålder enligt ISU
- ✓ Ungdomstest nivå 1
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Advanced Novice
- ✓ Kortprogram och friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp ini i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som behärskar:

- ✓ **Fem olika sorters dubbelhopp**
- ✓ **Hoppkombination** bestående av två dubbelhopp med dubbel Toeloop som andra hopp (2X+2T)
- ✓ **Hoppkombination** bestående av två dubbelhopp med dubbel Ögel som andra hopp (2X+2Lo)
- ✓ **Hopp i sittpiruett (FSSp)** 6 varv
- ✓ **Hopp i liggpiruett (FCSp)** 6 varv
- ✓ **Piruettkombination med fotbyte** minst level 2 **(CCoSp2)**

System 3

Junior

Allmänt:

Deltagande i System 3 är för åkare som har visat stora framsteg, kommit långt i sin utveckling och behöver ytterligare utmaningar. Det är viktigt att överväga deltagande i System 3 noggrant med tanke på att kraven kommer att öka gradvis.

- ✓ Ålder enligt ISU
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Junior
- ✓ Kortprogram och friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp ini i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som innehar:

- ✓ Juniortest nivå Grund

System 3

Senior Nationell

Allmänt:

- ✓ Ålder enligt ISU senior
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Junior
- ✓ Kortprogram och friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp ini i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som innehar:

- ✓ Juniortest nivå Grund

System 3

Senior

Allmänt:

Deltagande i System 3 är för åkare som har visat stora framsteg, kommit långt i sin utveckling och behöver ytterligare utmaningar. Det är viktigt att överväga deltagande i System 3 noggrant med tanke på att kraven kommer att öka gradvis.

- ✓ Ålder enligt ISU
- ✓ Fastställda tekniska element enlig ISU Senior
- ✓ Kortprogram och friåkning

Åkaren ska ha god kroppskontroll, rena skär och tryck i åkningen.
Samtliga hopp ska vara färdigroterade och landas på bakåt ytterskär.
Det ska vara fart in i hoppen och glid ut ur hoppen. Hoppen ska ha längd och höjd.

Piruetter ska genomföras centrerat med säkerhet, god rotationsfart och godkända positioner i såväl hopp ini i som i piruetten. Features i piruetter ska kunna utföras.

Här tävlar åkaren som innehar:

Seniortest nivå Grund