Federació Catalana de
PIRAGÜISME

Federació Catalana de Piragüisme

ESTIL LLIURE

Annex 1 de les Bases Generals de Competició d'Estil Lliure
(adaptat ICF i RFEP)

CAMPIONAT DE CATALUNYA D'ESTIL LLIURE JOVES PROMESES

SISTEMA DE COMPETICIÓN

1**- Esquimotajes:** en función de su nivel, los palistas podrán escoger entre la opción de realizar los esquimotajes con ayuda o sin ayuda.

A) **Con ayuda**: se realizarán sin pala y con la ayuda de una piragua a la que se podrán agarrar para completar el esquimotaje. Los participantes dispondrán de 10 segundos para realizarán el máximo número de esquimotajes, con caída por la derecha y salida por la izquierda, y de 10 segundos para realizar el máximo número de esquimotajes, con caída por la izquierda y salida por la derecha.

Puntuación: 3 puntos por cada esquimotaje realizado correctamente.

B) **Sin ayuda:** se realizarán con la ayuda de una pala. Los participantes dispondrán de 10 segundos para realizar el máximo número de esquimotajes, con caída por la derecha y salida por la izquierda, y de 10 segundos para realizar el máximo número de esquimotajes, con caída por la izquierda y salida por la derecha.
Puntuación: 5 puntos por cada esquimotaje realizado correctamente.

2- Chandels – boyas atrás: cada participante dispondrá de dos intentos para realizar chandels boyas atrás por la derecha y de dos intentos para realizar chandels-boyas atrás por la izquierda.

Puntuación:

- Entre 30 y 45º 2 puntos
- Más de 45º 3 puntos
- Más de 90º 5 puntos
- Boya atrás sostenida 2sg. 10 puntos

3- Movimientos en ola-rulo. La ola o en rulo de la zona de competición deberán estar adaptados al nivel general de los participantes y en ningún caso podrán resultar peligrosos para su integridad física. Todos los participantes dispondrán de 2 mangas de 45 segundos para realizar el máximo número de figuras distintas.

Puntuación: además de las figuras recogidas en el anexo 1 del reglamento de estilo libre también puntuaran los siguientes movimientos:

- Surf adelante sostenido 2sg. 5 puntos
- Surf atrás sostenido 2sg. 5 puntos
- Ender de más de 30º 5 puntos