

FIGURES, SALTS i PIRUETES

FIGURES	ENANITO	Consisteix en ajupir-te el màxim possible sobre els dos peus mentre patines.
	CANÓ	El mateix del cas anterior, però amb un peu al terra i l'altre estirant la cama endavant.
	PATADA DE LA LLUNA	És un petit salt d'un pas de llargada, donant una "patada" enlaire i a continuació posant taco del peu dret o esquerre per caure amb el peu contrari
	PICAT	Es pica amb el peu esquerre, es salta de costat i piquen els peus enlaire.
	ÀNGEL ENDAVANT	Aixecar una cama amb la màxima alçada possible, mentre patines. És molt importat la correcta col·locació del cos.
	ÀNGEL ENRERA	El mateix que l'àngel endavant, però mentre es patina enrere.
SALTS	SALT DEL TRES	Salt de mitja volta, començat endarrere. Es posa el peu esquerre, es passa la cama dreta sense tocar al terra, impulsant i canviant el pel a l'aire, per acabar amb el dret.
	METZ	Salt d'una volta sencera que es comença endarrere. Es pica amb el peu esquerre sense obrir ni braços ni malucs, es fa una volta enlaire i es cau amb el peu dret (cama esquerra creuada davant).
	RIPPERBERG	Salt d'una volta sencera que es comença endarrere. S'acosta la cama esquerra amb flexió, es llança amunt sense obrir ni braços ni malucs, es fa una volta enlaire i es cau amb el peu dret (esquerra creuada davant).
	SALCHOW	Anant enrere amb la cama dreta enrere i apretan al taló, es roda cap a l'esquerra, es posa el freno per donar empenta. Es fa una volta enlaire i es cau amb la dreta.
	TUREN	Salt d'una volta sencera que es comença endarrere. S'acosta la cama esquerra amb flexió, es llança amunt sense obrir ni braços ni malucs, es fa una volta enlaire i es cau amb el peu esquerra. La dreta estirada al darrera.
	LUTZ	Patinat endarrere, en recte o diagonal, peu esquerre al terra amb el pes al taló. S'allarga la cama dreta endarrere fins al terra, recolzant el freno. La cama esquerra s'acosta fins a la mateixa alçada i llavors es salta una volta enlaire i es cau amb la dreta (esquerra enrotllada davant).

SALTS	FLIP	Igual què el lutz però el pes del peu del terra es posa al centre. Es pot fer amb o sense entrada.
	AXEL	Un salt d'una volta i mitja executat com en el salt del tres.
	DOBLE SALCHOW	És el salt del salcof, però fent dues voltes.
	DOBLE METZ	És el salt del metz, però fent dues voltes.
	DOBLE RIPPERBERG i DOBLE FLIP/LUTZ	Un és el Ripper fent dues voltes, i l'altre és el Flip o Lutz fent dues voltes.
PIRUETES	PIRUETA DE DOS PEUS (1)	Girar tot el cos amb els dos peus a terra i junts.
	PIRUETA EXTERIOR ENRERA (2)	Pirueteta enrere amb el peu esquerre al terra amb el pes a la punta interior. La cama dreta es posa davant doblegada amb 90°
	PIRUETA EXTERIOR ENDAVANT(3)	Pirueteta endavant amb el peu esquerre al terra amb el pes al taló exterior. La cama dreta es posa al costat estirada i després doblegada
	PIRUETA EXTERIOR ENRERA (4)	Pirueteta enrere amb el peu dret al terra amb el pes a la punta exterior. La cama esquerra es creua davant.
	PIRUETA BAIXA	És com la pirueteta interior enrere però en posició de figura canó. Es fan tres voltes a baix i es puja fent pirueteta 2.
	PIRUETA ÀNGEL EXTERIOR ENRERA	En posició figura àngel, amb el peu dret al terra i el pes a la punta exterior amb sortida pirueteta 4. Variacions en figura àmfora, reversada o taló.
	PIRUETA ÀNGEL EXTERIOR ENDAVANT	En posició figura àngel, amb el peu esquerra al terra i el pes al taló exterior amb sortida pirueteta 2. Variacions en taló.