

# 2025/2026 赛季全国花样滑冰少年锦标赛竞赛规程

根据国家体育总局相关要求及中国花样滑冰协会 2025/2026 赛季全国比赛计划，特制定本规程：

## 一、竞赛日期和地点

日期：2025 年 12 月 8 日-11 日。

地点：（吉林市冰上运动中心）吉林省吉林市丰满区东山街 388 号。

## 二、竞赛项目

### （一）少年甲组

1. 男子单人滑
2. 女子单人滑
3. 双人滑
4. 冰上舞蹈

### （二）少年乙组

1. 男子单人滑
2. 女子单人滑
3. 冰上舞蹈

### （三）少年丙组

1. 男子单人滑
2. 女子单人滑
3. 双人滑

#### 4. 冰上舞蹈

### 三、参赛资格

(一) 已完成中国花样滑冰协会 2025 年度花样滑冰运动员注册工作的单位及个人。

(二) 持有中华人民共和国居民身份证、港澳居民来往内地通行证(回乡证)、台湾居民来往大陆通行证(台胞证)或台湾居民居住证。

(三) 报名参赛运动员须在 2025 年中国花样滑冰俱乐部联赛分站赛或总决赛相应组别中达到最低技术分要求。

最低技术分要求如下：

<b>甲组(精英少年高龄组)：</b>	<b>短节目/图案舞</b>	<b>自由滑/自由舞</b>
男子单人滑	12	18
女子单人滑	12	18
双人滑	9	12
冰上舞蹈	16(两个舞蹈)	11
<b>乙组(精英少年中龄组)：</b>	<b>短节目/图案舞</b>	<b>自由滑/自由舞</b>
男子单人滑		16
女子单人滑		16
冰上舞蹈	16(两个舞蹈)	6

丙组（精英少年低龄组）：	短节目/图案舞	自由滑/自由舞
男子单人滑		14
女子单人滑		14
双人滑		9
冰上舞蹈	14（两个舞蹈）	5

（四）同一项目运动员只能选择一个组别参赛。

（五）经中国花样滑冰协会核准，香港特别行政区、澳门特别行政区和台湾省运动员可直接参加此次全国花样滑冰少年锦标赛。

#### 四、竞赛办法

##### （一）少年甲组技术要求

##### 1. 单人滑

男子短节目：

（1）一周半或两周半跳。

（2）单跳：一个两周或三周跳跃，此跳跃不得与节目中其它跳跃重复。

（3）联跳：由两个两周跳，或一个两周与一个三周，或两个三周跳组成，第二跳必须是后外结环两周或三周（2025-2026 赛季），两个跳跃均不得与节目中其它跳跃重复。

（4）换足或不换足的燕式旋转，不允许跳进入（如果

换足,5+5圈,如果不换足,至少旋转6圈)(适用于2025/26赛季)。

(5) 只允许一次换足的联合旋转(5+5圈,不允许跳进入)。

(6) 充分利用冰面的接续步。接续步定级规则中第4条,用不同足完成两组难度转体步组合:组合中必须包含前内刃括弧步和后外刃外勾步(适用于2025/26赛季),可以在同一组中完成,也可以一个在第一组中完成而另一个在第二组中完成。在两组转体步组合中只有一种难度转体步可以被重复一次。达到基本级必须完成至少2个干净用刃的难度转体步或步法。

女子短节目:

(1) 一周半或两周半跳。

(2) 单跳: 一个两周或三周跳跃,此跳跃不得与节目中其它跳跃重复。

(3) 联跳: 由两个两周,或一个两周与一个三周,或两个三周跳组成,第二跳必须是后外结环两周或三周(2025-2026赛季),两个跳跃均不得与节目中其它跳跃重复。

(4) 不换足弓身转/侧弓身转或不换足燕式旋转(6圈,不允许跳进入,2025-2026赛季)。

(5) 只允许一次换足的联合旋转(5+5圈,不允许跳

进入)。

(6) 充分利用冰面的接续步。接续步定级规则中第 4 条,用不同足完成两组难度转体步组合:组合中必须包含前内刃括弧步和后外刃外勾步(适用于 2025/26 赛季),可以在同一组中完成,也可以一个在第一组中完成而另一个在第二组中完成。在两组转体步组合中只有一种难度转体步可以被重复一次。达到基本级必须完成至少 2 个干净用刃的难度转体步或步法。

男子和女子自由滑:

(1) 最多六个跳跃动作,其中一个必须是阿克谢尔类跳跃,最多可以有两个联跳或一个联跳和一个连续跳。其中一个联跳或连续跳可以包含三个跳,另一个最多包含两个跳。连续跳包含任意周数的两个或三个跳,第二个和/或第三个跳必须是一个阿克谢尔类跳跃,从第一跳或第二跳落冰弧线直接进入阿克谢尔类起跳弧线。只有两种三周跳可以在联跳或连续跳中重复。~~不允许做四周跳~~。任何一周、两周(包括两周半跳)或三周跳不能完成超过两次。相同类型的跳跃,与周数无关,在自由滑中不能完成超过三次。

(2) 最多两个不同类型(简写)的旋转,其中一个必须是换足联合旋转,至少 8 圈,不允许跳进入;另一个必须是跳接蹲踞旋转,至少 6 圈,允许换足但不允许换姿势

(适用于 2025/26 赛季)，如果有换足，至少旋转 8 圈。

(3) 最多一个编排接续步，至少包含两个不同的滑行动作。

运动员在短节目和/或自由滑中完成的跳跃可以得到奖励加分。为了达到可获得奖励加分的标准，跳跃必须足周完成或落冰时落在四分之一(q)，并且必须符合短节目对于跳跃的规则要求和自由滑中关于保证完整均衡的自由滑动作和关于重复动作的规则要求。跳跃可以作为单跳，或在联跳、连续跳中完成。被技术组认定为周数不足(<)、降级(<<)，错误用刃(e)或跌倒或认定为无效动作(\*)的跳跃无法获得奖励加分。然而，如果一个联跳或连续跳中的跌倒不是在有奖励的跳跃内而是在另一个跳跃中，则仍可以得到奖励加分，例如 3Sb+2T 在做 2T 时有跌倒。如果一个动作加了(!)和(q)，奖励加分仍然有效。+REP 的跳跃可以获得加分。

在短节目中最多可以获得两分奖励加分：一个两周半跳获得一分奖励加分，一个三周跳获得一分奖励加分。在自由滑中最多可以获得三分奖励加分：一个两周半跳获得一分奖励加分，任何两个不同种类的三周跳，每个可获得一分奖励加分。

## 2. 双人滑

短节目：

(1) 一个一组至四组的托举，不允许单臂托举。

(2) 一个捻转托举（一周或两周）。

(3) 一个单人跳（两周）。

(4) 一个换足或者不换足的单人联合旋转（如果换足，每只脚 5+5 圈，如果不换足，至少旋转 6 圈）。

(5) 一个螺旋线。

(6) 一个充分利用冰面的接续步。

自由滑：

(1) 两个都选自 1 组或选自 2 组的托举，或两个选自 1 组至 4 组的不同类型托举，不允许单臂托举，（1 组和 2 组托举不要求托举手臂完全伸展）。

(2) 一个抛跳（两周）。

(3) 一个单人跳（两周）。

(4) 一个双人联合转（至少 6 圈）。

(5) 一个螺旋线。

(6) 一个编排接续步，两人都至少包含两个不同的滑行动作。

双人滑运动员完成的螺旋线动作，可以分别在短节目和自由滑当中，最多获得一（1）分的奖励加分。为了获得该奖励加分，该螺旋线必须达到 2 级或更高的级别。当螺旋线被技术组认定为跌倒或者被认定为无效动作（\*）的情况下，不能获得奖励加分。

### 3. 冰上舞蹈

图案舞：

(1) 星光华尔兹

(2) 快步舞+编排动作

自由舞：

(1) 一个短托举（7秒）。

(2) 一个连续捻转步。

(3) 一个舞蹈旋转。

(4) 一个相握 B 类型直线类（中线或对角线）或弧线类（圆形或蛇形）接续步。

(5) 两个不同的编排动作，选自编排特色接续步、编排托举、编排滑动动作、编排旋转动作、编排捻转步动作，在“快步舞+编排动作”图案舞中尝试的编排动作类型不可在自由舞中重复使用。重复出现的编排动作将被标记“！”符号。

#### (二) 少年乙组技术要求

##### 1. 单人滑

男子和女子自由滑：

(1) 最多五个跳跃动作，其中一个必须是阿克谢尔类跳，最多可以有两个联跳或一个联跳和一个连续跳。联跳和连续跳只能包含两个跳。在连续跳当中，第二个跳跃必须是阿克谢尔类型，并且需从第一跳落冰弧线直接进入阿

克谢尔跳起跳弧线。两个跳跃之间在冰上旋转一周（浮足可以触冰，但没有发生重心的转移）的情况下，动作仍然符合连续跳的概念。在连续跳当中完成的跳跃可以得到完整的动作分值。只允许做一个三周跳，不允许四周跳，只有一个一周和一个两周跳（包括两周阿克谢尔跳）可以重复一次。

(2) 最多两个不同类型（简写）的旋转，其中一个必须是联合旋转，另一个必须是一种姿势旋转。换足联合旋转至少 8 圈或者不换足联合旋转至少 6 圈，不允许跳进入，如果有换足每只脚只计算一个提级条件。非基本姿势的难度变化不计入此旋转的提级条件，将被技术组忽略。换足一种姿势旋转至少 8 圈或者不换足一种姿势旋转至少 6 圈，允许跳进入，如果有换足，每只脚只计算一个提级条件。

(3) 最多一个充分利用冰面的接续步且至少包含一个滑行动作（如燕式平衡、大一字步、伊娜鲍尔步、匍匐滑行动作等）。如果缺少滑行动作，则该动作没有级别。达到基本级必须完成至少 2 个干净用刃的难度转体步或步法。接续步定级条件第 3 条肢体动作的运用至少占图案的 1/3，和第 4 条用不同足完成两组难度转体步组合，技术组将不会计算该两个提级条件。

## 2. 冰上舞蹈

图案舞：

两个图案舞，赛前通过抽签决定。

2025-2026 赛季：内勾狐步、欧洲华尔兹、探戈

自由舞：

(1) 一个短托举（7 秒）。

(2) 一个连续捻转步。

(3) 一个舞蹈旋转。

(4) 两个编排动作，一个必须是编排特色接续步，另一个选自编排托举、编排滑动动作、编排旋转动作、编排捻转步动作。

### (三) 少年丙组技术要求

#### 1. 单人滑

男子和女子自由滑：

(1) 最多五个跳跃，其中一个必须是阿克谢尔类跳，最多可以有两个联跳或一个联跳和一个连续跳。联跳和连续跳只能包含两个跳。在连续跳当中，第二个跳跃必须是阿克谢尔类型，并且需从第一跳落冰弧线直接进入阿克谢尔跳起跳弧线。两个跳跃之间在冰上旋转一周（浮足可以触冰，但没有发生重心的转移）的情况下，动作仍然符合连续跳的概念。在连续跳当中完成的跳跃可以得到完整的动作分值。只允许做一个三周跳，不允许四周跳，只有一个一周和一个两周跳（包括两周阿克谢尔跳）可以重复一

次。

(2) 最多两个不同类型（简写）的旋转，其中一个必须是联合旋转，另一个必须是不换足和不变姿势的旋转。换足联合旋转至少 8 圈或者不换足联合旋转至少 6 圈，允许跳进入，如果有换足，每只脚只计算一个提级条件。非基本姿势的难度变化不计入此旋转的提级条件，将被技术组忽略。不换足一种姿势旋转至少 6 圈，必须完成在一个基本姿势上且不能有难度姿势变化，该旋转最高级别为基础级，不允许在此旋转中做提级条件，如果做了提级条件，则该旋转将没有级别，可以做 8 圈，但不被计算为一个尝试的提级条件，不允许跳进入。

(3) 最多一个充分利用冰面的接续步且至少包含一个滑行动作（如燕式平衡、大一字步、伊娜鲍尔步、匍匐滑行动作等）。如果缺少滑行动作，则该动作没有级别。达到基本级必须完成至少 2 个干净用刃的难度转体步或步法。接续步定级条件第 3 条肢体动作的运用至少占图案的 1/3，和第 4 条用不同足完成两组难度转体步组合，技术组将不会计算该两个提级条件。

## 2. 双人滑

自由滑：

(1) 两个选自一组和/或选自二组的托举，不允许单臂托举（不要求完全伸展手臂）。

(2) 一个抛跳（一周）。

(3) 一个单人跳（一周或两周）。

(4) 一个单人转或一个双人转，单人转可以换足至少 8 圈或不换足至少 5 圈，双人转至少 5 圈。

(5) 一个规尺动作。

(6) 一个充分利用冰面的接续步。

### 3. 冰上舞蹈

图案舞：

两个图案舞，赛前通过抽签决定

2025-2026 赛季：垂柳华尔兹、卡纳斯塔探戈和节奏

### 布鲁斯

自由舞：

(1) 一个连续捻转步。

(2) 一个舞蹈旋转。

(3) 两个编排动作，一个必须是编排特色接续步，另一个选自编排托举、编排滑动动作、编排旋转动作、编排捻转步动作。

### (四) 节目时间

#### 1. 少年甲组

(1) 短节目：男/女单人滑/双人滑均为 2 分 20 秒(加减 10 秒)。

(2) 自由滑：男/女单人滑/双人滑均为 3 分钟(加减

10 秒)。

(3) 冰舞图案舞：2025-2026 赛季，运动员所需的图案舞音乐自行提供，依照国际滑联规则 707 条第 6 段：图案舞最后一步完成后，运动员必须在 20 秒内完成结束姿态。如果超出规定时间，将依照规则扣分。

(4) 冰舞自由舞为 3 分钟(加减 10 秒)。

## 2. 少年乙组

(1) 自由滑：男子/女子单人滑均为 3 分钟(加减 10 秒)。

(2) 冰舞图案舞：2025-2026 赛季，运动员所需的图案舞音乐自行提供，依照国际滑联规则 707 条第 6 段：图案舞最后一步完成后，运动员必须在 20 秒内完成结束姿态。如果超出规定时间，将依照规则进行扣分。

(3) 冰舞自由舞为 2 分 30 秒(加减 10 秒)。

## 3. 少年丙组

(1) 自由滑：男子/女子单人滑均为 2 分 30 秒(加减 10 秒)。

(2) 冰舞图案舞：2025-2026 赛季，运动员所需的图案舞音乐自行提供，依照国际滑联规则 707 条第 6 段：图案舞最后一步完成后，运动员必须在 20 秒内完成结束姿态。如果超出规定时间，将依照规则进行扣分。

(3) 冰舞自由舞为 2 分钟(加减 10 秒)。

(4) 双人滑自由滑为 3 分钟(加减 10 秒)。

## (五) 其他规则

### 1. 少年甲组

(1) 单人滑、双人滑、冰上舞蹈所有节目的定级技术动作级别最高为 3 级。

### (2) 节目内容分

项目	节目内容分数	节目内容分系数
单人滑	三大项	男单：短节目：1.20 自由滑：2.40 女单：短节目：1.07 自由滑：2.13
双人滑	三大项	短节目：1.07 自由滑：2.13
冰上舞蹈	三大项	图案舞：0.93 自由舞：1.33

### 2. 少年乙组

(1) 单人滑、冰上舞蹈所有节目的定级技术动作级别最高为 2 级。

### (2) 节目内容分

项目	节目内容分数	节目内容分系数
单人滑	三大项	男单自由滑：2.00 女单自由滑：1.70

冰上舞蹈	三大项	图案舞：0.70 自由舞：1.00
------	-----	-------------------

### 3. 少年丙组

(1) 单人滑、双人滑所有节目的定级技术动作级别最高为 2 级；冰上舞蹈所有节目的定级技术动作级别最高为 1 级。

#### (2) 节目内容分

项目	节目内容分数	节目内容分系数
单人滑	三大项	自由滑：1.67
双人滑	三大项	自由滑：1.33
冰上舞蹈	三大项	图案舞：0.70 自由舞：1.00

4. 其它相关比赛规则参照国际滑联现已发布的 2025-2026 赛季竞赛规则执行。

(六) 少年甲组单人滑短节目前 24 名进入自由滑；少年甲组双人滑短节目前 16 名进入自由滑；冰上舞蹈图案舞前 20 名进入自由舞。

#### (七) 运动员出场顺序

运动员第一项节目出场顺序根据中国花样滑冰协会运动员排名并参照国际滑联规则第 520 条执行，运动员第

二项节目出场顺序按照第一项成绩倒序出场。

## 五、报名与报到

(一) 各参赛单位按照报名通知要求完成报名，逾时不予受理。

(二) 运动员持有效身份证件(身份证等)和有效保险单参赛。参赛者须充分了解自身健康状况、运动存在的潜在风险，对自己的安全负责，自行购买赛期内(含训练)有效的意外险。如因参赛者自身原因出现意外伤害，主办方和承办方不承担责任。

(三) 各参赛单位负本队伍赛事安全、赛风赛纪及反兴奋剂主体责任，领队/带队教练员负总责。领队/带队教练负责向参赛队及时传达赛事相关信息。参赛者本人为赛事安全、赛风赛纪及反兴奋剂工作第一责任人。

(四) 具体报到时间和地点以报名通知为准。

(五) 参赛运动员费用自理。

(六) 参赛者提供的比赛音乐应确认不存在音乐版权侵权问题，如有出现，侵权责任由参赛者本人承担。

(七) 中国花样滑冰协会有权对赛事参与者进行拍摄，且有权自行或授权第三方无偿使用在赛事期间形成的包含参与者肖像、姓名、声音等的图片、视频等视听资料，用于推广花样滑冰运动。

(八) 报名成功后因故无法参赛者，须在报到日 7

日之前参赛单位以邮件的形式提交加盖公章的退赛申请及相关证明材料。申请退赛的运动员不得赛期内参加其他赛事或活动。无故弃权将予以警告，当赛季累计警告超过2次的单位或个人，所属单位当赛季参赛名额将受限制；个人当赛季报名参赛次数将受限制。

## **六、录取名次和奖励**

(一)少年甲组各项目录取前8名颁发证书，少年乙组、丙组各项目录取前6名颁发证书，参加比赛的人(对)数不足录取名额的，按实际参赛人(对)数奖励。

(二)获得各项目比赛前3名的，分别颁发金、银、铜牌和获奖证书。

## **七、裁判员和争议解决委员会**

(一)裁判长、裁判员、技术监督、技术专家、数据操作员、记录长由中国花样滑冰协会选派，场外辅助裁判由承办单位协助选派，报中国花样滑冰协会批准。

(二)如果参赛单位对运动员的成绩等方面有异议，按国际滑联总则第123条规定执行。

## **八、联系方式**

中国花样滑冰协会

地 址：北京市海淀区中关村南大街56号

联系人：许岳峥、卢妍妍

联系邮箱：[event@cfsa.com.cn](mailto:event@cfsa.com.cn)

九、在本赛事活动中发生的纠纷，可以依法向中国体育仲裁委员会申请仲裁。

十、本竞赛规程和比赛相关信息将在中国花样滑冰官方网站 [www.cfssa.com.cn](http://www.cfssa.com.cn) 上公布。

十一、本规程的最终解释权归中国花样滑冰协会。

十二、未尽事宜，另行通知。