

Sæson 2024/2025



# Tårnby Skøjteklubs interne klubmærker

## Mærke 1

Vis skær - inder- og yderskær  
Gå på takker og hæle  
Gå baglæns  
Skrabe sne (uden brug af bande)  
Gå rundt på stedet (skal vises både med og mod uret)  
Forlæns rødspætter  
Forlæns hug på 2 fødder (mellem 90-140°)  
Falde på maven  
Falde på numse/ryg  
Rejse sig op (uden hjælp)

## Mærke 2

Forlæns slalom på 2 fødder  
Baglæns rødspætter  
Forlæns pump på cirkel (skal vises både med og mod uret)  
Baglæns 2-fods hop  
Forlæns sneplov (skal vises på både H og V)  
Forlæns udvendig tretalsvending fra stillestående (skal vises på både H og V)  
Forlæns indvendig tretalsvending fra stillestående (skal vises på både H og V)  
2-fods ståpiruette  
Forlæns stork (skal vises på både H og V)  
Forlæns hug på 2 fødder (90° eller under)

## Mærke 3

Forlæns chassé på cirkel (skal vises både med og mod uret)  
Baglæns slalom på 2 fødder  
Baglæns kryds på cirkel (skal vises både med og mod uret)  
2-fods vendinger på cirkel med fart (skal vises både med og mod uret)  
Baglæns sneplov (skal vises på både H og V)  
Landingsposition på cirkel (3 sekunder i position - skal vises både med og mod uret)  
Skøjtespring med landing på 2 fødder på cirkel (skal vises enten med eller mod uret)  
Forlæns 1-fods ståpiruette (USp)  
Tåloop (1T) fra stillestående eller med fart  
Baglæns stork (skal vises på både H og V)

# Sæson 2024/2025



## Mærke 4

Forlæns kryds på cirkel (skal vises både med og mod uret)

Forlæns udvendig tretalsvending på linje (skiftevis på H og V)

Baglæns 1-fods slalom (skal vises på både H og V)

Forlæns indvendige twizzles (skal vises på både H og V)

Sammensat trin: FU tretalsvending, skift ben, BU tretalsvending, FI mohawk, skift ben, landing, skift ben, landing, vice versa  
Salchow (1S) med fart

Baglæns 1-fods ståpiruette (USp)

Tåloop + Euler + Salchow (1T + Eu + 1S)

Forlæns flyver på linje (skal vises på både H og V)

Måne (valgfrit om det vises den ene eller anden vej)

## Mærke 5

Forlæns indvendig mohawk, skift ben, baglæns udvendig tretalsvending på linje, vice versa

Baglæns udvendige crossrolls (skiftevis på H og V)

Forlæns udvendige dobbelt tretalsvendinger i 8-tal (skal vises på både H og V)

Tango brems (skal vises på enten H eller V)

Loop (1Lo) med fart på cirkel

Flip (1F) med fart

1-fods ståpiruette fra forlæns til baglæns (CUSp)

Forlæns parallel- eller siddepiruette (minimum 3 omgange i positionen)

Baglæns window med enten samme/modsat arm og ben (skal vises på både H og V)

Ina Bauer (valgfrit om det vises den ene eller anden vej)

## Mærke 6

FU omvendt vekselvending, 2 x BU crossrolls, BU omvendt vekselvending (skal vises på både H og V)

Forlæns udvendigt øje (skal vises på enten H eller V)

Baglæns indvendige buer på linje (skal vises på både H og V)

Forlæns indvendig omvendt tretalsvending, taktrin (skal vises på både H og V)

FU chocktaw, BI 3-tal, kryds over, skift ben, FI mohawk, skift ben, half-walley, skift ben, landing, vice versa

3 x hop med rotation, landing på sidste (skal vises enten med eller mod uret)

Lutz (1Lz) med fart

Flip + Loop + Euler + Flip (1F + 1Lo + Eu + 1F)

Forlæns kombinationspiruette (CoSp) (parallel, sidde, stå)

Valgfri piruettevariation i enten stå-, sidde- eller parallelposition (minimum 3 omgange i positionen)