

Taitotasokuvaukset

Luistelukoulu

- luistelukouluun osallistuvan lapsen on pysyttävä itse luistimilla pystyssä, vanhempia ei voida ottaa jälle
- innokkuus oppia
- luistelukouluun voi osallistua 1-2 x viikossa

Harrastusryhmä

- harjoitellaan luistelun perusteita
- harjoitellaan myös helpoimpia hyppyjä, piruetteja ja askeleita
- harjoitukset 2 x viikossa

Tiitiäiset

- taitoluisteluharrastukseen sitoutuminen
- sujuva peruluistelu eteen- ja taaksepäin
- ryhmän harjoittelussa pääpaino peruluistelussa, sekä liu'un, kaarien ja kolmosten oppimisessa
- ryhmän luistelijalla valmius yksöishyppyjen harjoitteluun sekä piruettien alkeisiin
- ei vielä osallistuta kilpailuihin
- harjoitukset 2 x viikossa, lisäksi yksi oheisharjoitus

Kilpa3

- ryhmässä harjoitellaan omatoimista harjoittelua
- luisteliija osaa vähintään tulpin ja salchowin
- luisteliija osaa pyöriä vähintään 3 kierrosta seisomapiruetissa
- ryhmässä harjoitellaan vaikeampia yksöishyppyjä ja hyppy-yhdistelmiä
- ryhmän luistelijat kilpailevat tintit- ja taitajat-sarjoissa
- harjoitukset 3-4 x viikossa, lisäksi kahdet oheisharjoitukset

Kilpa2

- luisteliija ottaa itse vastuuta omasta harjoittelustaan
- luisteliija omaa hyvät valmiudet akselin oppimiseen
- luisteliija hallitsee piruetit perusasennoissa
- ryhmässä harjoitellaan akselia, kaksoishyppyjä, piruettien variaatioita sekä vaativampia askeleita
- ryhmän luistelijat kilpailevat minit- ja taitajat-sarjoissa
- harjoitukset 3-4 x viikossa, kahdet oheisharjoitukset

Kilpa1

- luistelijalta edellytetään ohjatun harjoittelun lisäksi itsenäistä ja intensiivistä harjoittelua
- luisteliija osaa akselin ja omaa hyvät valmiudet kaksoishyppyjen harjoitteluun
- luisteliija hallitsee monipuolisesti laadukkaat piruetit
- luisteliija hallitsee vaativia askeleita ja askelsarjoja
- ryhmässä harjoitellaan kaksois- ja kolmoishyppyjä
- luistelijat kilpailevat taitotasonsa ja ikänsä mukaisessa sarjassa: silmut, aluesarjat, kansalliset sarjat
- harjoitukset 5 x viikossa, kahdet ohjatut oheisharjoitukset sekä yhdet valmentajan ohjeistamat omatoimiset oheisharjoitukset

Taitotasokuvauksia

Soveltava luistelu

- soveltavan ryhmän luistelijat tarvitsevat vammansa tai erityistarpeensa takia hieman enemmän yksilöllistämistä tai apuvälineitä harjoitteluun
- harjoittelun tavoitteet pohditaan yksilöllisesti yhdessä urheilijan kanssa
- harjoittelun tavoite ei ole terapia vaan mukava ja haasteita antava urheiluharrastus
- ryhmässä voi tähdätä soveltavan taitoluistelun huippu-urheilijaksi ja kilpailla kansallisella sekä kansainvälisellä tasolla
- kilpailusarjoja impearin tai special olympic
- harjoituksissa tuetaan urheilijan itsenäistymistä ja terveellisiä elämäntapoja
- ryhmässä luistelee myös unified-luistelijoita eli vammattomia luistelijoita, jotka harjoittelevat parinsa kanssa pariluistelua
- luistelijan on tarvitessaan itse hankittava apuvälineet tai avustaja jälle
- ryhmässä ei ole ikärajoja
- ryhmäläiset osallistuvat seuran näytöksiin ja kilpailuihin
- ryhmäläisille tehdään omat kilpailuohjelmat, he voivat halutessaan osallistua kilpailuihin
- ryhmään pääsevät kaikki halukkaat vammasta riippumatta
- harjoitukset 1-3 x viikossa, harjoitteluun kuuluvat myös oheisharjoitukset sekä omatoiminen harjoittelu valmentajan ohjeiden mukaan

Muodostelmajoukkue, Team Ice Passion

- luistelijalla on yli 18-vuotias
- luistelijan perusluistelutaidot ovat hyvällä tasolla (perusluistelu eteen ja taakse, sirklaus eteen ja taakse)
- perusluistelutaito on sujuva ja varma
- luistelijalla hallitsee joukkueen kilpailuohjelmissa vaadittavat askeleet: kaaret, kaarenvaihdot, kolmoset, kaksoiskolmoset
- harjoitukseen sitoutuminen on tärkeää, jokaisen mukana olevan pitää pystyä sitoutumaan harjoitusaikoihin, kisamatkoihin ja niistä aiheutuviin kustannuksiin.