

団体競技(自由演技)

1 団体競技の採点

採点は次のように行う。

1 自由演技の配点

(1) 構成点

A 技術的価値・多様性・音楽・独創性 ———— 計10.00点

①構成の技術的価値

- a) 難度と数のレベル
- b) 徒手系の要素を伴って実施される難度
- c) 転回系の要素を伴って実施される難度
- d) 隊形の数
- e) 演技面の使用

②多様性

- a) 徒手要素多様性
- b) 転回系要素の多様性
- c) 隊形の変化
- d) ダイナミズム
- e) 空間使用の多様性

③音楽と動きの関係

- a) 動きと音楽の性格および構造
- b) 動きと音楽の強弱の変化

④独創性

- a) 新しい難度
- b) 難度の新しいコンビネーション
- c) 新しい隊形

(2) 実施点

B 実施・全体の調和・熟練度 ———— 計10.00点

①実施

- a) 徒手の動きの技術
- b) 転回系の技術
- c) リズミカルな実施(音楽と動き)

②全体の調和

GROUP EXERCISES (OPTIONAL EXERCISES)

1 Group Exercises Judgment

The method of judgment is as follows.

1. Allotment of Points

(1) Composition Score

A. Technical Value, Variety, Music, Originality ————
Total 10.00 points

① Technical Value in the Composition

- a) Level and number of the difficulties
- b) Difficulty with the elements of free-exercise
- c) Difficulty with the tumbling elements
- d) Number of formations
- e) Use of the whole floor area

② Variety in the:

- a) Elements of free-exercise
- b) Tumbling elements
- c) Formations
- d) Dynamics
- e) Use of space

③ Balance between music and movements

- a) Characteristics and structure of movements and music
- b) Strength variety of movements and music

④ Originality

- a) Novel difficulty
- b) Novel combination of difficulty
- c) Novel formations

(2) Execution Score

B. Execution / General harmony of the exercise / Mastery ————
Total 10.00 points

① Execution

- a) Technique of free-exercise
- b) Tumbling technique
- c) Rhythmic execution (music and movements)

② Unity of the exercise

- a) 団体同時性
- b) スケールの大きさ、実施のスピード、ダイナミズム
- c) 隊形および移動の正確さ
- d) 選手全員の音楽との完全な一致

合計 20.00 満点

2 演技時間

- 1 団体競技(自由演技)の演技時間は、2分30秒～3分00秒とする。
- 2 団体競技を計時するためのストップウォッチは、チームの内の1人以上、または全員の動きの開始と同時にスタートし、チーム全員が完全に動きを止めたとき(各種ポーズ)に止める。

減点：長すぎても短すぎても1秒につき ———— 0.10点

3 競技者

- 1 競技者は5名または6名で演技を行う。
- 2 演技の途中で競技者が怪我をした場合、監督者は演技を中断させなければならない。

A 演技の構成：構成に要求されるもの

1 一般事項

- 1 演技は、独創性をもった創作で、徒手系と転回系をもって構成する。
- 2 演技中における構成上の身体の接触は可とする。

2 難度の数とレベル

- 1 難度には、以下の4つのレベルがある。

A難度	B難度	C難度	D難度
-----	-----	-----	-----

- a) Group synchronization
- b) Scale, Execution speed, Dynamics
- c) Accuracy of formations and traveling
- d) Perfect unity between music and the whole group

Total 20.00 points

2 Length of the Exercises

1. The length of each exercise (optional exercise) is from 2min. and 30sec. to 3min.
2. The stop watch is started as soon as one or the whole group begins moving. Then, the stop watch will be stopped as soon as all gymnasts are totally motionless.

Deduction: 0.10 point ———— for each second under or over the time allowed.

3 Gymnasts

1. Each group exercise has to be performed by 5 or 6 gymnasts.
2. In case a gymnast is injured during the exercise, the coach must stop the exercise.

A. Composition: Requirements

1. Generalities

1. Exercise is composed of an original work, which has its own originality, which should consist of free-exercise and tumbling.
2. Physical contact as the composition is allowed.

2. Number and Level of the Difficulties

1. There are four levels of difficulties as follows;

Difficulties	A, B, C, D
--------------	------------

2 団体競技の難度要素としては以下の難度を入れなければならない。

A難度	B難度	C難度	D難度
制限なし	4	1	制限なし

(1) 難度の基準は、同一種目を3名以上が実施した種目を対象とし、それぞれの難度として数えられる。(ただし、組・組立運動は除く)

(2) 演技の難度を決定するためには、自由演技難度表を用いる。

(3) 難度部分が不足する場合は次のように減点する。

減点：	A難度不足	_____	減点なし
	B難度1個不足	_____	0.10点
	C難度1個不足	_____	0.30点

3 徒手系の構成

1 基礎要素群

徒手系には、各種の徒手・跳躍・柔軟・バランス・倒立を入れなければならない。

ただし、柔軟、バランス、倒立については、全員が同時または時間差で行わなければならない。

(1) 各種の徒手 _____ 上肢、下肢、体前屈、体後屈、体側屈、体回旋、腕の振動、脚の屈伸、胸の後反、体の弾性などさまざまな複合運動

(2) 跳躍 (ジャンプ) _____ 鹿跳び、前後開脚跳び、左右開脚跳び

2. Group exercise must include the following difficulties:

Difficulty A:	No limit
Difficulty B:	4
Difficulty D:	No limit

(1) The criteria of difficulty is valid when more than 2 gymnasts execute the difficulty with the same apparatus. (Except partner exercises and pyramid buildings)

(2) The list of difficulty for the optional exercise is used to determine the difficulties.

(3) In case of lack of difficulty, it's deduction is as follows

Penalties:	Lack of a difficulty A	_____	No deduction
	Lack of a difficulty B	_____	0.10
	Lack of a difficulty C	_____	0.30

3. Composition of the Free-exercises

1. Fundamental Groups

Free-exercise requires free-exercise, leap, flexibility, balance and handstand.

All gymnasts of the group must perform flexibility, balance and handstand at the same time or in sequence.

(1) Free-exercises _____ Multiple exercise such as using arms and legs, or bending the body forward, bending the body backward, bending the body to the side, rolling the body, swinging the arms, stretching the legs, arching the back and using the body elasticity.

(2) Jump _____ Various jumps such as leap jump, split jump

などさまざまな跳躍

- (3) 柔軟 (2秒静止) —— 左右開脚体前屈柔軟、前後開脚柔軟、閉脚体前屈柔軟などさまざまな柔軟
- (4) バランス (2秒静止) —— さまざまなバランス (脚は水平以上あがっていること)
- (5) 倒立 (2秒静止) —— さまざまな倒立 (倒立は両腕または片腕倒立とする)
- 減点：徒手系の基礎要素群の1つが不足の場合 —— 0.30点

2 その他の要素群

- (1) 歩、走 —— さまざまなステップなど
- (2) 転向 (ターン) —— 1回転、2回転、3回転、4回転など
- (3) 徒手と徒手 (前転・後転・横転・ブリッジ) の組み合わせ。

4 転回系の構成

1 基礎要素群

- (1) 転回系には、転回運動、組および組立運動を含む。
- (2) 転回系は、4回入れなければならない。
- ① 3歩以上の助走つきのとびこみ前転 (両足・片足ふみきり) は転回系とする。
- (前転・後転・横転・ブリッジは徒手系とし、転回系には含めない。ただし、2歩以内で踏みきる (両足・片足) とびこみ前転は徒手に数える。)
- (注：徒手系と徒手系の組み合わせは、転回系とはみなさない。)
- 減点：転回系の基礎要素群の1つが過不足の場合 —— 0.30点

2 転回系の教え方

- 次の場合、転回系1回として数える
- (1) 1名以上が転回運動を単一 (1回) または連続で実施した場合。
- (2) 2名以上が組または組立運動を実施した場合。

and straddle jump

- (3) Flexibility (2 seconds) —— Various flexibilities such as straddle, split and pike flexibility.
- (4) Balance (2 seconds) —— Various balances (the legs must be parallel to the floor or higher)
- (5) Handstand (2 seconds) —— Various handstands (one hand or both hands)
- Deduction: 0.30 points for each lack of the Fundamental Groups of free-exercises.

2. Other elements

- (1) Walk, run —— various steps etc.
- (2) Turn —— 1 turn, 2 turns, 3 turns, 4 turns and so on.
- (3) Combination of free-exercises (forward roll, backward roll, side roll and bridge)

4 Composition of 'Tumbling'

1. Fundamental Groups

- (1) 'Tumbling' consists of tumbling exercise, partner exercise and pyramid building.
- (2) 'Tumbling' must be put in the performance 4 times.
- ① Jumping forward roll with an approach of more than 2 steps (take off with both legs or with one leg) is defined as Tumbling.
- (Atten: A combination of free-exercises is not considered as Tumbling.)

Deduction: 0.30 points for each lack or each extra of the Fundamental Groups of Tumbling.

2. How to count 'Tumbling' Elements

- Following is counted as one tumbling.
- (1) One or more gymnasts executing a single tumbling or tumbling series.
- (2) More than one gymnast executing partner exercise or pyramid building.

(3) 全員がいくつかのグループに分けて実施した場合。

①助走を含め、転回系の技を連続で実施した場合。

②組・組立運動と転回運動を組み合わせて連続で実施した場合。

③転回系と転回系の間に行う1回の跳躍は、転回系の連続運動とする。ただし、1回の跳躍後の転回運動は、助走なしの転回系とする。

(注：助走(助走のための補助動作を含む)は転回系の補助動作とする。)

5 演技の開始

1 全員が配置について開始のポーズをとり、全員が動きを止めてから始めること。

減点：上記に反した場合 _____ 0.10点

2 演技の開始は、演技面内であればどの位置からでもよい。

6 演技の終了

1 全員が終了のポーズをとり、完全に動きを止めたときとする。

2 演技の終了は、演技面内であればどの位置でもよい。

7 構成の多様性

1 要素の多様性

構成は、徒手の要素においても、また、それらと組み合わせられる転回系の要素、およびその結果表されるコンビネーションにおいても多様性に富むという印象を与えなければならない。

2 構成の多様性

構成の多様性は、ダイナミズム(力動感)の変化や緩急の変化によっても表現される。

3 空間使用の多様性

8 独創性

独創的な構成は、新しさの探求、技術的な創造性によって特徴付けられるものであり、構成の重要な一面である。

(3) All gymnasts executing the exercise in several groups.

① Series of tumbling with an approach.

② A combination series of partner exercise, pyramid building and tumbling.

③ A jump between 'Tumbling' elements is considered as a tumbling series. However, 'Tumbling' after a jump must be done without an approach.

(Approach, including approach movements for an approach, is considered as an approaching movement for 'tumbling')

5. Starting Position

1. All gymnasts must take their position before they start.

Deduction: Against the above _____ 0.10 point

2. Starting position may be from any position on the competition floor.

6. At the End of the Exercise

1. When all gymnasts stop their motion completely taking their poses, the performance is regarded as the end.

2. Ending position is allowed on any places in the competition floor.

7. Variety in the Composition

1. Variety in the Element

The composition must give an impression of variety, due as much to the diversity in the elements performed with the free-exercise, as to the diversity in the tumbling elements associated with them, and to the combinations that can result from these.

2. Variety in the Composition

The variety in the composition must also have an apparent variety in dynamics and have a variation of fast and slow parts.

3. Variety in the Use of Space

8. Originality

An original composition is characterized by a search for novelty and technical creativity. It plays an important part in

9 難度要素の価値

競技では、自己の身体を完全に支配すべきものであるから、演技は競技者の能力に応じて力強さと美しさと安定が必要である。

10 組み合わせの技術価値

演技は、各運動の組み合わせによって構成されるが、その如何によって技術価値を異にする。

11 構成に関する欠点については次の表による。

構成欠点表

小欠点 (0.10点)	中欠点 (0.20点)	大欠点 (0.30点以上)
-------------	-------------	---------------

B 演技の実施

1 演技の出来ばえ

演技は、徒手系の技術、転回系の技術、伴奏音楽との調和など、全体の調和と安定があり、全体を通じて、とぎれない印象で伸び伸びと行なわれるものである。

1 徒手系

- (1) 徒手系は、動きの自然性や深さ、大きさ、動きの間やアクセント、そしてスピードの変化があり、身体の四肢の部分まで制御された演技であること。
- (2) 徒手系の身体の重心が、踵まで引き上げられた徒手が行われていること。

2 転回系

- (1) 宙返りの高さ (回転軸が肩の高さ以上) やスピード、ダイナミック

the appreciation of the composition.

9. Value of Difficulty Elements

In competition, since performance should be completely controlled by gymnasts' own body, it needs the power, beauty and stability according to the ability of competitors.

10. Technical Value of Combination

Though combinations of each group of exercise compose the performance, The technical value is determined according to each combination.

11. Any Faults of the Composition is as Follows;

Composition faults:

Small fault: 0.10p	Middle fault: 0.20p	Big fault: 0.30 p or more
--------------------	---------------------	---------------------------

B. Execution of the Exercise

1. Exercise Content

The exercise must have general harmony such as free-exercise technique, tumbling technique and combination with the music, and must give an uninterrupted impression of a whole.

1. Free-exercise

- (1) The free-exercise must have natural or deep movement, amplitude, intervals and accents of movements, and various speed. Also it must be controlled to the body limbs.
- (2) Balance on toe is required.

2. Tumbling

- (1) Enough height of the Salto (axis must be over the shoulder),

クさがあること。

減点：不足の場合そのつど _____ 0. 10点

(2) 全体の同時性や正確な着地が実施されていること。

① 転回系で着地が乱れた場合。ただし、両足同時着地で少しの両足同時移動は減点しない。

減点：1名1歩につき _____ 0. 10点

② 転回系で手を着いたり、しりもちを着いた場合。

減点：1名につき _____ 0. 30点

3 個人および全体の欠点

(1) 姿勢の不良、柔軟性の欠如、跳躍力の不足、転向の不正確など。

減点：そのつど _____ 0. 10点

(2) 全体として運動に張りや活気を欠く場合。

減点：そのつど _____ 0. 10点

(3) 徒手系の正確性および大きさが合わない場合。

減点：そのつど _____ 0. 10点

4 演技の軽快性

(1) 演技全体を通じて、卓抜な大きさとゆとりを持って行われ、すべては楽々と軽やかに行われること。

減点：そのつど _____ 0. 10点

5 個人の動きやリズムの欠点

(1) 1名の演技者の動きやリズムが狂っている場合。

減点：そのつど _____ 0. 10点

(2) 数人の演技者の動きやリズムが狂っている場合。

減点：そのつど _____ 0. 20点

6 演技中における身体の接触

(1) 徒手系の接触

① 競技者がミスにより他の競技者に接触した場合。あるいは一瞬乗った場合。

減点： _____ 0. 10点

② 競技者がミスにより他の競技者の上に完全に乗ってしまった場合

speed and dynamics.

Deduction: lack of each requirement above — 0.10 point

(2) Whole performance done simultaneously and with correct landings.

① Deduction as below for disordered landing on tumbling exercise. However, a slight movement of both legs when landing with both legs shall not be deducted.

Deduction: for each step per gymnast — 0.10 point

② For each person who touches his hands on the floor or lands on his rear during the tumbling.

Deduction: for each gymnast — 0.30 point

3. Individual and Group Fault

(1) Incomplete posture, lack of flexibility, lack of jumping ability, inaccurate conversion

Deduction: each time — 0.10 point

(2) Lack of tension and energy through the whole exercise

Deduction: each time — 0.10 point

(3) Lack of accuracy or lack of amplitude in free-exercise

Deduction: each time — 0.10 point

4. Lightness in exercise

(1) Exercise must be done lightly with enough amplitude and free of pressure through the whole exercise.

Deduction: each time — 0.10 point

5. Fault in individual movement or rhythm

(1) Bad movement or bad rhythm by one gymnast

Deduction: each time — 0.10 point

(2) Bad movement or bad rhythm by some gymnasts

Deduction: each time — 0.20 point

6. Body Contact during Exercise

(1) Body Contact during free-exercise

① When a gymnast makes a body contact with another gymnast due to his fault or that he rides on another gymnast for a moment.

Deduction: — 0.10 point

② When a gymnast rides on another gymnast completely due

減点: _____ 0.20点

(2) 転回系の接触

① 競技者がミスにより他の競技者に接触した場合。あるいは一瞬乗った場合。

減点: _____ 0.10点

② 競技者がミスにより他の競技者の上に完全に乘ってしまった場合。

減点: _____ 0.20点

7 柔軟 (2秒静止)

(注: 秒の目安として静止してから、1・2のカウントで静止の状態、3のカウントで動きはじめること。)

(1) 柔軟の静止時間が不足した場合。(注: 2のカウントで動いた場合)

減点: 1名につき _____ 0.10点

(2) 柔軟の静止時間が全くない場合。(柔軟の経過)

減点: 1名につき _____ 0.20点

(3) 柔軟に硬さが見られる場合。

減点: 1名につき _____ 0.10点

8 バランス (2秒静止)

(注: 秒の目安として静止してから、1・2のカウントで静止の状態、3のカウントで動きはじめること。)

(1) バランスの静止時間が不足した場合。(注: 2のカウントで動いた場合)

減点: 1名につき _____ 0.10点

(2) バランスの静止時間が全くない場合。(バランスの経過)

減点: 1名につき _____ 0.20点

(3) バランスの脚の高さが水平より下がっている場合。

減点: 1名につき _____ 0.10点

(4) ふらついた場合。

減点: 1名につき _____ 0.10点

9 倒立 (2秒静止)

(注: 秒の目安として静止してから、1・2のカウントで静止の状態、3のカウントで動きはじめること。)

to his fault.

Deduction: _____ 0.20 point

(2) Body Contact during Tumbling

① When a gymnast makes a body contact with another gymnast due to his fault or that he rides on another gymnast for a moment.

Deduction: _____ 0.10 point

② When a gymnast rides on another gymnast completely due to his fault.

Deduction: _____ 0.20 point

7. Flexibility (2 seconds)

(▲ As a criteria, a gymnast must remain still for two counts, and then start moving on the third count.)

(1) Lack of stillness during flexibility (▲when a gymnast moves before the third count)

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

(2) No stillness during flexibility (passing)

Deduction: for each gymnast _____ 0.20 point

(3) Stiffness in flexibility

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

8. Balance (2 seconds)

(▲ As a criteria, a gymnast must remain still for two counts and then start moving on the third count.)

(1) Lack of stillness during balancing (▲when a gymnast moves before the third count)

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

(2) No stillness during a balance (passing)

Deduction: for each gymnast _____ 0.20 point

(3) Leg below horizontal in balance

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

(4) Unstable balance

Deduction: for each person _____ 0.10 point

9. Handstand (2 second)

(▲ As a criteria, a gymnast must remain still for two counts, and then start moving at the third count.)

(1) Lack of the stillness during handstand (▲when a gymnast

(1) 倒立の静止時間が不足した場合。(注：2のカウントで動いた場合)

減点：1名につき _____ 0.10点

(2) 倒立の静止時間が全くない場合。(倒立の経過)

減点：1名につき _____ 0.20点

(3) 倒立の移動

減点：1名につき _____ 0.10点

(4) 腕の曲がり

①静止状態で腕が曲がり肘よりも頭が下がった場合。

減点：1名につき _____ 0.10点

(5) 倒立の失敗

①完全に戻って足をついてから前転を行った場合。

減点：1名につき _____ 0.20点

②完全につぶれた場合。

減点：1名につき _____ 0.20点

10 演技中の競技者の怪我

演技中の競技者の怪我等により、演技が続行不可能になったり、数名欠けて演技を実施した場合の採点。

(1) 実施したところまでの演技を採点する。

2 全般的な調和

演技は軽快で美しく、かつ優雅な表情をもって実施し、伴奏はこれに適応し、全体として調和のとれたまとまりのあることを意味する。

1 演技と伴奏音楽との調和

(1) 伴奏音楽は、運動と切り離せない一部分を表している。

(2) 伴奏音楽は、演技を妨害してはならない。

(3) 音楽の作品は、感動的であり競技者や観衆に楽しさを醸す必要がある。

(4) 伴奏音楽の音量は、競技者以外の人にも心地好さを与える必要がある。

moves before the third count)

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

(2) No stillness during handstand (passing)

Deduction: for each gymnast _____ 0.20 point

(3) Traveling in handstand

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

(4) Bending of the arm

① When the arm bends and the head drops below the elbow in a stationary handstand.

Deduction: for each gymnast _____ 0.10 point

(5) The fault in handstand

① Forward roll after both feet returns from the handstand.

Deduction: for each gymnast _____ 0.20 point

② When totally collapsing

Deduction: for each gymnast _____ 0.20 point

10) Gymnast's injury during an exercise

Judging procedure when the performance cannot be continued due to gymnast's injury or due to lack of gymnasts.

(1) That performance is judged up until the gymnast has injured.

2. General Harmony

Performance must be light and beautiful as well as having Gracefulness. Musical accompaniment must be adjusted with a sense of unity as a whole.

1. Harmony between exercise and musical accompaniment

(1) Musical accompaniment must be a part of which cannot be apart from the exercise.

(2) Musical accompaniment must not interfere with the exercise.

(3) Music needs to be emotional and makes gymnasts or audience pleasant.

(4) Volume of music needs to give comfortableness to everyone besides gymnasts.

3 実施に関する欠点については次の表による。

実施欠点表

小欠点 (0.10点)	中欠点 (0.20点)	大欠点 (0.30点以上)
演技の中断は、1秒につき0.10点の減点とする。		

3. Penalty for the execution is as follows

Execution faults:

Small penalty (0.10)	Middle penalty (0.20)	Big penalty (0.30)
Interruption of the exercise is 0.10 point for each second		

C 難 度

1 転回系の難度の条件

- ① 転回系の難度は、同時または時間差で3名以上が実施しなければ難度としては成立しない。
ただし、交差技については別に定める。(交差技を参照)
- ② 後転とびは何回連続しても同じ難度とする。
- ③ テンボと宙返りの間に後転とびが入った場合は、宙返りの連続とはならない。
ただし、テンボ、直ちに宙返りの場合は、宙返りの連続となる。
- ④ 団体競技の転回系の難度の組み合わせは難度の高い方をとる。
ただし、3名以上が同時に、あるいは次々と高い難度を実施した場合である。
- ⑤ 転回系の着地は、両足・片足・片膝立ちのいずれも同一難度とする。

C. Difficulties

1. Tumbling Requirements

- ① The difficulty in tumbling is not counted unless three gymnasts perform the exercise at the same time in a certain time sequence. However, crossing exercises are an exception.
- ② The difficulty remains the same although back flips are repeated.
- ③ Saltos are not sequential if a back flip is inserted between a whip back and a back salto.
However, if a back salto immediately follows a whip back salto, the combination will be determined as a sequence.
- ④ When difficult elements are combined in tumbling exercises in group competitions, the highest difficulty is counted. However, this is only when more than three gymnasts perform at the same time or in a certain time sequence.
- ⑤ In tumbling, landings by both legs, by one leg or by one knee is counted as the same difficulty.

2 団体競技・個人競技における転回系の難度

① 個人競技の難度は、手具を2回以上操作しながら転回系を実施した場合は、難度が1ランク上にあがる。

2. Tumbling Requirements for the Group and Individual Exercises

① Difficulty for the Individual exercise, if a gymnast handles the apparatus more than once during a tumbling, the rank of difficulty will be go up.

1 とび技とひねり技

	個人競技				団体競技			
	手具保持の状態で実施した場合				3名または4名で実施した場合			
	A	B	C	D	全員で実施した場合			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1、後ろとび正面支持隊	A					B		
2、後ろとび正面支持隊回転	A					B		
3、屈身しながら後ろとびをし、体を伸ばして正面支持隊	A					B		
4、後ろとび1回ひねり正面支持隊			C					D
5、後ろとび1と1/2ひねり正面支持隊			C					D
6、バタフライ1回ひねり		B					C	

1. Jump and Twist Elements

	Individual				With an apparatus			
	Group				Full member			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1. Backward Jump to front support	A					B		
2. Backward Jump to front roll support	A					B		
3. Backward Jump with pike-stretch to front support	A					B		
4. Backward Jump with 1/1 twist to front support			C					
5. Backward Jump with 2/3 twist to front support			C					
6. Butterfly with 1/1 twist		B						

2 前方系の跳躍技

	個人競技				団体競技			
	手具無の状態での実施した場合				3名または4名で実施した場合			
	A	B	C	D	全員で実施した場合			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1、首はねおき直立、頭はねおき直立	A				A			
2、前転とび、両足踏切前転とび	A				A			
3、前転とび直接前方宙返り			C					D
4、前転とび直接前方宙返り転				D				D
5、伸身前とび前転	A				A			
6、伸身前とび1回ひねり前転		B					C	
7、前とび1回ひねり前転とび			C					D
8、片足踏切前方開脚伸身宙返り		B					C	
9、前方（かかえ込み・屈身）宙返り		B				B		
10、前方伸身宙返り			C					D
11、前とびひねり後方かかえ込み宙返り		B					C	
12、前方かかえ込み宙返りひねり		B				B		
13、前方（かかえ込み・屈身）宙返り1回ひねり			C					D
14、前方伸身宙返り（1回・1と1/2）ひねり				D				D
15、前方かかえ込み2回宙返り				D				D
16、前方（かかえ込み・屈身）宙返り直接正面支持臥		B					C	
17、前方（かかえ込み・屈身）宙返り転			C					D

2. Forward Jump Elements

	Individual				Group			
	with an apparatus				Full member			
	3 or 4 gymnasts				Full member			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1. Neck or head spring to stand	A				A			
2. Handspring to handspring with both feet	A				A			
3. Handspring Forward Salto tucked			C					D
4. Handspring Forward Salto piked to Forward roll out				D				D
5. Dive roll	A				A			
6. Dive roll with 1/1 twist		B					C	

7. Jump with 1/1 twist to Forward Handspring			C				D
8. Forward Aerial walkover		B				C	
9. Forward Salto tucked or piked		B			B		
10. Forward Salto stretched			C				D
11. Forward Jump with 1/2 twist to Backward Salto tucked		B				C	
12. Forward Salto tucked with 1/2 twist		B			B		
13. Forward Salto tucked or piked with 1/1 twist			C				D
14. Forward Salto stretched with (1/1, 3/2) twist				D			D
15. Double Forward Salto tucked				D			D
16. Forward Salto tucked or piked to front support		B				C	
17. 3/2 Forward Salto tucked or piked to Forward roll			C				D

3 後方系の跳躍技

	個人競技				団体競技							
	手具保持の場で実施した場合				3名または4名で実施した場合				全員で実施した場合			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
1、後転とび	A				A							
2、後方（かかえ込み・屈身・伸身・開脚）宙返り		B				B						
3、後方（かかえ込み・屈身）2回宙返り				D								D
4、後方伸身2回宙返り				D								D
5、後方（かかえ込み・屈身・伸身）宙返り開脚座		B				B						
6、後方（かかえ込み・膝・脚）宙返り1回ひねり開脚座			C									D
7、後方伸身宙返りひねり			C				C					
8、後方伸身宙返り1回ひねり			C									D
9、後方伸身宙返り1と1/2ひねり			C									D
10、後方伸身宙返り2回ひねり				D								D
11、後方かかえ込み2回宙返り1回ひねり				D								D
12、後ろとびひねり前転		B				B						
13、後ろとび1と1/2ひねり前転			C									D
14、後ろとびひねり前方（かかえ込み・膝・脚）宙返り			C				C					
15、後ろとびひねり前方（かかえ込み・脚）宙返り転				D								D
16、後ろとびひねり前方（かかえ込み・脚）宙返り直接正面支持隊			C									D

3. Backward Jump Elements

	Individual				with an apparatus							
	Group				3 or 4 gymnasts				Full member			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
1. Back handspring	A				A							
2. Any backward Saltos (tucked, piked, stretched, straddled or split)		B				B						
3. Double Backward Salto tucked or piked				D								D
4. Double Backward Salto stretched				D								D
5. Any backward Saltos to split		B				B						
6. Any backward Saltos with 1/1 twist to split			C									D
7. Backward Salto stretched with 1/2 twist			C							C		
8. Backward Salto stretched with 1/1 twist			C									D
9. Backward Salto stretched with 3/2 twist			C									D
10. Backward Salto stretched with 2/1 twist				D								D
11. Double Backward Salto tucked with 1/1 twist				D								D
12. Backward Jump with 1/2 twist to Forward roll	B					B						
13. Backward Jump with 3/2 twist to Forward roll			C									D
14. Backward Jump with 1/2 twist to Forward Salto tucked, piked or stretched			C							C		
15. Backward Jump with 1/2 twist to 3/2 Forward Salto tucked or piked to Forward roll				D								D
16. Backward Jump with 1/2 twist to Forward Salto tucked to front support			C									D

4 側方系の跳躍技

	個人競技				手具保持の状態で実施した場合							
	団体競技				3名または4名で実施した場合				全員で実施した場合			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
1. 側方倒立回転・ロンダード	A				A							
2. アラビア宙返り (側方宙)		B				B						
3. 側方 (かかえ込み・屈身・伸身) 宙返り		B									C	

4. Sideward Jump Elements

Group	Individual		with an apparatus					
	3 or 4 gymnasts				Full member			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1. Cartwheel / Round off	A				A			
2. Aerial cartwheel		B				B		
3. Sideward Salto tucked, piked or stretched		B					C	

5 宙返りの連続

	個人競技				器具保持の状態で実施した場合							
	団体競技				3名または4名で実施した場合				全員で実施した場合			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
1、前方 (かかえ込み・屈身) 宙返り連続			C									D
2、前方 (かかえ込み・脚) 宙返り、直ちに前方かかえ込み宙返り転				D								D
3、前方 (かかえ込み・脚) 宙返り、直ちに前方かかえ込み宙返り 膝正面支持臥				D								D
4、後方 (かかえ込み・脚・脚) 宙返り、直ちに後方 (かかえ込み・脚・脚) 宙返り				D								D
5、後方伸身宙返り、直ちに前方かかえ込み宙返り			C									D
6、後方伸身宙返り、直ちに前方かかえ込み宙返り 膝面転			C									D
7、後方伸身宙返り 1 回ひねり、直ちに前方かかえ込み宙返り				D								D
8、後方伸身宙返り 1 回ひねり、直ちに前方かかえ込み宙返り 膝面転				D								D
9、後方伸身宙返りひねり、直ちに前方かかえ込み宙返り 膝面転			C									D
10、側方 (かかえ込み・屈身) 宙返り連続			C									D
11、テンポ、後方伸身宙返り			C									D
12、3 回以上の連続宙返り (テンポ含む)				D								D

5. Salto Series ** combinati (2 or more)*

Individual Group	with an apparatus				Full member			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1. Forward Salto tucked or piked			C					D
2. Forward Salto tucked or stretched 3/2 Forward Salto tucked to Forward roll				D				D
3. Forward Salto tucked, Forward Salto tucked to front support				D				D
4. 2 Consecutive Backward Saltos tucked, piked or stretched				D				D
5. Backward Salto stretched to Forward Salto tucked			C					D
6. Backward Salto stretched, Forward Salto tucked to front support			C					D
7. Backward Salto stretched with 1/1twist, Forward Salto tucked				D				D
8. Backward Salto stretched with 1/1twist, Forward Salto tucked to front support				D				D
9. Backward Salto stretched with 1/2twist, Forward Salto tucked to front support			C					D
10. Consecutive Sideward Saltos tucked or piked			C					D
11. Whip back Salto, Backward Salto stretched			C					D
12. 3 or more consecutive Saltos including whip backs				D				D



6 転回系の連続

	個人競技				団体競技			
	手具保持の状態で実施した場合				3名または4名で実施した場合			
	A	B	C	D	全員で実施した場合			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1、後転とびから後方（かかえ込み・屈身）宙返り		B				B		
2、後転とびから後方（かかえ込み・屈身）2回宙返り				D				D
3、後転とびから後方伸身宙返り		B					C	
4、後転とびから後方伸身宙返り1/2ひねり			C				C	
5、後転とびから後方伸身宙返り1回ひねり			C					D
6、後転とびから後方伸身宙返り2回ひねり				D				D
7、テンポから後転とび、後方伸身宙返り			C				C	
8、テンポから後転とび、後方伸身宙返り1回ひねり			C					D
9、後転とびからテンポ、後方伸身宙返り			C					D
10、後転とびからテンポ、後方伸身宙返り1回ひねり				D				D

6. Tumbling series

	Individual				With an apparatus			
	Group				3 or 4 gymnasts			
	A	B	C	D	Full member			
	A	B	C	D	A	B	C	D
1. Back handspring to Backward salto tucked or piked	A	○				B		
2. Back handspring to double Backward salto tucked or piked				D				D
3. Back handspring to Backward salto stretched		○	C				C	
4. Back handspring to Backward salto stretched with 1/2 twist			C				C	
5. Back handspring to Backward salto stretched with 1/1 twist			C					D
6. Back handspring to Backward salto stretched with 2/1 twist				D				D
7. Whip back, back handspring to Backward salto stretched			C				C	
8. Whip back, back handspring to Backward salto stretched with 1/1 twist			C					D
9. Back handspring, whip back to Backward salto stretched			C					D
10. Back handspring, whip back to Backward salto stretched with 1/1 twist				D				D

009

NUCURVE

07/19/2012 07:44 FAX 8046776301

3 組運動の難度表

種 目		A	B	C	D
とばし技	大ジャンプ	A			
	宙返り (前方・後方・側方)		B		
	1/2以上のひねりを伴った宙返り			C	
	1と1/2回転以上の宙返り				D
組 倒 立	3人組倒立	A			
	肩立倒立1組		B		
	肩立倒立2組以上			C	
組 組立運動	2名 組・組立	A			
	3名 組・組立 (支持者は1名)		B		
	4名 組・組立 (支持者は1名)			C	

①とばし技で組倒立などを越えた場合は、大ジャンプが1ランク、宙返り系は2ランク難度があがる。

例：B難度の肩立倒立1組を、B難度の宙返り (前方・後方・側方) でとび越えた場合はD難度。

②組立運動で、各1名が立位状態で組み立てた場合は、1ランク難度が上がる。

例：立位状態の競技者の肩の上にもう1名の競技者が立位状態で乗り、更にその競技者の肩の上にもう1名の競技者が乗った場合。

3. Difficulties list of Partner exercise

Elements		A	B	C	D
Jump elements	Split jump	A			
	Salto (Forward, Backward or Sideward)		B		
	Salto with 1/2 or more twists			C	
	Salto with 3/2 or more twists				D
Handstand of partner exercise	Handstand of partner exercise with 3 people	A			
	One set of handstand on the shoulder		B		
	2 or more sets of handstands on the shoulder			C	
Partner exercise / Pyramid building	2 gymnasts	A			
	3 gymnasts (1 supporter)		B		
	4 gymnasts (1 supporter)			C	

① When a gymnast jumps over the handstand of a partner exercise etc. with a jump element, the difficulty of the Split jump would rise one rank and the difficulty of Salto would rise two ranks.

Ex: When a gymnast jumps over one set of handstand on the shoulder which is B with a salto which is B, the difficulty will be D.

② If each gymnast builds up three dimensionally during a pyramid building, the difficulty will go up a rank.

Ex: When a gymnast stands three dimensionally on a gymnast's shoulder who is also in a three dimensional pose. Also a third gymnast on top of them.

交差技(シリーズの組み合わせによる難度について)

1名または2名で実施した種目の難度は、「3名または4名で実施した場合」の難度表を参考にする。

交差技の難度は以下のとおりとする。

(1) 徒手系の上を転回系で跳び越える時は、転回系の種目の難度を採用する。

① 徒手系の上を転回系 (A難度) 1段で跳び越える時は、A難度とする。

② 徒手系の上を転回系 (B難度以上) 1段で跳び越える時は、B難度とする。

例、徒手系の上をB難度以上の転回系で飛び越えたとき。

注：転回系が終わり着地の姿勢のまま、次の転回系で跳び越えるときは、徒手系の上を跳んだことになる。つまり転回系(着地)が止まっている状態は徒手系になる。

(2) 転回系の上を転回系で跳び越える時は、以下のとおりとする。ただし、(1)のように転回系の着地後に跳び越える場合は(2)の判断にならないので、転回系の途中を跳び越えていなければならない。最低条件としては、転回系の着地寸前、あるいは着地した瞬間に跳び越えること。

① 転回系の上を転回系 (B難度以上) 2段で跳び越える時は、C難度とする。

例、転回系の上を転回系で飛び越えたとき。

② 転回系 (B難度以上) で3段以上の組み合わせで跳び越える時は、D難度とする。

例、転回系の上を転回系で3段以上の連続で飛び越えたとき。

4. Cross Elements (Difficulties of Combination Series)

Difficulties for each event which are performed by one or two gymnasts, it follows the list of difficulties for three or four gymnasts.

The Difficulties of Cross Elements:

(1) When a gymnast jumps over the free-exercise with a tumbling element, difficulties of tumbling element is adopted.

① When a gymnast jumps over a free-exercise with a one paneled tumbling (A difficulty), it is defined as A difficulty.

② When a gymnast jumps over a free-exercise with a one paneled tumbling (B difficulty or more), it is defined as B difficulty.

Ex. A gymnast jumps over a free-exercise with a tumbling element of B difficulty or more.

Note: When a gymnast jumps over with tumbling from a landing posture of the previous tumbling, this performance is considered as jumping over a free-exercise.

(2) In case a gymnast jumps over a tumbling with a tumbling, the following will be adopted. However, when a gymnast jumps over just like in case (1), it is not considered as (2), so gymnasts must jump over in the middle of the tumbling.

The minimum requirement is that the gymnast must jump over the moment before or after the landing.

① When two tumbling (B difficulty or more) intersect, it is defined as a C difficulty.

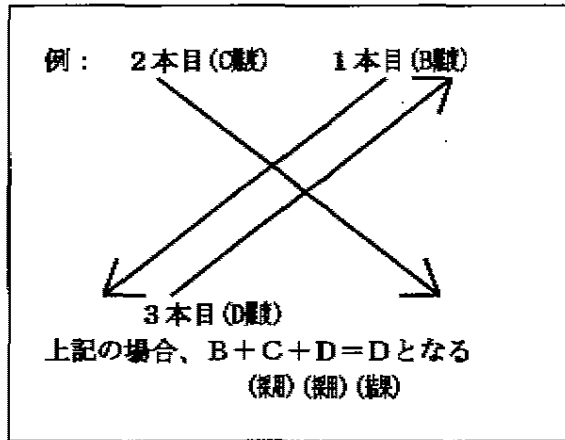
Ex. A gymnast jumps over a tumbling with a tumbling element.

② When three tumblings (B difficulty or more) intersect, it is defined as a D difficulty.

Ex. A gymnast jumps over 2 other intersecting tumbling sequences.

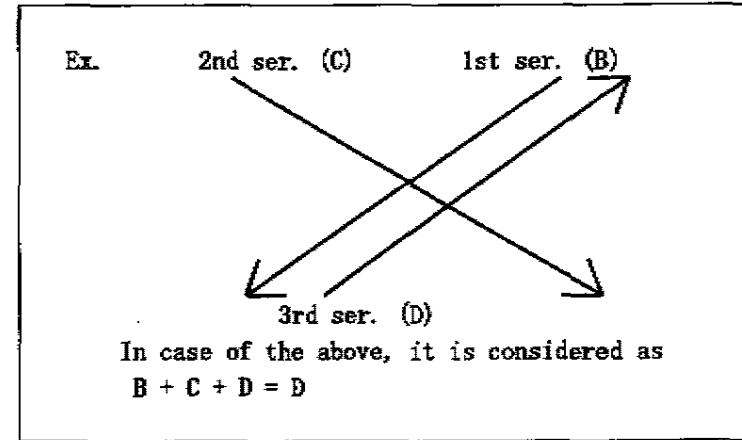
(3) シリーズの総合の難度の判定は、方向の異なる2つ以上のシリーズの難度の組み合わせで決定する。ただし、その中で難度の高い方のシリーズを2つ採用する。

シリーズ1	シリーズ2	シリーズ総合難度
D	D	D
D	C	D
D	B	D
D	A	D
C	C	C
C	B	C
C	A	C
B	B	B
B	A	B
A	A	A



(3) The total judgment for difficulties of series is defined by the combination of difficulties of more than two series in different directions.

Series 1	Series 2	Total difficulty of the series
D	D	D
D	C	D
D	B	D
D	A	D
C	C	C
C	B	C
C	A	C
B	B	B
B	A	B
A	A	A



5 「シリーズと組運動」の難度についての解説

(1) いくつかのグループに分かれて転回系を実施したときの難度の見方について

- 表示例：3C<6D——3名が実施したときはC、全員が実施したときはDの種目
 3D=6D——3名で実施しても、全員で実施してもDの種目
 3B<6C——3名が実施したときはB、全員が実施したときはCの種目
 3C=6C——3名で実施しても、全員で実施してもCの種目

※1名または2名で実施した種目の難度は、3名または4名で実施した場合の難度表を採用する。
 ただし、3名以上が実施しなければ、難度としては成立しない。

①3・3のグループに分かれて種目の異なる転回系を実施した場合
 ※原則としては、高い難度を実施したグループの難度が採用される。
 ただし、右表のように異なる種目ではあるが、6名が実施すれば難度があがる種目の組み合わせの時はランクアップされる。

3名グループ	3名グループ	難 度
3C<6D	3C<6D	D
3C=6C	3C<6D	C
3B<6C	3B<6C	C
3B=6B	3B<6C	B
3A<6B	3A<6B	B

5. The Instruction Manual for the Difficulties of "Series and Partner Exercises"

(1) How to distinguish the tumbling difficulties being separated into groups;

- Indication example: 3C<6D——C when performed by 3 gymnasts, D when performed by all.
 3D=6D—— Difficulty stays as D no matter how many gymnasts perform.
 3B<6C—— B when performed by 3 gymnasts, C when performed by all.
 3B=6C—— Difficulty stays as C no matter how many gymnasts perform.

☆Difficulties performed by one or two gymnasts follows the list of difficulties of that for three or four gymnasts.
 As a requirement, 3 or more people need to perform the difficulty.

① Different tumbling being performed by 2 of 3 groups.
 *In general, higher group of difficulty will be adopted.
 Although the following table shows different exercises, if an exercise is performed by 6 gymnasts, the difficulty can be ranked higher depending on the combination.

The group by 3 people	The group by 3 people	Difficulty
3C<6D	3C<6D	D
3C=6C	3C<6D	C
3B<6C	3B<6C	C
3B=6B	3B<6C	B
3A<6B	3A<6B	B

② 4・2のグループに分かれて種目の異なる転回系を実施した場合

※原則としては、4名のグループが実施した難度が採用される。
ただし、右表のように2名が実施した種目で、6名が実施すれば難度があがる種目の組み合わせの時はランクアップされる。

4名グループ	2名グループ	難 度
4C<6D	2C<6D	D
4B<6C	2B<6C	C
4A<6B	2A<6B	B

③ 3つ (2・2・2、3・2・1、4・1・1) に分かれて種目の異なる転回系を実施した場合。

※原則としては、「3名または4名で実施した場合」の難度表の難度を採用する。

ただし、3つに分かれた全員が共に実施した場合の組み合わせの時は、ランクアップされる。

組み合わせ	グループ1	グループ2	グループ3	難 度
2・2・2	2D=6D	2D=6D	2D=6D	D
	2C<6D	2C<6D	2C<6D	D
	2B<6C	2B<6C	2B<6C	C
	2A<6B	2A<6B	2A<6B	B
3・2・1	3D=6D	2D=6D	1D=6D	D
	3C<6D	2C<6D	1C<6D	D
	3B<6C	2B<6C	1B<6C	C
	3A<6B	2A<6B	1A<6B	B
4・1・1	4D=6D	1D=6D	1D=6D	D
	4C<6D	1C<6D	1C<6D	D
	4B<6C	1B<6C	1B<6C	C
	4A<6B	1A<6B	1A<6B	B

② Different tumblings performed in groups of 4 and 2.

* In general, the difficulty of the group executed by 4 gymnasts will be adopted.
Although the following table shows the difficulties performed by 2 gymnasts, if 6 gymnasts perform an exercise, the difficulty can be ranked higher depending on the combination.

Group of 4 people	Group of 2 people	Difficulty
4C<6D	2C<6D	D
4B<6C	2B<6C	C
4A<6B	2A<6B	B

③ Different tumbling performed in 3 groups (2・2・2, 3・2・1, 4・1・1)

* In general, the list of difficulties for three or four gymnasts will be adopted.

When all gymnasts of 3 groups perform an exercise, the difficulty can be ranked higher.

Group Combo	Group 1	Group 2	Group 3	Difficulty
2・2・2	2D=6D	2D=6D	2D=6D	D
	2C<6D	2C<6D	2C<6D	D
	2B<6C	2B<6C	2B<6C	C
	2A<6B	2A<6B	2A<6B	B
3・2・1	3D=6D	2D=6D	1D=6D	D
	3C<6D	2C<6D	1C<6D	D
	3B<6C	2B<6C	1B<6C	C
	3A<6B	2A<6B	1A<6B	B
4・1・1	4D=6D	1D=6D	1D=6D	D
	4C<6D	1C<6D	1C<6D	D
	4B<6C	1B<6C	1B<6C	C
	4A<6B	1A<6B	1A<6B	B

主任審判減点票 (男子) Deduction Table

国名 Country	
背番号 Number	

団体競技 Group	
A 構成 Composition	B 実施 Execution

個人競技 Individual			
棒 Stick	輪 Rings	なわ Rope	こん棒 Clubs

主任審判員の得点
Score of Chief Judge
審判員の間関 2 個の平均点
Average of 2 middle scores

内 容 Contents		減 点 Penalty	減点合計 Total deduction
A	1 演技時間の過不足について (1秒につき) Length of exercise (every second)	0 . 1 0	
	2 規格外の手具の使用・予備手具の使用 Use of non-standard apparatus and reserve apparatus	0 . 5 0	
	3 規定外の服装の着用 (1名につき) Dressed in non-standard clothes (per gymnast)	0 . 2 0	
	4 伴奏音楽をつけないで演技した場合 Exercise without music	0 . 5 0	
	5 序奏 (イントロ) が 1 秒以上の場合 More than 11seconds of introduction	0 . 2 0	
6 競技者側のミスで伴奏音楽が中断された場合。演技開始時の中断やかけ直し、途中の音の途切れなど Interruption of music due to gymnast's error. Interruption of music or disconnection of the music once the exercise starts.	0 . 2 0		
7 競技者がラインオーバーをした場合 (1回につき) Every time a gymnast goes out of bounds.	0 . 1 0		
8 手具がラインオーバーをした場合 (1回につき) Every time the apparatus goes out of bounds.	0 . 1 0		
B 9 演技会場でウォーミングアップをした場合 Warming-up at the competition site.	0 . 2 0		
10 演技中、監督者又はコーチが演技面に位置した場合 When a supervisor or a coach is on the exercise floor during the exercise.	0 . 3 0		
11 演技面の入場が早すぎたり遅すぎたりした場合 Early entrance into the exercise floor.	0 . 2 0		
12 10秒ルール (団体競技で演技面に入場してから全員が配置につくまでに11秒以上かかった場合) Group gymnasts not in place within 10 seconds.	0 . 2 0		
13 演技中、監督者・コーチ・競技者が、故意に声をかけたり号令をかけた場合 Supervisors, coaches and gymnasts communicating during an exercise.	0 . 2 0		
14 競技者が演技面外に出た手具を取りに行き、終末動作を行わずそのまま戻らずに終了した場合 Gymnast not ending his exercise within the exercise floor after losing his apparatus.	1 . 0 0		
減 点 合 計 Total Deduction			

署名 Signature

最終得点 Final Score