

## 2025-2028 トランポリン FIG 採点規則の変更点

2025-2028 FIG 採点規則が発表され、本会においても精査を行ってまいりました。  
2025年度からの適用に際し、以下に現時点での変更点をまとめております。

なお国内での正式な規則の通達は、2025年2月に開催する1種伝達研修会にて行います。現在発表されている内容から変更される可能性があることをご承知おき下さい。

### 1. 概要

今回の採点規則では、トランポリンはE得点の採点方法およびD得点に変更があります。特にD得点は、高難度の演技にボーナスが与えられるようになりました。

タンブリングでは、新しい技の導入や、男子の高難度実施ボーナスなどが加わっています。ダブルミニトランポリンは、E得点はトランポリンと同様に変更点がありますが、D得点はほぼこれまでどおりです。

年齢別カテゴリでは、ジュニア選手権の大会フォーマット変更と、17-21歳の要求内容に変更があります。

### 2. 2025-2028 ルール 主な変更点 (D/E 得点以外)

#### 2.1 試合進行方法

##### (1) トランポリン

個人競技、シンクロナイズド競技とともに下記の構成となります。

競技区分	対象者	実施内容	スターティング オーダー
予選1 (Q1)	全出場者	2本の自由演技 ※どちらか点数の 高い方を採用	抽選
予選2 (Q2)	全出場者が48名以上の場合： 予選1上位24名	1本の自由演技	抽選

	全出場者が 32～47 名の場合： 予選上位 16 名 全出場者が 31 名以下の場合： 実施しない ※各国最大 3 名まで		
決勝 (Final)	上位 8 名 ※各国最大 2 名まで (シンクロは 1 グループ)	1 本の自由演技	予選順位 + 抽選

- グループトップが無条件で次ラウンドに進出する制度は廃止。
- 予選 1・予選 2 の抽選は従来通り。決勝は予選 5-8 位が試技順 1-4 で抽選、予選 1-4 位が試技順 5-8 を抽選。
- その他は現行ルールと同様。

## (2) タンブリング・ダブルミニ

競技区分	対象者	実施内容	スターティング オーダー
予選 1 (Q1)	全出場者	2 本の自由演技 の合計	抽選
予選 2 (Q2)	全出場者が 48 名以上の場合： 予選 1 上位 24 名 全出場者が 32～47 名の場合： 予選上位 16 名 全出場者が 31 名以下の場合： 実施しない ※各国最大 3 名まで	1 本の自由演技	抽選
決勝 1 (F1)	上位 8 名 ※各国最大 2 名まで	1 本の自由演技	予選順位 + 抽選
決勝 2 (F2)	上位 4 名 ※国別最大枠無し	1 本の自由演技	F1 の順番

- グループトップが無条件で次ラウンドに進出する制度は廃止。
- 予選 1・予選 2 の抽選は従来通り。決勝は予選 5-8 位が試技順 1-4 で抽選、予選 1-4 位が試技順 5-8 を抽選。
- その他は現行ルールと同様。

## 2.2 団体戦

### (1) 予選

- ベストスコアで上位 3 名の合計得点が団体予選の得点となる。(TUM/DMT も得点の高い 1 本を採用)
- 決勝進出は参加チーム数によって変わる。

参加チーム数	決勝進出数
12 チーム以上	上位 8 チーム
5~11 チーム	上位 5 チーム
4 チーム以下	決勝なし

### (2) 決勝

- ランキングポイントが下記のとおり変更となる。

順位	1	2	3	4	5	6	7	8
8 チーム	10	8	6	5	4	3	2	1
5 チーム	10	8	6	5	4	-	-	-

## 2.3 シンクロナイズド競技

新たに Mixed synchronized event (混合シンクロ) が行われることとなった。

- ✓ 2025 年 2 月の Baku ワールドカップで最初の Mixed Synchro が開催される。
- ✓ 2025 年世界選手権でも実施。

男子・女子の個人競技に参加していた選手も出場可能。

試合着は男女それぞれの服装規定を満たしていれば、一致して無くても OK。

## 2.4 ウォームアップ

- TRA は 45 秒から変更なし。
- TUM/DMT は、パス数と同じ数だけウォームアップ可能 (予選 1=2 本、予選 2=1 本、F1+F2=2 本)
- 違反時のペナルティが 0.3 から 0.2 に変更

### 3. D 得点の変更点

#### 3.1 トランポリン

##### 3.1.1 点数の変更

(1) これまで難度の無かった種目

- ひねり・回転の無い技（タック/ストラドル/パイクバウンズおよびシートドロップ）にも 0.1 点が与えられる。

(2) 2 回転以上の後方宙返り

回転数	加点	例
1 回宙 (630°以下)	なし	4 - o = 0.5
2 回宙(720-990°)	0.1 点	8 - - o = 1.0 + 0.1 = 1.1
3 回宙(1080-1350°)	0.2 点	12 - - - o = 1.6 + 0.2 = 1.8
4 回宙(1440°以上)	0.3 点	16 - - - - o = 2.2 + 0.3 = 2.5

(3) 2 回転宙返り以上でのひねり加点

回転数	加点対象	加点	例
2 回宙 (720-990°)	720° (2 回) を 超えるひねり	180°ごとに 0.1 点	8 3 3 / =1.8+ひねり 0.1x2+後方 0.1 = 2.1
3 回宙 (1080-1350°)	360° (1 回) を 超えるひねり	180°ごとに 0.2 点	12 - - 3 < = 2.2 + ひねり 0.2 = 2.4
4 回宙 (1440°以上)	全てのひねり	180°ごとに 0.2 点	16 - - - 1 < = 2.7 + ひねり 0.2 = 2.9

##### 3.1.2 ボーナス点の導入

(1) 3 回宙、4 回宙実施回数

10 種目の中で 3 回宙および 4 回宙を実施した本数に応じたボーナス。

- 女子：2 種目を超える 3 回宙を実施した場合、実施ごとに 0.3 のボーナス点  
(3 本目の 3 回宙から 0.3 のボーナス点)
- 男子：5 種目を超える 3 回宙を実施した場合、実施ごとに 0.3 のボーナス点  
(6 本目の 3 回宙から 0.3 のボーナス点)

#### 3.2 タンブリング

##### 3.2.1 新しい技の追加

- Cartwheel (側転) も 0.1 点が与えられる。※ヌーメリック記載なし。

他に、Aerials（手をつかない側転）、バク転、ロンダード、ハンドスプリング が 0.1 点。

- 側宙(side somersault) 。ヌーメリックは姿勢の後に “x” を追加。

実施内容	ヌーメリック	D 得点
側宙 タック	- o x	0.5
側宙 パイク	- < x	0.6
ダブル側宙 タック	- - o x	2.0
ダブル側宙 パイク	- - < x	2.2

- ストレートの 2 回宙返り（ひねり無し・あり）を 90 度以上開脚（Split legs）で行うとストレートとは別の技と見なす。

両脚は体が床と平行（3 時方向）の段階で揃える。ヌーメリックは Y

実施内容	ヌーメリック	D 得点
後方 2 回宙返り 伸身開脚	- - Y	2.4
フルインバック 伸身開脚	2 - Y	2.8

### 3.2.2 技の繰り返し

- フルツイストの繰り返しは最大 3 回までカウントされる。それ以上の実施は D 得点に加算されない。
- フルツイストを 8 種目目で行えるのは Q1 および F1+F2 で 2 本のうち 1 本のみ。2 回目はダブルカウントとなる。

### 3.2.3 ボーナス

- 女子：D2.0 以上の種目を 2 回目、3 回目とやると、1.0 のボーナス点。  
（2022-2024 ルールと同じ）
- 男子：D4.4 以上の種目を 2 回目、3 回目とやると、1.0 のボーナス点。

## 3.3 ダブルミニトランポリン

### 3.2.1 点数の変更

- タック/ストラドル/パイクバウンスにも 0.1 点が与えられる。
- 他は変更点なし。

## 4. E 得点の変更点

### 4.1 トランポリン

#### 4.1.1 腕の姿勢

- 540 度以下のひねりにおいて、腕はまっすぐ伸ばして体のそばに置く必要がある。ひじを曲げた状態だと 0.1 の減点。
- 720 度以上のひねりでは、肘を曲げた状態でもまっすぐでも良い。但し体のそばに置く必要がある。
- タック姿勢の際に、膝裏で抱えた場合は 0.1 の減点。

#### 4.1.2 脚の姿勢

- これまでの「タックダウン」は、膝の曲がりの観点で減点する。

#### 4.1.3 開き

- タック・パイクにおいて、12 時の時点で上半身と太ももの角度が 180 度になった状態を「開き」とする。最速で 10 時、遅くとも 1 時方向時点までにストレート姿勢を必ず見せないといけない。
  - ✓ 開きが 1 時から 2 時の間 0.1 点
  - ✓ 開きが 2 時から 3 時の間 0.2 点
  - ✓ 180 度の姿勢にならない 0.3 点

#### 4.1.4 ひねり終わり (End of Twist)

- 最終回転で 360 度を超えるひねりを行う種目にて、90 度のひねりを 3 時の時点およびそれを超えて行った場合は 0.3 の減点となる。

#### 4.1.5 キーピング

これまでのパイク/タックダウン。パイクダウンし始めた位置ではなく、ダウンの角度で減点されるようになった。

- 開いた後から 3 時方向までの、上半身と太ももの角度。
  - ✓ 190°~171° の間で保持 減点なし
  - ✓ 170°~136°の姿勢となる 0.1 点
  - ✓ 135°以下の姿勢となる 0.2 点

### 4.2 タンブリング

#### 4.2.1 腕の姿勢

- タック姿勢の際に膝裏で抱える、という減点は TUM には適応されない。

#### 4.2.2 脚の姿勢

- これまでの「タックダウン」は、膝の曲がりの観点で減点する。

#### 4.2.3 開き

- 1 回宙返り、およびひねりの無い 2 回宙返りは 4.1.3 (TRA) と同様。
- ひねりを伴う 2 回宙返り、および 3 回宙返り時は、従来どおり「着地への準備」で評価する。

#### 4.2.4 ひねり終わり (End of Twist)

- ひねりが着地時点まで行われている場合、0.2 の減点となる。

#### 4.2.5 キーピング

- 4.1.5 (TRA) と同様。

### 4.3 ダブルミニトランポリン

#### 4.3.1 腕の姿勢

- 4.1.1 (TRA) と同様。

#### 4.3.2 脚の姿勢

- 4.1.2 (TRA) と同様。

#### 4.3.3 開き

- タック・パイクにおいて、12 時の時点で上半身と太ももの角度が 180 度になった状態を「開き」とする。最速で 10 時、遅くとも 1 時方向時点までにストレート姿勢を必ず見せないといけない。
  - ✓ 180 度の姿勢にならない 0.2 点

#### 4.3.4 ひねり終わり (End of Twist)

- 4.1.4 (TRA) と同様。

#### 4.3.5 キーピング

これまでのパイク/タックダウン。パイクダウンし始めた位置ではなく、ダウンの角度で減点されるようになった。

- 開いた後から 3 時方向までの、上半身と太ももの角度。
  - ✓ 190°~136° の間で保持 減点なし
  - ✓ 135°以下の姿勢となる 0.1 点

## 5. Technical Regulations 2025 (Section 4) より

### 5.1 オリンピック競技方法 (Art.2)

- 予選は 2 本の演技で構成される。
- 決勝は、まず 8 選手により 1 本の自由演技で第 1 ラウンド(F1)が行われる。
- その後、4 選手により 1 本の自由演技でスーパーファイナル(F2)が行われる。
- タイ・ブレイクは従来通り (T→H→D→全 E スコア)。

### 5.2 ワールドゲームズ競技方法 (Art.3)

- 以下の種目が行われる。
  - ✓ シンクロナイズド男子/女子
  - ✓ タンブリング男子/女子
  - ✓ ダブルミニ男子/女子
- 各種目・性別ごとに各 NF から最大 1 名が出場し、8 選手/ペアで予選が行われる。
- 準決勝 (4 選手/ペア) : 1 位と 4 位、2 位と 3 位で争う。
- 3 位決定戦 : 準決勝の敗者 2 選手/ペアで銅メダルを争う。
- 決勝 : 準決勝の勝者 2 選手/ペアで金メダルを争う。

※8 選手/ペアの選考方法についての説明は割愛。

### 5.3 タイ・ブレイク (Art.4.4)

#### (1) トランポリン個人

予選 1 で同点の場合、次の基準にしたがって順位を確定する。

1. 2 本の演技の合計得点の高い選手

予選 1 以外、および予選 1 でまだ同点の場合、次の基準に従って順位を確定する。

1. T 得点の高い選手
2. H 得点の高い選手
3. D 得点の高い選手

まだ同点の場合、これ以上のブレイクは行わない。

#### (2) シンクロナイズド

予選 1 で同点の場合、次の基準にしたがって順位を確定する。

1. 2 本の演技の合計得点の高いペア

予選 1 以外、および予選 1 でまだ同点の場合、次の基準に従って順位を確定する。

1. S 得点の高いペア
2. H 得点の高いペア
3. D 得点の高いペア

まだ同点の場合、これ以上のブレイクは行わない。

### (3) トランポリン団体

同点の場合、次の基準にしたがって順位を確定する。

1. (決勝でのみ適応) ランキングポイントが同点の場合、得点合計が高いチーム
2. 3つのベスト T 得点の合計が高いチーム
3. 3つのベスト H 得点の合計が高いチーム
4. 3つのベスト D 得点の合計が高いチーム

まだ同点の場合、これ以上のブレイクは行わない。

### (4) TUM/DMT 個人

予選 1 で同点の場合、次の基準にしたがって順位を確定する。

1. 2本の演技の D 得点の合計が高い選手
2. 2本の演技の全 E 得点の合計が高い選手
3. 2本の演技のペナルティの合計が低い選手
4. 1本の演技の D 得点が高い選手

まだ同点の場合、これ以上のブレイクは行わない。

予選 2 以降は、前ラウンドの上位の選手

### (5) TUM/DMT 団体

予選で同点の場合、次の基準にしたがって順位を確定する。

1. 採用される 3本の演技の D 得点の合計が高いチーム
2. 採用される 3本の演技のうち、最も高い個人 D 得点が高いチーム
3. 採用される 3本の演技のうち、最も高い個人得点が高いチーム

まだ同点の場合、これ以上のブレイクは行わない。

決勝の各ラウンドではタイ・ブレイクを行わず、同じ順位ポイントが与えられる。

全てのラウンド終了後にランキングポイントが同点の場合、次の基準にしたがって順位を確定する。

1. 3本の演技の得点の合計が高いチーム
2. 3本の演技の D 得点の合計が高いチーム
3. 3本の演技のうち、最も高い個人 D 得点が高いチーム
4. 3本の演技のうち、最も高い個人得点が高いチーム

まだ同点の場合、これ以上のブレイクは行わない。

### (6) オールアラウンドは割愛。

## 6. 世界ジュニア/世界年齢別大会ルール

### 6.1 FIG カテゴリと年齢構成

- ✓ AG1 11-12 歳
  - ✓ AG2 13-14 歳
  - ✓ ジュニアカテゴリ: 13-16 歳  
※ただし FIG 世界ジュニア選手権への参加は 15-16 歳に限定される。
  - ✓ AG3 17-21 歳
- 自分の年齢グループ以外の参加不可（シンクロナイズドを含む）。

### 6.2 世界ジュニア選手権の採点規則

- トランポリン個人競技およびシンクロナイズド競技において、予選 1 は 2 つの演技で構成される。
  - ✓ 第 1 演技は特別要求を満たす必要があり、D 得点は含まれない。
  - ✓ 第 2 演技は D 得点を含む自由演技で行われる。
- 全ての演技において、1 種目あたりの D 得点の上限が適応される。
- 競技形式は下表のとおり。

	カテゴリ	TRA 個人	TRA シンクロ	TUM	DMT	
予選 1	ジュニア 15-16 歳	特別要求のある演技 + 自由演技		2 本の自由演技		
予選 2		1 本の自由演技（登録人数によって行われる）				
決勝		1 本の自由演技		なし		
決勝 1		なし		1 本の自由演技		
決勝 2		なし		1 本の自由演技		

※Technical Regulations 2025 Section1 Art.2.2.5 より

- 世界ジュニア選手権は奇数年に開催される。

### 6.3 世界年齢別大会の採点規則

- 予選 2 は開催されない。予選の上位 8 名が決勝に進出する。
- トランポリン個人種目において、予選 1 は 2 つの演技で構成される。
  - ✓ 第 1 演技は特別要求を満たす必要がある。
    - AG1 および AG2 は、D 得点は含まれない。
    - AG3 は、2 種目のみ D 得点が与えられる。
  - ✓ 第 2 演技は D 得点を含む自由演技で行われる。
- シンクロナイズド競技において、予選 1 は 1 つの自由演技で構成される。
- 全ての演技において、1 種目あたりの D 得点の上限が適応される。

- 競技形式は下表のとおり。

	カテゴリ	TRA 個人	TRA シンクロ	TUM	DMT
予選 1	全年齢 グループ	特別要求のある演技+自由演技	1本の自由演技	2本の自由演技	
予選 2		なし			
決勝		1本の自由演技		なし	
決勝 1		なし		1本の自由演技	
決勝 2		なし		1本の自由演技	

#### 6.4 D スコア

- 1種目あたりのD得点上限は下表のとおり。

	カテゴリ			
	AG1(11-12)	AG2(13-14)	ジュニア(15-16)	AG3(17-21)
TRA	1.7	2.1	2.1	2.2
TUM	2.8	4.3	4.3	4.5
DMT	4.0	4.6	4.6	5.2

- AG1は3回宙返り禁止。全クラスで4回宙返り禁止。使用した場合は失格。

#### 6.5 トランポリン個人およびシンクロナイズド競技の特別要求

##### AG1 (11-12 歳) 特別要求

演技は 10 種目の異なった技で構成されなければならない。うち 2 種目は 270 度未満の宙返り種目を含むことができる。下記の特別要求を満たす種目にはアスタリスクマークを記載する。一つの技で複数の要素を満たすことはできない。

1. 腹で着床する種目
2. 背中で着床する種目
3. 360°以上の宙返りかつ 360°以上のひねりを伴う種目

##### AG2 (13-14 歳) およびジュニアカテゴリ (15-16 歳) 特別要求

演技は 10 種目の異なった技で構成されなければならない。うち 1 種目は 270 度未満の宙返り種目を含むことができる。下記の特別要求を満たす種目にはアスタリスクマークを記載する。一つの技で複数の要素を満たすことはできない。

1. 腹または背中で着床する種目

2. 1. と組み合わせた種目
3. ひねりを伴う、伴わないにかかわらず、前方または後方の 2 回宙返り種目
4. 最大 450°の宙返りかつ 540 度以上のひねりを伴う種目

#### AG3 (17-21 歳) 特別要求

演技は異なる 10 種目の 270 度以上の宙返りで構成されなければならない。下記の特別要求を満たす種目にはアスタリスクマークを記載する。一つの技で複数の要素を満たすことはできない。

1. 腹または背中を着床する種目
2. 1. と組み合わせた種目

第 1 演技の中で 2 種目に D 得点が与えられる。

- これらの 2 種目は、競技カードに D 得点を記載すること。記載しない場合は得点が与えられない。
- 第 2 演技でこれらの 2 種目が実施された場合、繰り返し種目となり D 得点が与えられない。

第 1 演技で種目の繰り返しを行った場合、繰り返しごとに D 審判より 2.0 のペナルティが与えられる。

## **7. 参照文書**

FIG Website - Rules

<https://www.gymnastics.sport/site/rules/>

CODE OF POINTS 2025-2028

[https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en\\_1.1%20-%20TRA%20CoP%202025-2028.pdf](https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_1.1%20-%20TRA%20CoP%202025-2028.pdf)

Technical Regulations 2025

[https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en\\_1.1%20-%20Technical%20Regulations%202025.pdf](https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_1.1%20-%20Technical%20Regulations%202025.pdf)

Rules for Junior and World Age Group Competition (WAGC) 2025 – 2028

[https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en\\_1.5%20-%20TRA%20Junior%20and%20WAGC%20Rules%202025-2028.pdf](https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_1.5%20-%20TRA%20Junior%20and%20WAGC%20Rules%202025-2028.pdf)

以上